

認識泌尿道感染

一、什麼是泌尿道感染？泌尿道感染就是，細菌侵入人體的泌尿系統造成感染，依感染部位不同，可分為：尿道炎、膀胱炎、前列腺炎、或急性腎盂腎炎。

二、常見的症狀：

- (一) 解小便灼熱感及疼痛、解尿困難、解血尿、頻尿、急尿、夜尿及小便混濁。
- (二) 持續性發燒、發冷。
- (三) 下腹部痛及腰部酸痛。
- (四) 嬰幼兒常出現哭鬧不安的現象。

三、發生原因：

- (一) 不良的衛生習慣，如：憋尿、飲水量少、如廁後擦拭方向錯誤。
- (二) 好發於女性。
- (三) 其他，如：性交、手淫、懷孕、多產、老化、先天性膀胱發育不全、慢性病患者、長期導尿者、下半身癱瘓者等等。

四、應注意事項：

- (一) 養成良好個人衛生習慣。
 - 1. 著棉質內褲。
 - 2. 如廁後應由前往後擦拭。
 - 3. 採淋浴，避免盆浴、三溫暖。
 - 4. 嬰幼兒應勤換尿布，保持清潔乾燥。
- (二) 如無特殊疾病限制者，每日水分應攝取 2,000~3,000cc，嬰幼兒依護理人員指導攝取適當水分。
- (三) 避免憋尿，有尿意時就應即刻將小便解乾淨，睡前也應解小便，性交

後立即排空膀胱。

- (四) 保持尿液酸化，可多攝取富含維他命 C 的酸性食物，如：肉類、蛋、乳酪、梅子、李子等等。
- (五) 長期使用尿管者，需定期更換，注意尿袋位置，避免尿液回流。
- (六) 泌尿道感染復發性高，務必按醫師指示服藥，勿擅自停藥，同時需定期返回門診追蹤。



新泰綜合醫院 關心您！