



Nyrebekkenbetennelse

Nyrebekkenbetennelse er en infeksjon med bakterier i øvre del av urinveiene.

Øvre del av urinveiene vil si i nyrevevet og nyrebekkenet. Bakteriene stammer oftest fra tarmen.

Nyrebekkenbetennelse er ikke på langt nær så hyppig som blærekatarr. I den norske befolkning regner vi med at to prosent av kvinnene og en halv prosent av mennene får stillet denne diagnosen hos lege i løpet av et år.

Hvordan får jeg mistanke om nyrebekkenbetennelse?

Som regel vil du merke plager fra urinveiene med sviende smerte når du later vannet og kanskje hyppigere vannlatning. Noen merker også at urinen lukter vondt, er grumset og uklar.

Hvis du i tillegg har vondt i ryggen der nyrene sitter, har feber og føler deg syk og medtatt, taler dette sterkt for nyrebekkenbetennelse og at du ikke «bare» har en blærekatarr.

Hva er årsakene til at noen får nyrebekkenbetennelse?

Hos noen kan infeksjonen begynne som blærekatarr, og så sprer det seg oppover i nyrene.

Noen kvinner opplever at de får lettere nyrebekkenbetennelse når de fryser, særlig på bena, andre forteller at de får det lettere når de er psykisk nedkjørt. Grunnen er at langvarig stress kan svekke immunforsvaret i kroppen.

Ellers vil jeg nevne at alle avvik i urinveiene som hindrer normalt avløp for urinen kan være av betydning. Dette kan være steiner i urinveiene, sammenvoksninger, svulster osv.

Er det noe jeg kan gjøre for å hindre at jeg får nyrebekkenbetennelse?

En enkel regel er at du bør unngå å fryse, særlig på bena.

Rikelig drikke er også bra fordi det kan være med å skylle ut bakterier.

Videre bør du ikke holde på urinen når du føler trang til å tisse.

Hvis nyrebekkenbetennelsen stadig kommer tilbake, kan det komme på tale å gi medisin i et halvt eller kanskje ett år for å forebygge nye utbrudd.

Forøvrig bør du alltid late vannet etter et samleie.

Bør jeg gå til lege dersom jeg mistenker at jeg har nyrebekkenbetennelse?

Du bør absolutt gå til lege ved mistanke om denne diagnosen. Får du vannlatningsplager og samtidig feber bør du oppsøke lege samme dag for å kunne begynne med medisin så tidlig som mulig.

Legen vil undersøke urinen og dyrke urinen for å se om det vokser opp bakterier. Ta med deg urinprøve. Når du tar denne, bør du vaske rundt urinrørsåpningen og late vannet på en flaske som er kokt i 20 minutter.

For kvinner er det viktig at de skiller fra hverandre de små kjønnsleppene ved vannlatingen. Dette hindrer forurensning av prøven. Går det mer enn en til to timer før prøven kan undersøkes, bør den oppbevares i kjøleskap.

Hvordan finner legen ut om jeg har nyrebekkenbetennelse?

Du bør bringe på det rene om du har feber eller ikke. Mål derfor temperaturen før du går til legen.

Legen vil også undersøke, bl.a. ved å banke med hånden over nyrene for å se etter det vi kaller bankeømheter.

Legen vil også legge stor vekt på urinundersøkelsen. Dette gjøres i mikroskop, med kjemiske undersøkelser og å dyrke bakterier.

Hva er behandlingen for nyrebekkenbetennelse?

Det er viktig at du får antibiotika så tidlig som mulig for å drepe bakteriene. Behandlingen skal fortsette i 10-14 dager. Det er viktig å være nøye med å ta kuren helt ut.

Det er også viktig å få kontrollert urinen ca en uke etter avsluttet kur for å se om bakteriene er

borte. Hvis ikke må du kanskje få en annen type medisin.

Blir man frisk av nyrebekkenbetennelse?

I tidligere tider var nyrebekkenbetennelse en viktig årsak til nyresvikt. I dag har vi heldigvis så gode medisiner at dette nesten ikke er tilfelle lenger.

Med rette medisiner vil de fleste være helt friske igjen etter en uke eller to. Men det er en tendens til at man kan få det igjen hvis man først har hatt det en gang. Derfor er det viktig at du følger rådene om forebygging.