

Impeksyon sa Daanan ng Ihi [Urinary Tract Infection (UTI)]

Ang UTI ay isang impeksyon na maaaring makaapekto sa urethra (tubo sa pantog), sa pantog mismo, o sa mga bato. Ang UTI ay kadalasang sanhi ng bacteria mula sa tumbong o vagina.

Ano ang sanhi ng UTI?

- Ang mga UTI ay mas karaniwan kung mayroon kang vagina kaysa kung mayroon kang penis at maaaring magkaroon pagkatapos makipagtalik.
- Ang mga impeksyon gaya ng trichomonas, herpes, chlamydia, mycoplasma at gonorrhea ay maaaring magdulot ng mga sintomas na katulad sa isang UTI.

Ano ang mga sintomas ng UTI?

- Pananakit sa pag-ihi o pananakit sa ibabaw ng pantog (ibabang tiyan)
- Dalas ng pag-ihi (ang pakiramdam na kailangang umihi nang mas madalas kaysa karaniwan)
- Madalian (kailangang umihi kaagad)
- Dugo sa ihi

Kung hindi gagamutin, ang mga UTI ay maaaring kumalat sa mga bato at maging isang mas malubhang impeksyon.

Paano mo masasabi kung anong uri ng impeksyon ito?

- Susuriin ang iyong ihi kung may impeksyon (nana o bacteria).
- Maaaring magsagawa ang iyong clinician ng pagsusuri upang tingnan ang iyong vagina at cervix (bukasan sa matris), at maramdaman ang iyong mga obaryo, tubo, at pantog para suriin kung may mga palatandaan ng impeksyon.
- Ang vaginal discharge ay maaaring tingnan sa ilalim ng mikroskopyo.

Paano ang paggamot?

- Gamot na antibiotic. Mahalagang inumin ang lahat ng gamot, kahit na mawala ang iyong mga sintomas sa loob ng 1-2 araw. Kung bumuti ang iyong mga sintomas ngunit hindi tuluyang nawala, mangyaring magpatingin sa iyong tagapagkaloob ng pangunahing pangangalaga o bumalik sa City Clinic. Maaaring kailangan mo ng ibang antibiotic.

Paano ko maiiwasan ang pagkakaroon ng UTI?

- Uminom ng 8-10 basong tubig araw-araw.
- Punasan mula harap hanggang likod kapag gumagamit ng toilet upang maiwasan ang pagpasok ng rectal bacteria sa vagina.
- Huwag maghintay kung kailangan mong umihi.
- Nagpapayo ang ilang clinician na umihi kaagad pagkatapos makipagtalik para maalís ang bacteria sa urethra ngunit walang pag-aaral na nagpapakitang nakakatulong ito.

- Kung nagkakaroon ka ng madalas na mga impeksyon (higit sa 5) maaari kang isangguni para sa pagtataya ng isang urologist (espesyalista).

Para sa higit pang impormasyon:

Mangyaring makipag-usap sa iyong City Clinic clinician o sa iyong sariling health care provider. Ang sumusunod na mga website ay nag-aalok din ng makakatulong na impormasyon:

Pangkalahatng STI

www.ashasexualhealth.org (mayroon din sa Español) www.bedsider.org
www.cdc.gov/std/
www.sfcityclinic.org
www.sfsi.org/

Contraception at STI/sex info

Teens

www.iwannaknow.org
www.kidshealth.org/teen (mayroon din sa Español)
www.scarleteen.com

Para sa STI check-up o paggamot,
makipagkita sa iyong health care provider, local clinic, o pumunta sa:



City Clinic
356 7th Street
(sa pagitan ng Folsom at Harrison)
San Francisco, CA 94103
(628)217-6600
www.sfcityclinic.org