

認識泌尿道感染

國泰綜合醫院 內科部 護理部編印 著作權人：國泰綜合醫院
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

■ 認識泌尿道

泌尿道包括：

- **腎臟**：蠶豆狀，左右各一個，可製造尿液及紅血球生成素，並維持體內水份，電解質及血液酸鹼平衡。
- **輸尿管**：由腎臟輸送尿液至膀胱的管子，長約 25-30 公分。
- **膀胱**：儲藏尿液。
- **尿道**：自膀胱底直通體外，尿液由此排出體外，女性尿道約長 3.8 公分，男性尿道約長 20 公分。

■ 泌尿道感染

泌尿道感染是指泌尿道受到細菌、黴菌或其他微生物的侵入。單純的泌尿道感染，是指下泌尿道感染，如膀胱炎、尿道炎等。若是感染向上蔓延，侵襲到腎臟本身的組織，會併發腎盂腎炎。

■ 泌尿道感染高危險群

- 女性
- 懷孕婦女
- 老年人
- 糖尿病病人
- 腎臟病病人
- 抵抗力下降者
- 泌尿系統結石者
- 性行為頻繁者
- 攝護腺肥大者
- 泌尿道留置導尿管或異物者
- 長期服用免疫抑制藥物者
- 衛生習慣不良者

■ 臨床症狀

- 頻尿、尿急、排尿時灼熱感或疼痛
- 解尿困難、下腹部不舒服
- 寒顫及發燒
- 小便有異味、混濁或有血尿情形
- 腰部疼痛或下背痛
- 噁心、嘔吐
- 嚴重者可致敗血症而昏迷

* 有些泌尿道感染可能

只有發燒，沒有其他症狀

■ 常見檢查及檢驗

- 尿液或血液常規檢查
- 尿液或血液細菌培養
- 腎臟超音波必要時接受
- 必要時須接受 X 光檢查，以便對泌尿系統做詳細評估。

■ 治療

- 成人每日補充適量水份約 2000 cc，促進排泄。
- 使用抗微生物藥物。
- 以口服或注射抗生素治療，醫師會依感染細菌種類、部位和感染程度選擇合適的藥物，治療時間 3-14 天不等，症狀嚴重或多次復發感染者甚至更久。
- 如有發燒時給予退燒鎮痛藥物。

■ 預防

- 無限制水份禁忌者（水腫、心臟病、腎功能異常等），每天至少喝 2000 cc 的水份。

- 勿憋尿，有尿意時即上廁所。
- 蔓越莓富含「前青花素」，可以抑制細菌附著在泌尿道黏膜，同時降低細菌的「鞭毛運動」，進而預防泌尿道遭細菌入侵感染。蔓越莓類的製品在預防泌尿道感染上有部份功效。也可多攝取酸性及含維他命 C 食物，使泌尿道系統維持酸性，有助於減少感染機率。
- 女性如廁後，衛生紙由前往後擦拭，且勿來回擦拭。
- 保持會陰部的清潔。
- 婦女於行房後立即小便，多喝開水；月經期間勤換衛生棉。
- 採淋浴，避免泡浴及盆浴。
- 穿著棉質內褲，減少穿著褲襪及束褲。
- 感染期間應依醫生指示服用藥物，勿自行停藥導致復發重覆感染。
- 糖尿病、尿路結石、攝護腺肥大等易導致尿路感染，應接受適當治療，預防尿路感染再發生。

■ 日常照護

- 有以下症狀時儘快接受診療。
 - ◆ 想解小便，卻解不出來。
 - ◆ 解小便灼熱、疼痛。

- ◆下背痛。
 - ◆小便中有血或膿狀物。
 - ◆不正常的陰部分泌物。
 - ◆發冷和發燒。
- 切勿擅自亂服成藥。
 - 勿任意使用陰道盥洗用品，以免改變陰道酸鹼度而引發感染現象。
 - 須完成醫師指示的抗生素療程，定時定量服藥，否則易引起抗生素之抗藥性。
 - 注意飲食、充分休息、多喝開水。

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院 (02)27082121 轉 5261-2563
或 5271-5273

汐止國泰綜合醫院 (02)26482121 轉 2701-2703

新竹國泰綜合醫院 (03)5278999 轉 8131-8132
或 8121-8122

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院關心您！

AA000.010.2015.07 八修