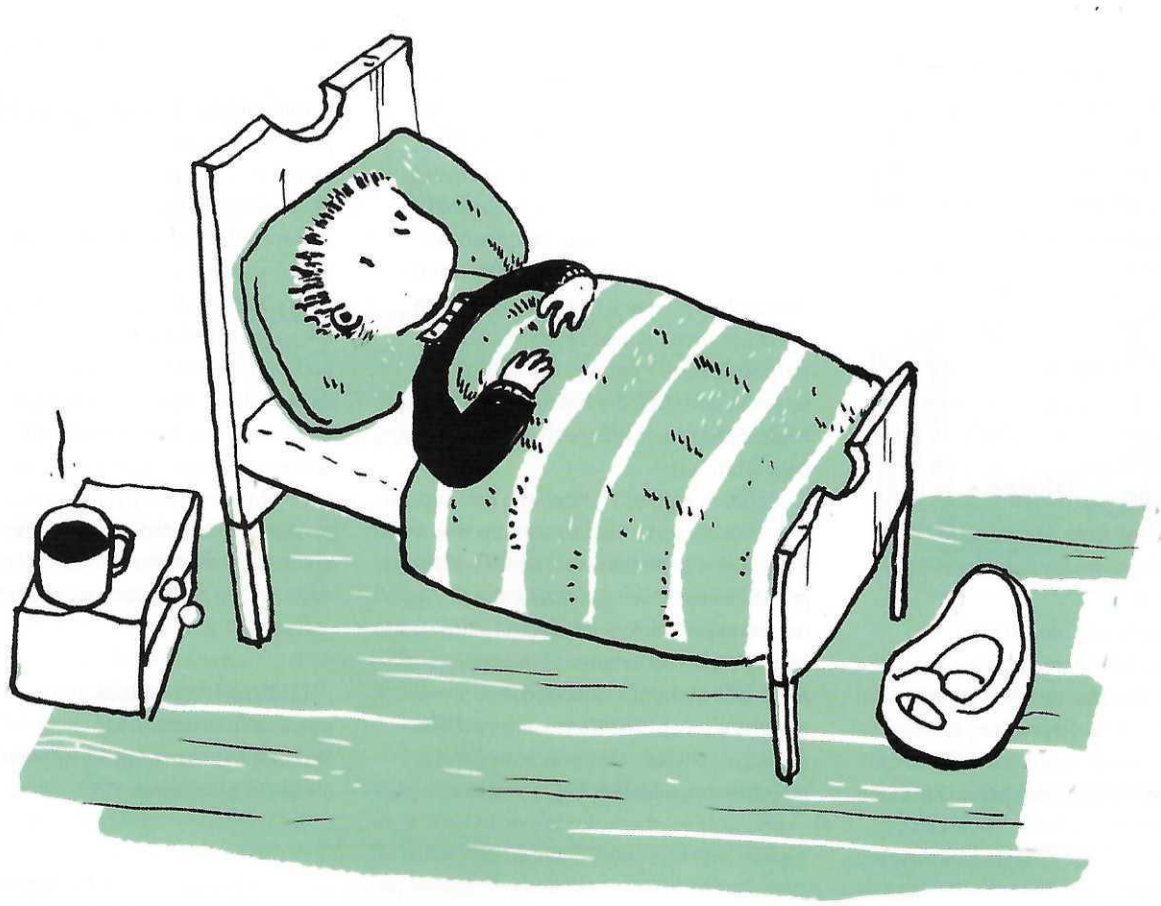


Infekce močových cest u dětí

Pozorujete u svého dítěte časté nucení na močení, úniky moči, i když již nenosí plenky, nebo si stěžuje na bolest a pálení při močení? Všimli jste si dokonce, že jeho moč je tmavá či zvláštně zapáchá? Může jít o infekci močových cest a rozhodně je nutné poradit se s lékařem.

Infekce močových cest se týkají ledvin, močovodů, močového měchýře a močové trubice. U chlapců může být postižena i prostata, chámovod a nadvarlata. Pokud je postižen jen měchýř, hovoříme o zánětu močového měchýře, který probíhá bez horečky. Pokud se přidá horečka, bývají postiženy i ledviny – pak hovoříme o pyelonefritidě, zánětu horních močových cest (ledvinné pánvičky a ledviny).

Infekce močových cest patří k nejčastějším onemocněním v dětském věku. V prvním roce života bývají chlapci postiženi častěji než děvčátka, později je tomu ale naopak, protože holčičky mají kratší močovou trubici a její zakončení je umístěno blíže řitnímu otvoru. Statistiky uvádějí, že do věku 10 let prodělá aspoň jednou infekci močových cest asi 1 % chlapců a 3 % děvčat.

Co infekci močových cest způsobuje

Infekci močových cest většinou způsobují bakterie, které pocházejí z vlastního střeva malého pacienta. Můžou se dostat z močové trubice nejen do močového měchýře, ale také až do ledvinné pánvičky.

K příčinám infekce močových cest patří například nedostatečná hygiena po stolici, poruchy vyprazdňování močového měchýře, nedostatečný pitný režim (malé množství tekutin), operace, snížená obranyschopnost, zácpa, tzv. vezikoureterální reflux, tedy zpětný tok moči z měchýře do močovodu a ledvin, močové kameny, anomálie a abnormality urogenitálního traktu, např. uretrální ventil, obstrukce vývodu ledvinné pánvičky, zúžení předkožky – a to nejen u dětí, ale i u dospělých.

Pokud se malého dítěte vyptáváme, jaké má obtíže, většinou ještě neumí správně odpovídat a své obtíže popsat. Někdy si však můžeme všimnout nepříjemně zapáchající moči. Zvláště kojenci mají pokožku často našedle bledou. Pokud se přidá horečka, bolesti boku a břicha a/nebo zvracení, může jít o zánět ledvinné pánvičky. Především u kojenců se může zvýšit teplota, můžou zvracet, prodělat šok a sepsi (otravu krve). U děvčat se může zase objevovat tzv. asymptomatická bakteriurie (bezpříznaková infekce močových cest). Při té se bakterie nacházejí dlouhou dobu v měchýři, nezpůsobují však žádné akutní obtíže ani následné projevy.

Může dojít ke komplikacím?

Zánět močového měchýře bezprostředně nemá žádné zvláštní následky, tedy kromě ob-

tíží s močením. Někdy se dítě může bát bolesti při močení a moč pak zadržuje. Tím se ovšem riziko další infekce zvyšuje.

Oproti tomu neléčený těžký zánět ledvinné pánvičky může mít akutní těžký průběh, který může v krajním případě vést až k septickému šoku a zanechat trvalé následky.

Infekce močových cest se můžou často vracet, nebo se dokonce stávat chronickým onemocněním. To může vést k poškození tkáně a vytváření jizev, hlavně na ledvinách. Následkem pak můžou být zdravotní komplikace, jako je vysoký krevní tlak, chronické poškození ledvin a u žen komplikace během těhotenství. Onemocnění močových cest by proto mělo být vždy dostatečně dlouho léčené a výsledek by měl být kontrolován.

Jak se stanoví diagnóza

Pokud má dítě horečku nad 38 °C, vždycky by měla být vyšetřena moč (nejlépe první ranní). Před odběrem moči by měla být genitální oblast čistá. Pokud starší dítě dokáže načurat do kalíšku, je třeba zachytit střední proud moči. Občas je potřeba měchýř stlačit. Proto se na kůži břicha nalepí náplast tlumící bolest. Někdy je ale nutné odebrat moč pomocí katétru. U malých dětí, které mají ještě plenky, se nalepí u vývodu močové trubice sáček na zachycení moči.

Je také možné dítě vyšetřit ultrazvukem, aby se např. u novorozenců rozpoznaly vrozené anomálie a hydronefróza ledviny (rozšíření pánvičky a kalichů ledviny v důsledku městnání moče). U kojence by měla být infekce močových cest vždy vyšetřena ultrazvukem.

Jak probíhá léčba

Většinou se užívají antibiotika – u bakteriální infekce močových cest bez horečky po dobu 5–7 dní, u infekcí s horečkou dokonce 10–14 dní. V případě vysoké horečky by mělo být dítě léčeno v nemocnici.

A jaká jsou další podpůrná opatření, která můžou sloužit částečně také k prevenci dalších infekcí močových cest? Dítě by mělo hodně pít, protože častější pití vede k častějšímu močení, což přispívá k lepšímu pročištění močových cest. Zvláště při horečce je nutný klid na lůžku, podávají se léky uvolňující křeče a tlumící bolest, dítě by mělo být v teple, je třeba vždy zamezit prochladnutí. Musíme dítě naučit, aby se po stolici správně očišťovalo, tedy aby se vždy utíralo zepředu dozadu, ne naopak! Pokud se u dítěte často vyskytují infekce močových cest bez horečky, je důležité najít příčinu.

Pokud máme podezření, že dítě má zánět močového měchýře, měli bychom se okamžitě obrátit na dětského lékaře. Po zahájení antibakteriální léčby musíme zajistit, aby dítě bylo v teple a mělo klid (viz výše). Pravidelný pitný režim je důležitý proto, aby nedošlo k ulpění bakterií na sliznici močových cest. Dítěti nabízíme čistou vodu, případně jeho oblíbený čaj. Speciální urologické čajové směsi a sycené nebo sladké nápoje nejsou pro děti vhodné. Můžeme dítěti také podat brusinkovou šťávu. ■

PhDr. Helena Chvátalová
Ilustrace Markéta Metelka Knorová a Alžběta Moravcová



Ráno místo kávy raději minerálka



Velmi mnoho dospělých si nedovede představit začátek dne bez šálku kávy. Jistě mezi ně patří i hodně učitelek mateřských škol. Pokud si ale dáme ráno jako první nápoj místo kávy minerálku, bude účinek na náš organismus velmi povzbudivý.

Spolupracovnice AquaLife institutu RNDr. Michaela Bebová uvádí, že i když během spánku nepřijímáme žádné tekutiny, přesto je tělo ztrácí především při dýchání a pocení. Ráno je proto organismus přirozeně lehce dehydrovaný a je důležité obnovit co možná nejdříve rovnováhu tekutin a také minerálních látek. Lidé většinou sahají po ránu po kávě, protože se domnívají, že jim přinese energii a vzpruhu. Bohužel pití kávy na lačný žaludek po ránu způsobuje dehydrataci, může začít pálit žáha apod. Rozhodně je prospěšnější dát si kávu až po snídani.

Pokud ráno vypijeme sklenici středně nebo i silněji mineralizované vody s vyšším podílem minerálních látek, organismus bude rychleji zavodněn a takové tekutiny dodají tělu potřebné elektrolyty, tedy minerální látky, které se nacházejí ve vodě nebo obecně v tekutinách, které samy o sobě pomáhají vodu využívat efektivněji. Tato jednoduchá věc – tedy sklenice minerálky na lačno po ránu a odsunutí první kávy na později – může příznivě ovlivnit vitalitu, koncentraci i výkonnost.

Podle předsedkyně Svazu minerálních vod Ing. Jany Ježkové přírodní minerální vody v podstatě představují v pitném režimu biokvalitu. Do jejich přirozeného složení se totiž nesmí nijak zasahovat, nesmí se používat chemické úpravy, nesmí se dezinfikovat. Navíc si mezi minerálními vodami můžeme vybírat ty nejvhodnější s ohledem na své chutě, aktuální zdravotní stav a životní styl – k tomu slouží informace o zastoupení minerálních látek na etiketě láhve. ■

-chv-