

BÖLÜM 22

YAŞLIDA ÜRİNER SİSTEM SORUNLARINDA DESTEK BAKIM

Seher GÖNEN ŞENTÜRK¹

Yaşlanmayla birlikte üriner sisteme ait doku ve organlarda değişimler meydana gelmektedir. Bu değişimler nedeniyle yaşlı bireylerde idrar inkontinansı, üriner sistem enfeksiyonları, mesane kanseri, böbrek taşı, akut böbrek yetmezliği, kronik böbrek yetmezliği, glomerulonefrit ve prostat hipertrofisi gibi üriner sistem sorunları ortaya çıkmaktadır. Yaşlı bireyler üriner sistem sorunları nedeniyle damgalanma, sosyal izolasyon, depresyon, hijyen yetersizliğine bağlı enfeksiyonlar, bakım gereksiniminin artması gibi çeşitli sorunlar yaşamaktadır. Bu bölümde yaşlı bireylerin sık yaşadığı üriner sistem sorunları ve bakımına yer verilmiştir.

ÜRİNER SİSTEM ENFEKSİYONLARI VE BAKIMI

Üriner sistem enfeksiyonları huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerde ve kadınlarda sık görülmektedir. Kadınlarda görülme oranı erkeklere göre iki kat fazladır. Yaşlılığa bağlı gelişen üriner sistem değişiklikleri, kardiyovasküler hastalıklar, bilişsel bozukluklar, fonksiyonel yetersizlikler, mesane kateterizasyonu, uzun süreli antibiyotik kullanımı ve bağışıklık sistemindeki değişiklikler üriner sistem enfeksiyonlarına yatkınlığı arttırmaktadır. Üriner sistem enfeksiyonlarının belirti ve bulguları; idrara sıkışma hissinin, idrar yaparken yanma, ateş, titreme, idrar özelliklerinin değişmesi (bulanık, kanlı, kötü kokulu idrar), alt karın bölgesinde ağrı, idrar kaçırma ya da var olan idrar kaçırma sorununda artma, bilişsel ve fonksiyonel durumda bozulmadır. Bu tür yakınmaları olan yaşlı bireylerin sağlık kuruluşuna ya da bulunduğu kurumdaki hekim, hemşire, sağlık bakım

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, sehergonen@gmail.com

- Sigarayı bırakma, alkol tüketimini azaltma
- Üriner sistem enfeksiyonlarından korunma
- Tuz ve yağ oranı azaltılmış, sağlıklı ve dengeli beslenme
- Hiperlipdemini kontrol altına alınması
- Düzenli fiziksel aktivite (haftanın 3 günü en az 30 dakika)
- Düzenli sağlık kontrolü
- Hekim önerisi dışında ilaç kullanmama olarak özetlenebilir.

Birincil amaç; yaşlı bireylerin böbrek sağlığının korunması olmalıdır. KBH gelişmiş ve diyaliz tedavisine devam eden yaşlı bireyin bakım sürecinde rutin kontrollerinin yaptırılması, sağlık, ekonomik, psikolojik ve sosyal destek konusunda rehberlik edilmesi önemlidir. KBH olan yaşlı bireyin, diğer yandaş hastalıkları da dikkate alınarak ilaç tedavisi, beslenme yönetimi konusunda uzmanların önerilerine dikkat edilmesinde yaşlı bireyin yanı sıra yakınları ve bakım verenlerin eğitilmesi ve danışmanlık sağlanması gerekir.

KAYNAKLAR

1. Regional Geriatric Programs of Ontario (2019). *Caregiving strategies handbook: providing care and support for a senior living with frailty*. (08.08.2020 tarihinde www.rgps.on.ca/caregiving-strategies adresinden ulaşılmıştır).
2. Cassells C, Watt E. The impact of incontinence on older spousal caregivers. *JAN*. 2003;42(6): 607-616.
3. Daily Caring (2019). Incontinence pads for beds: layers keep things dry. (18.08.2020 tarihinde <https://dailycaring.com/incontinence-pads-for-beds-layers-work/> adresinden ulaşılmıştır).
4. Family Caregiver Aliiance (2012). Incontinence care. (18.08.2020 tarihinde <https://www.caregiver.org/incontinence-care> adresinden ulaşılmıştır).
5. Karadakovan A. (2014). *Yaşlı sağlığı ve bakım*. (1. baskı). Ankara: Akademisyen Kitabevi
6. Özbaş A. (2010). Yaşlılarda idrar kaçırma ve hemşirelik bakımı. Ümmü Fındık, Özgül Erol (Ed.), *Geriatrik Hasta ve Hemşirelik Bakımı* içinde (178-193). Ankara: Alter Yayıncılık
7. Ülger Z, Halil M.G. (2006). Selim prostat hiperplazisi. Servet Arıoğul (Ed.), *Geriatri ve Gerontoloji* içinde (819- 822). İstanbul: Nobel Tıp Kitabevi
8. Booth J. (2015). *Yaşlı Bakımı Hemşireliği*. (Ayfer Karadakovan, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Akademi

9. The American Kidney Fund (2020). Chronic kidney disease. (28.08.2020 tarihinde <https://www.kidneyfund.org/kidney-disease/chronic-kidney-disease-ckd/> adresinden ulaşılmıştır).
10. Türk Böbrek Vakfı (2020). Kronik böbrek hastalığının erken teşhisi ve korunma yöntemleri. (28.08.2020 tarihinde <https://www.tbv.com.tr/bobrek-sagligi/kronik-bobrek-hastaliginin-erken-teshisi-ve-korunma-yontemleri/> adresinden ulaşılmıştır).
11. Mayo Clinic (2019) Chronic kidney disease. (28.08.2020 tarihinde <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/chronic-kidney-disease/diagnosis-treatment/drc-20354527> adresinden ulaşılmıştır).