MO the MIDWIFE

EDUCATE • SUPPORT • EMPOWER

Discharge Instructions

URINARY TRACT INFECTIONS (UTIS)

What You Need to Know



A urinary tract infection (UTI) is a bacterial infection that can occur in the bladder, urethra, ureters, or kidneys. UTIs are common during pregnancy due to changes in the body.

Common Symptoms



- Burning when urinating
- Urinary urgency or frequency
- Foul smelling urine
- Pressure or discomfort in the lower abdomen (suprapubic area)
- Dull lower back pain

Why It's Important



If left untreated, a UTI can lead to preterm contractions and/or kidney infection (pyelonephritis), which can lead to serious complications such as sepsis. Pregnant women are at a higher risk due to a shorter urethra, so it's important to take precautions and complete treatment.

How to Help Prevent UTIs



Drink at least eight (8) glasses of water a day.



Decrease your sugar intake.



Urinate at the first urge, do not wait.



Make sure to completely empty your bladder every time.



Always wipe from front to back.



Always urinate before and after intercourse.
Do not penetrate the vagina after anal sex.



If you're prescribed an antibiotic, make sure you take it as ordered and finish the whole prescription.

MO the MIDWIFE

EDUCATE • SUPPORT • EMPOWER

MO la PARTERA

EDUCAR • APOYAR • EMPODERAR

Instrucciones de Alta

INFECCIONES DEL TRACTO URINARIO (ITUs)

Lo Que Necesita Saber



Una infección del tracto urinario (ITU) es una infección bacteriana que puede ocurrir en la vejiga, uretra, uréteres o riñones.
Las ITUs son comunes durante el embarazo debido a los cambios en el cuerpo.

Síntomas Comunes



- Ardor o dolor al orinar.
- Necesidad urgente de orinar o orinar con mayor frecuencia.
- Orina con mal olor.
- Presión o molestia en la parte baja del abdomen (área suprapúbica).
- Dolor sordo en la parte baja de la espalda.

Por Qué es Importante



Si no se trata, una ITU puede provocar contracciones prematuras y/o una infección en los riñones (pielonefritis), lo que puede llevar a complicaciones graves como sepsis. Las mujeres embarazadas tienen un mayor riesgo debido a la uretra más corta, por lo que es importante tomar precauciones y completar el tratamiento.

Cómo Ayudar a Prevenir las ITUs



Beba al menos ocho (8) vasos de agua al día.



Disminuya su consumo de azúcar.



Orine tan pronto sienta la necesidad, no espere.



Asegúrese de vaciar completamente la vejiga cada vez que orine.



Siempre límpiese de adelante hacia atrás.



Siempre orine antes y después de las relaciones sexuales.
No permita la penetración vaginal después del sexo anal.



Si le recetaron un antibiótico, asegúrese de tomarlo según las indicaciones y complete todo el tratamiento.

MO la PARTERA

EDUCAR • APOYAR • EMPODERAR