



認識泌尿道感染

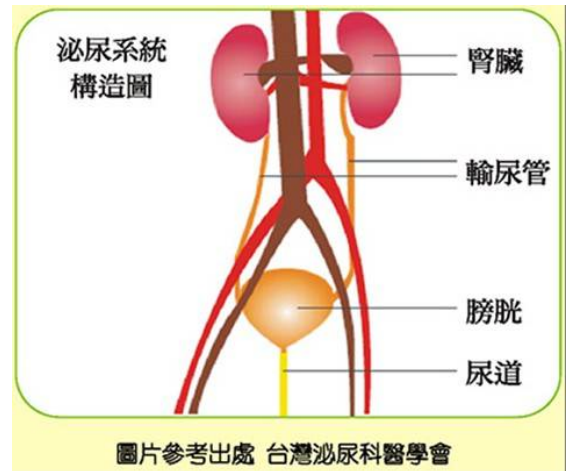


阮綜合醫院
阮綜合醫療社團法人
YUAN'S GENERAL HOSPITAL

2019/03 製訂、2023/11 修訂

一、什麼是泌尿道感染

泌尿系統包括了腎臟、輸尿管、膀胱、前列腺與尿道，泌尿道感染就是指上述的器官到細菌、黴菌或其他微生物的侵入引發感染。



二、發生的原因

1. 不良的衛生習慣，如：憋尿、飲水量少、如廁後擦拭方向錯誤。
2. 好發於女性，因女性尿道較短易感染；性交後憋尿。
3. 其他：如先天性膀胱發育不全、慢性病患者、長期放置導尿管者、下半身癱瘓者。

三、出現的症狀什麼？

泌尿道感染依部位不同症狀不一樣：

1. 下泌尿道(膀胱)症狀：頻尿感^(註1)、急尿感^(註2)、餘尿感^(註3)、排尿疼痛、灼熱感、下腹疼痛、發燒。

2. 上泌尿道(腎臟)症狀：噁心、腹脹、後腰疼痛、發燒等。

註1：頻尿感：是指每天(24小時)排尿次數超過八次。

註2：急尿感：是指很突然、很強烈需要馬上解尿的感覺

註3：餘尿感：是指排尿後的膀胱餘尿應少於50cc。

四、日常生活照護需知

1. 每日飲用足夠的白開水，至少2000cc，若水腫、心臟病、腎功能異常除外。
2. 多攝取維生素C的食物，如：橘子、柳橙、番茄、木瓜、蔓

越莓汁及蔓越

3. 女性預防之道：

 <p>解尿後擦拭方法由前往後擦(從尿道口擦往肛門口方向)</p>	 <p>保持會陰的衛生、少穿緊身內褲以免通風不良</p>	 <p>性交後，須立即排尿並多喝開水可減少感染</p>
 <p>月經期間勤換衛生棉</p>	 <p>洗澡採淋浴方式、用肥皂，避免泡浴及盆浴，以減少感染</p>	 <p>勿憋尿，有尿意時就趕快上廁。</p>

4. 長期使用尿管者，須依醫護人員指導定期更換，注意尿袋位置，不能高於膀胱，避免尿液回流。
5. 患有糖尿病、尿路結石、攝護腺肥大、前列腺炎易導致尿路感染的疾病應接受適當的治療才能預防尿路感染的發作。
6. 神經性膀胱炎患者，若照顧能力許可，間歇性導尿取代長期放置導尿管。
7. 感染期間應依醫生指示服用藥物，勿自行停藥導致復發重覆感染。

預防泌尿道感染小叮嚀：

1. 勿憋尿，每日飲用足夠的白開水，至少 2000cc。
2. 養成平日衛生習慣：
 - 2-1 解尿後從尿道口擦往肛門口方向。
 - 2-2 少穿緊身內褲以免通風不良。
 - 2-3 性交後，須立即排尿並多喝開水。



參考資料：吳麗彬、周繡玲(2022)·肝臟疾病與護理·於劉雪娥總校閱，成人內外科護理下冊(8 版，857-860 頁)·華杏。

製作單位：護理部 6B 護理站

諮詢電話：07-3351121 轉 1417