

### Infeksi Ginjal *Pyelonephritis*



**Infeksi Ginjal atau Pyelonephritis** adalah Peradangan ginjal karena infeksi saluran kemih yang biasanya dimulai di uretra atau kandung kemih dan berpindah ke ginjal. Biasanya orang mengalami gejala diareja lambung, punggung atau tulang panggul dengan keadaan nyeri saat buang air kecil. Adanya infeksi saluran kemih ini menyebabkan air seni berbau busuk, air seni keruh, sering buang air kecil, sering ingin buang air kecil atau air seni berdarah, seluruh tubuh mengalami demam, panas dingin, kehilangan selera makan, kelelahan atau malaise, Gastrointestinal ( mual atau muntah) dan umumnya jantung berdenyut dengan cepat.

Kita tidak dapat mencegah terjadinya infeksi kandung kemih,tetapi bisa mencegahnya jika :

- Menghindari semprotan deodorant atau douche pada alat kelamin
- Tidak menggunakan kondom atau diafragma dengan spermisida karena dapat memicu pertumbuhan bakteri.
- Minum banyak air.
- Pergilah ke kamar mandi segera jika merasakan keinginan buang air kecil.
- Kencing setelah berhubungan seks.
- Bersihkan area kelamin dari bagian depan ke belakang setelah buang air.

Untuk membantu meringankan gejala, Anda dapat:

- Minum banyak cairan untuk membersihkan bakteri.
- Beristirahat ekstra.
- Duduk di toilet, jangan jongkok di atasnya, yang dapat mencegah kandung kemih Anda untuk benar-benar kosong
- Ambil pereda rasa sakit dengan acetaminophen/paracetamol tetapi hindari aspirin, ibuprofen, dan naproxen.
- Gunakan bantal pemanas di perut, punggung, atau samping

Jika mendapatkan infeksi ginjal yang terus kambuh, ada masalah di struktural saluran kemih. Anda dapat datang ke dokter spesialis urologi untuk berkonsultasi mengenai masalah saluran kemih karena masalah saluran kemih ini sering membutuhkan tindakan operasi.

