

Felfázás



A felfázás megnevezés onnan eredhet, hogy az altest lehűlése vagy az átnedvesedett ruházat elősegíti a fertőzés kialakulását, illetve a tünetek romlását, mivel ezek miatt is csökkenhet a szervezet kórokozókkal szembeni védekezőképessége. Az alsó testfél lehűlése az erek összeszűkülését okozza, romlik a hólyag vérellátása, ezáltal gyengül a természetes védekezőképessége, és az ide kerülő baktériumok gyorsabban tudnak szaporodni.

Az is igaz, hogy a betegség alulról felfelé terjed: az alsó húgyutak irányából fertőzi meg fokozatosan a húgycsőn át a húgyhólyagot és a vizeletelválasztásban részt vevő többi szervet.

MILYEN TÜNETEKET OKOZ A FELFÁZÁS?

A betegség során az alsó húgyutakba kerülő baktériumok okozta fertőzés súlyosabb esetekben eléri a húgycsövet, húgyhólyagot, végül a vesemedencét, a veséket is, és e szervekben gyulladásos folyamatokat indít el.

A felfázás legnyilvánvalóbb tünete a gyakori, sokszor sürgető vizelési inger, amihez égő, szúró, csípő érzés is társulhat. Fájdalmas alhasi görcsök is előfordulhatnak. A vizelet zavaros, homályos és bűzös, rossz szagú lehet. Súlyosabb esetekben véses vizelet, hőemelkedés, láz, hidegrázás is kísérheti. Ha deréktáji fájdalom is jelentkezik, akkor a megbetegedés általában már a felső húgyutakra és a vesére is áttért.

A felfázás (hólyaghurut, hólyaggyulladás, cisztitisz) igen gyakori húgyúti fertőzés, a nők 80%-a átéli élete során, de férfiak körében is előfordul. Bár kétségtelen, hogy télen gyakoribb, azonban nem a hideg okozza, hanem elsősorban baktériumok, amelyek a húgyutakba és a húgyhólyagba kerülve gyulladást idéznek elő.

MI OKOZZA A FELFÁZÁST?

Bélbaktériumok: A felfázás hátterében leggyakrabban az áll, hogy a bélrendszerben élő, a normális bélflóra részét alkotó baktériumok valamelyike (leggyakrabban az *Escherichia coli*, *Enterococcus*, *Staphylococcus*, *Pseudomonas aeruginosa*, *Proteus mirabilis*, *Klebsiella*) a végbél felől a húgycsőbe kerül. A baktériumok a húgycsőn felfele haladva elérhetik a húgyhólyagot, ott cisztitist, a húgyhólyag gyulladását okozva. Sőt, komplikált esetekben (például vizeletelvezési akadály esetén: vesico-uretero-renalis reflux), a veséket is elérhetik, megfertőzve azokat. A vesékben ilyenkor vesemedence-gyulladást, akut pielonefritist okoznak, mely krónikussá is válhat vizeletelvezést akadályozó tényezők meglétekor.

Nemi úton terjedő fertőzés: A húgycső és a húgyhólyag nem csak a végbélnyílás felől fertőződhet meg, hanem a szexuális aktus során átvitt kórokozókkal is (amelyek lehetnek például herpeszvírus, a gonorrhoea kórokozója, vagy *Chlamydia* és *Mycoplasma* is). Ezért is gyakori a felfázás a szexuálisan aktív korban lévő nők között. A betegség lefolyása hasonló, ez a típusú hólyaggyulladás kivédhető gumi óvszer használatával.

Kórházakban szerzett (úgynevezett nozokomiális) fertőzés, elsősorban hólyagtükrözés vagy katéterezés szövőd-



Az altest lehűlése elősegíti a baktériumok okozta felfázásos fertőzés kialakulását

ményeként, ha nem megfelelő a sterilitás, és baktériumok jutnak a húgyutakba.

MIÉRT GYAKORIBB A NŐKNÉL?

A felfázás alapvetően női betegség, ennek oka pedig az, hogy a nőknél a húgycső külső nyílása, a hüvelybemenet és a végbélnyílás egymáshoz közel helyezkedik el, emiatt a kórokozók könnyedén bejuthatnak a húgycsőbe. A nők húgycsője továbbá körülbelül 4-5-ször rövidebb, mint a férfiaké, így a baktériumoknak rövidebb utat kell megtenniük ahhoz, hogy elérjék és megfertőzzék a húgyhólyagot. További rizikóténye-

zók, hogy a nők hajlamosabbak arra, hogy ne teljesen ürítsék ki a hólyagjukat vizeléskor.

MILYEN ÉLETKORBAN JELLEMZŐ A FELFÁZÁS?

A nők körében különösen gyakori a felfázás előfordulása elsőként a szexuális élet megkezdésekor, ugyanis a szexuális aktus során könnyen megfertőződhetnek sokféle, eddig számukra ismeretlen kórokozóval. Szintén gyakori a felfázás a terhesség és a szülés utáni időszakban, amikor az anya immunrendszere gyengébb lehet, az alsó testtájuk pedig nagyobb fertőzésveszélynek vannak kitéve a terhesség és szülés alatt, után és a kórházi tartózkodás idején. A nők körében a változókor is hajlamosít a felfázásra, ilyenkor ugyanis a csökkent progeszteronszint miatt a húgycső elvékonyodik, sérülékeny lesz, a baktériumok pedig könnyebben okozhatnak fertőzést.

A férfiaknál elsősorban idősebb életkorban gyakoribb a felfázás. Ennek egyik oka, hogy a prosztatamegnagyobbodás vizelet pangást okozhat, ami elősegíti a baktériumok elszaporodását.

FELFÁZÁSRA HAJLAMOSÍTÓ TÉNYEZŐK

- Nem megfelelő folyadékbevitel vagy fokozott folyadékvesztés (izzadás) is növeli a felfázás esélyét.

- Immunszuppresszív kezelés vagy például diabétesz esetén a szervezet fertőzésekkel szembeni csökkent ellenálló képessége fokozza a fertőzés esélyét.

- Vizeletfolyási zavarok (ezek a betegség krónikussá válásában is fontosak): például kő, tumor, vesico-uretero-renalis reflux, neurogén zavarok.

A FELFÁZÁS SZÖVŐDMÉNYEI

Ha időben felismerjük és kezeljük a felfázást, ritkán vezet szövődményekhez. Azonban kezeletlen formában és főként gyakori előfordulása esetén komoly egészségi problémákat okozhat.

Visszatérő felfázás: ha fél éven belül kettő vagy több hólyaghurutos megbetegedés, vagy egy éven belül három vagy több felfázásos epizód fordult elő.

Vesekárosodás: a kezeletlen felfázás főként csökkent ellenálló képesség vagy vizeletfolyási akadályok esetén alakulhat ki.

Húgycsőszűkület: a visszatérő felfázás, a húgycső gyakori fertőzése – elsősorban férfiaknál – húgycsőszűkületet okozhat.

Koraszülés/alacsony születési súly: a terhesség során fellépő húgyúti fertőzések veszélyesek a magzatra, koraszülést okozhatnak.

Szeepszis (vérmérgezés): a felfázás legsúlyosabb, életveszélyes szövődménye – a baktériumok olyan mértékben elszaporodhatnak (főként, ha már a vesét is elértek), hogy a véráramba kerülve testszerte súlyos zavarokat, szervi elégtelenséget okozhatnak.

HOGYAN TÖRTÉNIK A FELFÁZÁS KIVIZSGÁLÁSA?

A felfázás kivizsgálása a beteg kórtörténetének (anamnézis) felvételét, fizikális vizsgálatot és vizelettenyésztést jelent. A vizelettenyésztés során pontosan azonosíthatók a fertőzést okozó baktériumok, és az is, hogy ezek a baktériumok mely antibiotikumokra érzékenyek, melyekkel lehet legsikeresebben felszámolni a bakteriális fertőzést. A szakorvos ultrahangvizsgálatot is végezhet, és bizonyos körülmények között (az aktív fertőzés után) cisztoszkópiára (hólyagtükrözésre) is szükség lehet.

Ajánlott mihamarabb urológushoz fordulni, ha a gyakori vizelési inger és az alhasi görcsök tovább romlanak, esetleg láz, hidegrázás, véres vizelet jelentkezik. Minden esetben fontos a felfázás kivizsgálása és a felfázás kezelése, ugyanis az el nem múló, súlyos felfázás veszélyes szövődményeket okozhat.

HOGYAN KEZELHETŐ A FELFÁZÁS?

A felfázás kezelésének alapvető pillére a bakteriális kolonizáció megszüntetése antibiotikum szedésével. Az antibiotikum típusát a felfázást okozó baktérium és annak érzékenysége alapján választja ki az orvos, figyelembe véve a beteg tüneteit, általános állapotát és társbetegségeit is. Elengedhetetlenül fontos a kezelés során a bőséges folyadékbevitel.

Normál esetben a felfázás kezelése csak pár napot vesz igénybe, a kezelés hatására a panaszok általában három napon belül megszűnnek. Komplikált esetben – például a vesemedence gyulladásakor – hosszabb kezelésre, erősebb hatásspektrumú antibiotikumra és esetleg kórházi felvételre is szükség lehet.

A FELFÁZÁS MEGELŐZÉSE

A betegség megelőzése különösen fontos visszatérő hólyaghurut esetén. Az alábbiakkal csökkenthető a felfázás kockázata:

- Fogyasszon sok folyadékot és ügyeljen arra, hogy vizeletét minden esetben teljesen ürítse ki.

- Kerülje a termálvizek használatát, ezek ugyanis a baktériumok számára kedvező környezetet jelentenek, ahol könnyebben megfertőződhet.

- A vécépapír használatakor előről hát-rafelé végezze a törlést, hogy a baktériumok a végbél környékéről ne juthassanak a húgycsőbe (vagy a hüvelybe).

- A szexuális élet során fokozottan ügyeljen a nemi szervek higiéniájára, folyamatos tisztán tartására, lehetőség szerint használjon gumi óvszert, és a hőlgyek az aktus után menjenek ki a mosdóba vizeletet üríteni, ezzel is kimoshatók a húgycsőbe jutott baktériumok.

EZ A TÁJÉKOZTATÓ NEM HELYETTESÍTI AZ ORVOSI KEZELÉST. A BETEGEK SZÁMÁRA KÉSZÍTETT MÁSOLATOKTÓL ELTEKINTVE FELHASZNÁLÁSA CSAK A KIADÓ ÍRÁSOS HOZZÁJÁRULÁSAVAL ENGEDÉLYEZETT.