尿液異常護理衛教

108.07.15 制定
112.02.01 三修

一蛋白尿

(一)定義:

健康的人每天會排泄微量的蛋白到尿中，若一天排出量超過 150 毫克（mg）以上，就稱有「蛋白尿」。

(二)原因:

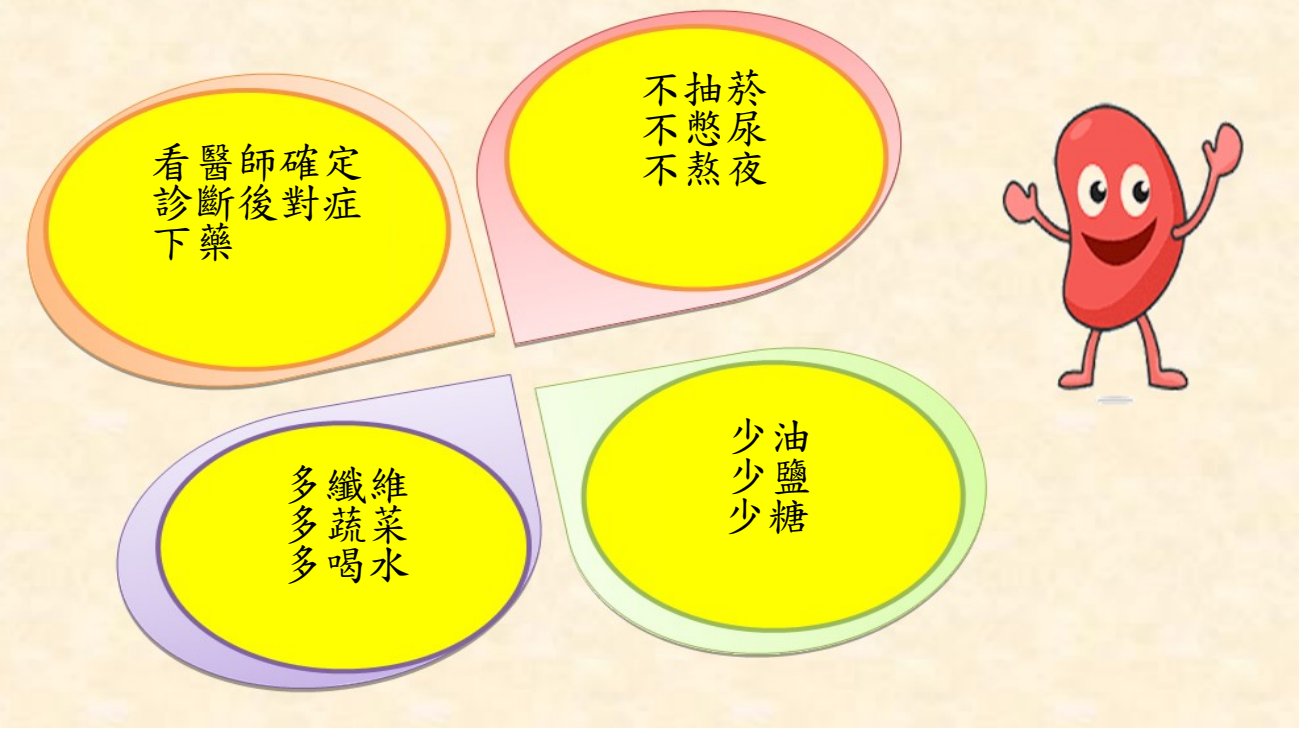
1 腎絲球的病變，造成腎絲球本身通透性改變，使正常的血漿蛋白被濾出（如：腎病症候群）。

2 腎絲球濾出大量的異常血漿蛋白，超過腎小管回吸收的極限（如：多發性骨髓瘤）。

3 發炎或腫瘤會增加組織蛋白的分泌（如：腎盂腎炎）。

4 少數遺傳性疾病，會造成腎小管無法回收正常濾出的少量蛋白質。

(三)生活小叮嚀(如圖一)



圖一蛋白尿生活小叮嚀

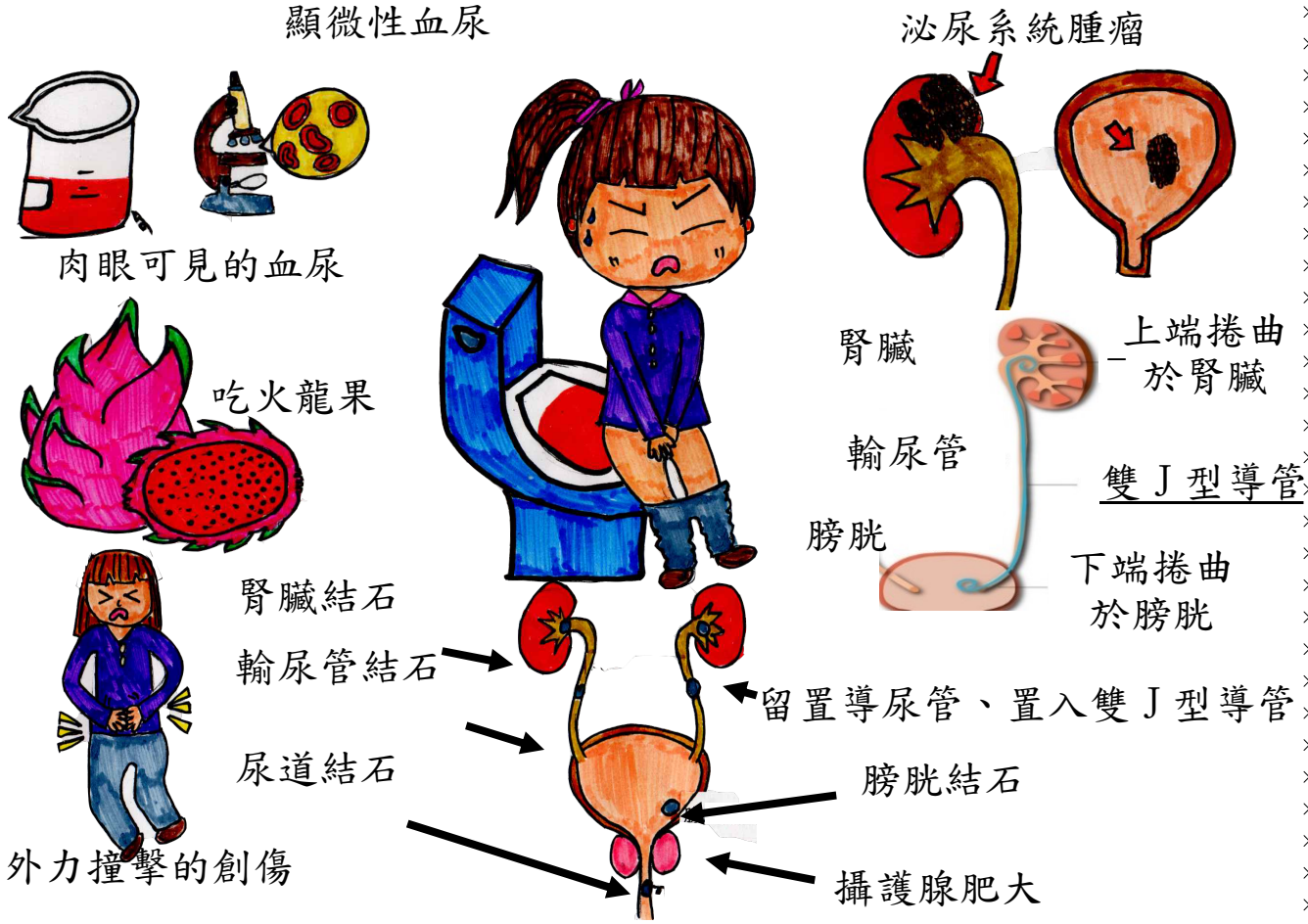
（出處:參考資料來源 file:///C:/Users/user/Desktop/健康管理手冊）

二血尿

(一)定義：

是指尿液中出現紅血球，尿液分析在顯微鏡檢下，每一個高倍視野出現大於 5 顆紅血球，即是血尿。若肉眼就可看見尿液呈鮮紅或暗紅色，為肉眼可見血尿，此時尿液中紅血球數量多，可能是泌尿系統受傷、血管問題、結石、發炎、或是腎臟系統問題。

(二)血尿常見因素如下圖(如圖二)



圖二血尿常見因素

(三)生活小叮嚀：

1 有放置雙 J 導管，有可能會有血尿，要多補充水分。

2 每 2-4 小時排尿一次，不要憋尿，需要完全排空膀胱中尿液。

3 多攝取水分，每天至少喝 2000 C.C.以上的水(需限水者除外)，特別是柑橘類水果或果汁，可以酸化尿液，減少感染機會。

4 性行為後、女性病人如廁後應注意清潔衛生，應由前往後擦拭(先擦尿道口再擦至肛門口)，並保持會陰部清潔及乾燥。

5 定期健康檢查，如有異常數據值時，須進一步超音波、尿液細胞學檢查，有必要時安排膀胱鏡或輸尿管鏡檢查，若為外力撞擊，請儘速就醫，以達早期診斷早期治療的目的。