

# 요로 감염 예방

## 탈수 증상 확인

### 소변 색 차트



### 탈수 증상 머리부터 발끝까지

- 
- 두통
  - 구강 또는 입술 건조
  - 갈증
  - 쉰눈
  - 피로감
  - 색이 진한/냄새나는 소변
  - 하루 4회 미만 배뇨
  - 차가운 손



### 탈수 예방

거주자가 매일 1~2리터의 수분을 섭취하도록 권장(일반의(GP)가 권장하지 않는 경우 제외)



정기적으로 방광을 비우고 가능한 한 많이 움직이는 것이 좋습니다

변비와 변실금 문제는 해결을 위해 신속하게 조치하십시오

궁금하신 사항은 노인 영양원 관리자에게 문의하시기 바랍니다.

NHS 노팅엄셔 카운티 카운슬의 '요시험지 검사 여부 판단' 프로젝트와 애니 조셉 박사의 연구에서 발췌한 내용입니다.



Australian Government  
Aged Care Quality and Safety Commission



항생제  
사용 개선