

# 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。
- **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
- 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

\* 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

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

## ■ 治療

- 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。
- 如有發燒時給予退燒鎮痛藥物。

## ■ 預防

- 多喝開水，若無限水禁忌者（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。

- 多攝取含維生素 C 的食物，如橘子、柳橙、蕃茄、木瓜、藍梅汁、葡萄柚汁等。
- 多攝取酸性食物，如肉類、蛋類、乳酪、蔓越莓汁及穀類等。
- 女性如廁後，衛生紙由前往後擦拭。
- 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、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。
- 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
  - ◆肋骨緣以下的下背痛
  - ◆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。

■須完成整個抗生素治療療程，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！

AA000.010.2009.04 五修