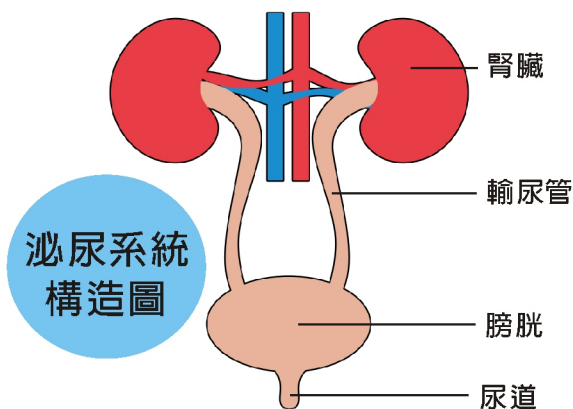


泌尿道感染 的照護



內科病房 製作

諮詢專線：(04)7113456#8791

讚美專線：0809-055215

住址：彰化市中山路一段366號

服務專線：04-7113456



彰化基督教醫療財團法人
漢銘基督教醫院

CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION
HANMING CHRISTIAN HOSPITAL

制定日期：2021年03月

修訂日期：2024年03月(三版)

51500-單張-中文-109-03

一、什麼是泌尿道感染？

細菌、黴菌或其他微生物經由尿道往上進入泌尿系統所造成的感染。

女性比男性更容易發生，因女性尿道口短且離肛門口近，導致肛門附近的大腸桿菌容易進入泌尿道。

二、症狀

1. 有些人可能沒有症狀。
2. 解尿疼痛、灼熱、頻尿、夜尿、尿急。
3. 尿液混濁、血尿。
4. 腰部、背部、下腹部疼痛。
5. 畏寒、發燒。
6. 噁心、嘔吐。



三、什麼人容易發生泌尿道感染？

1. 婦女、孩童、老年人。
2. 衛生習慣不佳。
3. 習慣憋尿者。
4. 性行為頻繁者。
5. 免疫力下降者。
6. 長期服用免疫抑制劑者。
7. 糖尿病、攝護腺肥大、尿路結石、子宮脫垂、長期臥床者。
8. 放置導尿管或異物者。

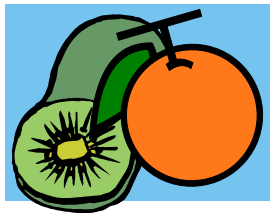
四、治療

以**抗生素**治療為主，症狀輕微者約使用 3-7天抗生素；嚴重或復發性感染者則需治療 7-10天。即使在服藥後1-3天症狀緩解，但細菌仍在小便中，須按照醫師指示服藥，以確保症狀完全控制，**切勿自行停藥以免復發或產生抗藥性。**



五、預防與保健

1. 若無限水禁忌，每天喝 2000-3000 ml 水份，多攝取維生素 C 及酸性食物，如柑橘類、奇異果、葡萄柚汁、蔓越莓汁及肉類、蛋類、乳酪、優酪乳、梅乾類食物等，酸化尿液，降低細菌增殖。



2. 有尿意感，應立即上廁所，勿憋尿，以免使膀胱收縮力下降，餘尿量增加而尿不乾淨。



3. 保持良好的衛生習慣及會陰部的清潔，女性如廁後，衛生紙應由前往後擦拭，即由尿道口擦至肛門；月經期間勤更換衛生棉。

4. 洗澡採淋浴，避免泡澡及盆浴。
5. 避免下半身體穿緊身衣物，勿穿合成纖維的內褲、褲襪及束褲。
6. 婦女於行房前、後應立即小便，多喝開水。
7. 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。
8. 使用之便盆、馬桶等容器須保持乾淨。
9. 放置尿管者，須注意每天之清潔消毒。

自我評量（是非題）

- () 1. 泌尿道感染可能會解尿疼痛、灼熱、頻尿、發燒，但有些人可能沒有症狀。
- () 2. 泌尿道感染抗生素治療，只需服藥後症狀緩解即可停藥，以免產生抗藥性。
- () 3. 預防泌尿道感染，應保持良好的衛生習慣及會陰部的清潔，女性如廁後，衛生紙應由前往後擦拭。

參考資料：

邱周萍、張凱喬、桑穎穎(2021)，泌尿系統疾病與護理，於王桂芸等總校訂，新編成人內外科護理下冊(六版，14-14-34頁)，永大。

| | | | |
|----|---|---|---|
| 題號 | 1 | 2 | 3 |
| 解答 | 0 | X | 0 |