



全人醫療 優質專業 關懷弱勢 深入社區 健康促進 成為在地民眾最信賴的健康促進醫院

泌尿道感染與急性腎盂腎炎

泌尿道感染通常是肛門附近腸內細菌沾染到泌尿道口，造成大量繁殖，最後沿著尿道上行造成發炎的結果。

依照感染部位，可以分(一)上泌尿道感染，就是急性腎盂腎炎，病人會發生腰痛、發燒、畏寒、噁心等全身症狀。如果急性腎盂腎炎延遲治療，容易導致腎膿瘍或敗血症，會有生命危險；(二)下泌尿道感染，例如：膀胱炎、尿道炎等，病人會有頻尿、血尿、濁尿、小便疼痛、下腹痛等局部症狀。

造成原因

- ④ 性別：女性尿道短靠近肛門，感染機會比男性高。
- ④ 年齡：1歲以前的嬰兒，男孩發生尿路感染比女孩高。兒童在學齡前、女性開始有性行為或懷孕期間，都是尿路感染的高峰期。男性老年後會因攝護腺肥大，泌尿道感染風險提高。
- ④ 先天性泌尿道功能缺陷或畸形、尿路結石造成尿路不通暢。
- ④ 神經性膀胱病變及攝護腺肥大，無法將膀胱內尿液解乾淨。
- ④ 糖尿病等慢性疾病，使身體免疫力較差。
- ④ 因診斷或治療需要，使用器械放入泌尿道，如膀胱鏡檢、導尿管放置，都有可能引起感染。

診斷檢查

- ④ 尿液常規檢查，即驗尿檢查。

continued

- ④ 尿液細菌培養。
- ④ 腎盂攝影、超音波等。

治療

- ④ 多喝水 (2,000 c.c /天)，增加小便次數，但年紀大或心臟病人，喝水量應與心臟科醫師討論。
- ④ 服用抗生素、解痙劑等藥物。
- ④ 其他針對解剖構造異常的治療。

預防

- ④ 經常上廁所，不要憋尿。性交前多喝水，自身及伴侶在性交前、後都應洗澡清洗會陰部，性交後立刻排尿。
- ④ 多吃富含維他命 C 的蔬菜水果，如蔓越梅汁可以酸化尿液，降低尿道細菌生長速度。
- ④ 避免食用刺激性食品，如咖啡、酒等。
- ④ 女性排便後由前往後擦拭。洗澡最好採淋浴，避免坐浴。
- ④ 貼身衣物保持乾淨、清爽，減少穿厚及不透氣褲裝，如牛仔褲。
- ④ 泌尿道感染的高危險群：糖尿病、尿路結石、攝護腺肥大及懷孕婦女。一但有不舒服症狀，應該儘早就醫。
- ④ 放導尿管病人，應每日以肥皂水洗會陰部及尿道口，並以溫水沖洗乾淨。
- ④ 若有反覆性的泌尿道感染，可能是身體構造異常或排尿障礙，應掛泌尿科門診，由醫師安排進一步檢查。

108.06 10-A5-043