



高雄市立小港醫院（委託財團法人高雄醫學大學經營） 急性腎盂腎炎

一、什麼是腎盂腎炎

腎盂位於輸尿管上端一漏斗狀的腎質體。腎盂腎炎是指細菌經由尿道、膀胱侵入輸尿管擴散到腎臟而引起的感染。

反覆性腎盂腎炎，早期若沒有適當治療，可能發展成不可逆性的腎實質病變，進一步導致慢性腎衰竭等各種末期腎臟疾病，甚至會敗血症危及生命。

二、導致急性腎盂腎炎的因素

主要的感染途徑是細菌(多為大腸桿菌,佔 60-80%)由尿道沿伸至膀胱引起膀胱炎，繼而沿輸尿管向上蔓延至腎盂。當身體抵抗力下降或尿道黏膜輕度損傷（如月經期、性生活後等）以及尿路生理結構改變（如結石、腫瘤、攝護腺肥大等），此時細菌易乘虛而入，且會在腎盂處繁殖，而導致急性腎盂腎炎。

三、急性腎盂腎炎有哪些症狀

主要症狀為高燒【體溫 39-40 度】、頻尿、尿急、解尿疼痛及腰背疼痛等。通常尿液常規檢查可查出白血球細胞及菌尿症。

四、急性腎盂腎炎的治療措施有哪些

首先以靜脈注射抗生素三到五天，以維持藥物的血中濃度，退燒後則改為口服抗生素劑量。一般藥物及注射抗生素共需使用 1-2 週。若有發燒、疼痛或嘔吐時，會給予適當退燒藥物或補充體液控制症狀，若治療三天後仍有持續發燒，可能需作進一步之檢查，如：腹部 X 片或腎臟超音波檢查。

五、如何預防急性腎盂腎炎

- 1.要多攝取水份，一天應攝取 2000~3000 cc，維持每天排尿量在 1500 cc 以上。
- 2.定時上廁所，避免憋尿。
- 3.養成良好衛生習慣，大小便後由前（尿道口）向後（肛門）擦拭。
- 4.充足睡眠，避免過度勞累、熬夜。
- 5.多吃富含維他命 C 的食物，如：橘子、柳橙、蕃茄及木瓜等。
- 6.多吃酸性食物，使尿液酸化，以維持弱酸性狀態，如肉類、蛋類、乳酪、梅乾及殼類等。
- 7.可攝取蔓越莓汁或蔓越莓錠劑，因由醫學研究已得到證實，蔓越莓對反覆性泌尿道感染有預防效果，尤其對於大腸桿菌的感染。糖尿病患者可選擇無糖的蔓越莓汁。
- 8.婦女於性交前後排空膀胱且多喝水，月經期間須勤換衛生棉（至少四小時內更換），隨時保持會陰部的清潔。勿穿著太緊褲子，非生理期少用護墊產品，因易引起過敏導致感染。
- 9.洗澡採淋浴方式，避免泡浴及盆浴。
- 10.女性患者避免使用陰道灌洗。
- 11.老年男性須注意是否有夜尿增加或滴尿等攝護腺腫大之症狀，必要時請掛泌尿科門診追蹤。

若有任何問題請電洽：(07)8036783#3822

小港醫院內科 關心您