

一、什麼是泌尿道感染？

泌尿道感染是指人體泌尿系統因微生物感染，引起的發炎反應，其中以大腸桿菌最常見。泌尿道感染依感染部位不同，可分為尿道炎、膀胱炎或急性腎盂腎炎。

二、泌尿道感染來源

- 1.長時間憋尿：使尿液在膀胱停留時間較久，而造成感染機率增加。
- 2.本身患有結石、攝護腺肥大、神經性膀胱、先天性泌尿道異常或糖尿病等病變，會使尿路感染的發生率增加。
- 3.賀爾蒙因素：更年期女性，因女性荷爾蒙降低，使黏膜變稀薄、脆弱，使細菌易滋長，而增加感染機會。
- 4.性別因素：女性由於尿道較短，且尿道出口靠近肛門及陰道處，在排尿後，擦拭的方向應由陰道口擦至肛門，即由前向後擦拭，當擦拭方向不對時，容易把陰道和肛門間的細菌帶進尿道，而引起感染。

- 5.飲水量少：水喝得少，會減少排尿的頻率，而增加細菌停留在膀胱或尿道內的時間，並且繁殖形成感染。
- 6.性交時，常把陰道和肛門間的細菌帶進尿道，而引起感染。

三、泌尿道感染會有什麼症狀？

- 1.常見的膀胱炎、尿道感染症狀：夜尿、頻尿、排尿疼痛、灼熱感、尿道口紅腫、排出分泌物、尿液有臭味、血尿。
- 2.腎臟感染症狀：腰痛、發燒、寒顫等症狀。

四、泌尿道感染應做那些檢查？

護理人員會為您抽血、尿液常規檢查，來檢查您是否有發炎反應和細菌感染，其次是做尿液細菌培養，以鑑別造成感染的微生物種類及其對抗生素藥物的感受性。如發生發燒、寒顫症狀時，必需另外檢驗血液細菌培養。

五、如何治療泌尿道感染？

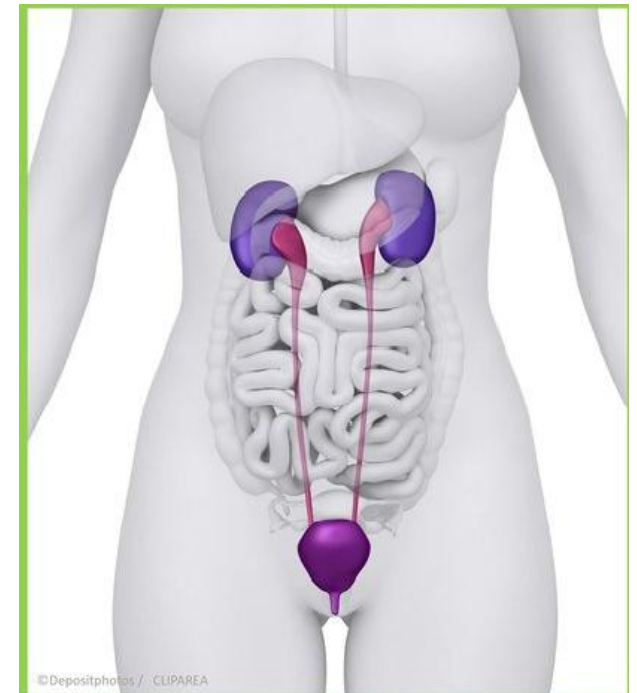
- 1.需要攝取均衡的飲食，以維持最佳的營養狀態。
- 2.單純性之泌尿道感染，醫師通常給予抗生素連續治療7-10天。
- 3.下腹部不適，則給予抗痙攣劑或用熱敷來緩解。
- 4.補充大量水分促進排泄。

六、泌尿道感染應如何預防？

- 1.規律的生活，均衡的飲食，避免過度勞累。
- 2.充分的飲食及維持良好的排尿習慣，若有尿意，應趕快解尿，勿憋尿。
- 3.多食含有維生素C的食物（如：蔓越莓汁、藍莓汁、葡萄柚汁、柑橘類）和蔬菜，有助於調節尿液的酸鹼度，避免產生沉澱物。
- 4.培養良好個人衛生習慣，包括會陰的清潔，排尿後應由前往後擦拭，每次排便後應清洗乾淨。
- 5.除非有特別禁忌，否則應每人每天需攝取2000~3000cc的水分，以淡化尿

外科衛教系列 (12)

泌尿道感染



- 液，減少感染。
6. 性行為前、後要多喝水，以增加排尿，將可能已污染的細菌沖洗出。
 7. 穿著合身的純棉透氣的內褲。
 8. 洗澡以淋浴方式，可減少感染。
 9. 隨時觀察復發的症狀，並定期檢查追蹤。



護理部印製

查詢專線：(03) 3613141 轉
7385、7386 (3C 病房)

109.12 822295 B42680

聖保祿醫院