ಉಂಟಾಗುವ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಮೂತ್ರದ್ವಾರದ ಒಳಪದರ ತೆರೆಯಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದರೆ ಮೂತ್ರದ್ವಾರಕ್ಕೆ ಕ್ಯಾಥೆಟರ್ ಹಾಕುವಾಗ ಗಾಯವಾದರೆ, ಹೆಚ್ಚು ಸಾಮಾನ್ಯವೆಂದರೆ ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯ ನಂತರ ಮೂತ್ರದ್ವಾರ ಘಾಸಿಯಾದಾಗ ಉಂಟಾಗುವ ಗಾಯವನ್ನು ಹನಿಮೂನ್ ಸಿಸ್ಟೈಟಿಸ್ (ನವವಿವಾಹಿತರಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ) ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಮೂತ್ರದ್ವಾರದ ತೊಂದರೆಯಾದಲ್ಲಿ ಮೂತ್ರ ಮಾಡುವಾಗ ಸುಡುವಂತಹ ಉರಿಮೂತ್ರವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಪದೇ ಪದೇ ಮೂತ್ರ ಮಾಡಬೇಕೆನಿಸುವುದು, ಮೂತ್ರ ಸೋರುವಿಕೆ ಇವೆಲ್ಲಾ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಋತುಬಂಧ ಉಂಟಾದ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ, ಗರ್ಭಿಣಿಯರಲ್ಲಿ, ಗರ್ಭಕೋಶದ ಗಡ್ಡೆಗಳಿದ್ದಾಗ, ಮಧುಮೇಹಿಗಳಲ್ಲಿ, ಮೂತ್ರ ಸಲೀಸಾಗಲು ಮಾತ್ರೆ ನುಂಗುವುದರಲ್ಲೂ, ಕೆಲವು ನರಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳಲ್ಲಿ, ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿರುವವರಲ್ಲೂ ಪದೇ ಪದೇ ಮೂತ್ರ ಮಾಡಬೇಕೆನಿಸುತ್ತದೆ.

ಒಟ್ಟಾರೆ ಕಾರಣಗಳೇನೇ ಇರಲಿ ಮಹಿಳೆಯರಂತೂ ಉಂಟಾಗುವ ನೋವಿನಿಂದ, ಉರಿಯಿಂದ, ಪದೇಪದೇ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಅನಿವಾರ್ಯದಿಂದ ಬಳಲಿ ಬೆಂಡಾಗಿಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಸೋಂಕು ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ ಚಳಿಜ್ವರವೂ ಬರಬಹುದು.

ಪತ್ತೆ ಹೇಗೆ?

ಮೂತ್ರ ಮಾಡುವಾಗ ಸುಡುವಂತಹ ಅನುಭವವಾದರೆ ಅದು ಮೂತ್ರದ್ವಾರದ ತೊಂದರೆಯಿರಬಹುದು. ಅತೀವ ನೋವಿನಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದು ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ಕಲ್ಲುಗಳಿಂದ ಎಂಬುದಾಗಿ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಪದೇಪದೇ ಮೂತ್ರ ಮಾಡಬೇಕೆನಿಸುವುದು, ಚಳಿ, ಜ್ವರ ಎಲ್ಲಾ ಇದ್ದರೆ ಅದು ಮೂತ್ರಾಂಗವ್ಯೂಹದ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಇರಬಹುದು, ಹೀಗೆ ಬೇರೆಬೇರೆ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳಿಂದಲೇ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಬಹುದಾದರೂ ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಮೂತ್ರ ಪರೀಕ್ಷೆ ಕೆಲವು ಬಾರಿ ಕಲ್ಚರ್‌ಟೆಸ್ಟ್ (ರೋಗಾಣುಗಳ ತಳಿ ಎಬ್ಬಿಸಿ ಯಾವ ರೋಗಾಣುಗಳು ಸೋಂಕಾಗಿ ಯಾವ ಔಷಧಗಳು ಬಗ್ಗುತ್ತವೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡುವುದು) ಮಾಡಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸೋಂಕಿನಿಂದಾದರೆ ಕೆಲವು ಲ್ಯಾಬ್ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಬೇಕಾಗಬಹುದು.

ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಉರಿಮೂತ್ರವನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುವುದು ಇದೆ. ಸೋಂಕಿನಿಂದಾಗಿ ಉರಿಮೂತ್ರವಾದಾಗಲಂತೂ ಅದು ಮೂತ್ರಪಿಂಡ (ಕಿಡ್ನಿಯ) ವರೆಗೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿ, ಜ್ವರ, ವಾಂತಿ, ಪಕ್ಕೆ ನೋವು ಎಲ್ಲಾ ಆರಂಭವಾದ ಮೇಲೆ ವೈದ್ಯರ ಹತ್ತಿರ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಾತಿ ಹಾಗೂ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಆದರೆ ನಿವಾರಣೆಗಿಂತ ನಿರ್ಬಂಧವೇ ಲೇಸಲ್ಲವೇ?

ಲೇಖಕಿ ಸ್ತ್ರೀರೋಗ ತಜ್ಞೆ: 9480353878

ಮುಂಜಾಗ್ರತಾ ಕ್ರಮಗಳು

ಮೂತ್ರವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಬೇಕೆಂದ ತಕ್ಷಣವೇ ಮೂತ್ರ ಮಾಡಬೇಕು. ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಹಾಗೂ ಉದ್ಯೋಗ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಶೌಚಾಲಯ ಸೌಲಭ್ಯವಿದ್ದು ಶುಚಿತ್ವ ಹಾಗೂ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಬೇಕು.

ನೀರನ್ನು ಧಾರಾಳವಾಗಿ (4 ಲೀಟರ್ ದಿನಾ) ಕುಡಿಯಬೇಕು.

ಮೂತ್ರ ಹಾಗೂ ಮಲವಿಸರ್ಜನೆಯ ನಂತರ ಕೈಗಳು ಮುಂದಿನಿಂದ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಚಲಿಸಿ ತೊಳೆಯುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹಾಗಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಗುದದ್ವಾರದಿಂದ ಮಲಕಣಗಳಿಂದ ಸೋಂಕು ಮೇಲೇರುವ ಸಂಭವವಿರುತ್ತದೆ.

ಜನನಾಂಗಗಳ ಭಾಗ ಶುದ್ಧಗೊಳಿಸಲು ಕೇವಲ ಶುದ್ಧ ತಣ್ಣೀರು ಸಾಕು. ಸೋಪು ಅಥವಾ ಡಿಟರ್ಜೆಂಟ್‌ಗಳ, ಬಿಸಿನೀರಿನ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದ ನಂತರ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಿ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಪದೇಪದೇ ಮೂತ್ರ ಸೋಂಕಾಗುವವರು ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಮೇರೆಗೆ ದಿನಾ ಮಾತ್ರೆಯನ್ನು ಬಳಸಬಹುದು. ಸುವಾಸನಾ ಭರಿತ ಸ್ಯಾನಿಟರಿ ನ್ಯಾಪ್ಕಿನ್, ಟ್ಯಾಂಪೂನ್‌ಗಳು ಅಪಾಯಕಾರಿ.

ಮುಟ್ಟಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪದೇ ಪದೇ (ನಾಲ್ಕೈದು ಗಂಟೆಗೊಮ್ಮೆಯಾದರೂ) ಒಳಬಟ್ಟೆ ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕು. ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಋತುಬಂಧದ ನಂತರ ಈಸ್ಟ್ರೋಜನ್ ಹಾರ್ಮೋನ್‌ನ ಕೊರತೆಯಿಂದಾಗಿ ಯೋನಿಯ ಹಾಗೂ ಮೂತ್ರದ್ವಾರದ ಹತ್ತಿರ ಆಗುವ ಶುಷ್ಕತೆಯಿಂದಾಗಿ ಸೋಂಕು ಪದೇ ಪದೇ ಆಗುವ ಸಂಭವವಿದೆ.

ಕಾಫಿ, ಟೀ, ಕೋಲಾ, ಇನ್ನಿತರ ಕೃತಕ ಪೇಯಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಸೇವಿಸಬಾರದು. ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚು ಬಾರ್ಲಿ ನೀರು, ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಜ್ಯೂಸ್ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ದಾಳಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಸೇವನೆ, ಎಳನೀರಿನ ಸೇವನೆ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಕನಿಷ್ಠ 3–4 ಲೀಟರ್ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ನೀರಿನ ಸೇವನೆ ಅತಿ ಮುಖ್ಯ. ಕ್ರೇನ್ ಬೆರ್ರಿ ಜ್ಯೂಸ್ ಕೂಡ ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಪದೇ ಪದೇ ಸೋಂಕಾಗುವ ಸಂಭವವಿದೆ. ಕೇವಲ ಆಂಟಿಬಯೋಟಿಕ್ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಕೆಲಸ ಮುಗಿದು ಹೋಯಿತೆಂದು ಭಾವಿಸದೇ ತಪ್ಪದೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಮುಂಜಾಗ್ರತಾ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ, ಉರಿಮೂತ್ರ ಹಾಗೂ ಮೂತ್ರಸೋಂಕಿನಿಂದ ಮಹಿಳೆಯರು ಪಾರಾಗಬಹುದು.

ಆಂಟಿಬಯಾಟಿಕ್‌ಗಳ ಸೇವನೆ ಬೇಕಾದಾಗ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯ ಮೇರೆಗೆ ಸೂಕ್ತ ಕಾಲಾವಧಿಯವರೆಗೆ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ನುಂಗಬೇಕು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಪದೇ ಪದೇ ಸೋಂಕಿಗೊಳಗಾಗುವ ಸಂಭವವಿದೆ.