

②6 泌尿道感染 須知



建佑醫院 護理部

關心您的健康

102.10.1 製訂 (Inf-4)

一、什麼是泌尿道感染？

泌尿道感染是泌尿道因細菌而引起的感染，可發生於尿道、膀胱、輸尿管及腎臟。

二、常見的泌尿道感染症狀

(一) 頻尿(一直想解尿，但不一定有尿)、尿急、夜尿。

(二) 排尿會痛、有灼熱感。

(三) 血尿或尿液呈現混濁。

(四) 有些人會發冷、發熱、頭暈、想吐和腰背部疼痛，表示腎臟可能受到感染。

三、泌尿道感染治療

(一) 儘快就醫治療，醫師會依

照您的症狀和尿液檢查的結果，選擇適當抗生素治療。

(二) 大量的飲用開水，有助於將細菌排出尿道系統。

(三) 感染期間應依醫師指示服用藥物，勿自行停藥，以免復發。

(四) 感染期間應避免房事。

四、泌尿道感染預防

(一) 多喝開水，若無禁忌，每天應喝2000c. c. 左右的水份。

(二) 若有尿意應儘快解尿，勿憋尿。

(三) 多攝取酸性及含維他命 C 食物，如蔓越莓汁、藍莓汁、葡萄汁、柑橘類等，如為糖尿病患者，應注意避免攝取過多醣份。

(四) 穿著透氣性佳的棉質內衣褲，避免穿過緊的褲襪及束褲。

(五) 女性於生理期間應特別注意個人衛生，保持會陰清潔及乾燥，勤換衛生棉。

(六) 性行為後可立即如廁，且多喝開水。

(七) 如廁後用衛生紙擦拭時，

請由前往後擦拭，不可來回擦拭避免感染。

(八) 洗澡可採淋浴方式，以減少感染。