

高雄榮民總醫院臺南分院



認識泌尿道感染

一. 什麼是泌尿道感染

泌尿道感染是指尿道、膀胱、輸尿管、腎臟等器官受到細菌的侵犯，形成發炎的症狀，常見的致病菌有大腸桿菌、克雷白氏桿菌、念珠菌等。

二. 那些人容易患泌尿道感染

1. 女性較男性易患此症
2. 性行為頻繁者
3. 孕婦
4. 賀爾蒙失調（動情素不足）

三. 泌尿道感染的症狀

頻尿，解尿灼熱感，尿道有疼痛感覺，有時有發燒、寒顫、血尿、濁尿等情形，都可能是泌尿道感染的症狀，需立刻就醫。

四. 檢查泌尿道感染的方法

1. 尿液一般檢查
2. 尿液培養
3. 血液培養

五. 如何治療泌尿道感染

1. 藥物治療：
 - (1)單純泌尿道感染給予抗生素，連續治療 7 天；反覆感染者須連續治療 10-14 天。
 - (2)停藥後一星期應醫師指示決定是否追蹤尿液檢查。

2. 手術治療：重複性感染且對抗生素有抗藥性，或其感染源為尿液逆流或阻塞時，則必須採外科手術治療，如腎切除術、腎盂截石術、輸尿管改道術、輸尿管成形術等。

六. 如何預防泌尿道感染

1. 每天至少要喝八杯的水（一杯 250ml），不要以茶、咖啡、酒等刺激性飲料代替開水，以免刺激膀胱，如果有心臟、肝臟或其它系統的疾病需限制飲水，則請和醫生討論每日的飲水量。
2. 有尿意時，立刻排尿，千萬不要忍耐，憋尿是最大的禁忌。
3. 女性方面要維持良好的會陰清潔，如廁後擦拭會陰部時，由前往後擦拭。
4. 於性交前、後排尿〔排空膀胱〕。
5. 穿棉質而避免尼龍成份的內衣褲，以降低潮濕會陰部。
6. 維持良好的個人衛生習慣，每日沐浴更衣。
7. 食用可使用尿液酸化的食物，如小紅莓汁或富含維他命 C 的食物，以抑制細菌滋生。
8. 有尿道結石或其它潛在原因應早日去除。
9. 留置導尿管患者應早日除去導尿管。



高雄榮民總醫院 關心您
臺南分院 K·V·G·H Tainan Branch 護理部製作M002