



# 高雄市立小港醫院（委託高雄醫學大學經營）

## 泌尿道感染之照護須知

### 一、前言

尿液在正常健康的泌尿系統中，是屬於無菌的狀態，一旦細菌經由尿道口進入尿道、膀胱、腎臟後，會引起泌尿道的感染，造成發燒、寒顫、急尿、解尿燒灼感、尿液有異味、腰部疼痛等現象。

### 二、致病因子

泌尿道感染，最常見的是大腸桿菌感染所引起，因尿道口離肛門較近，因此從肛門來的大腸桿菌很容易逆行至膀胱造成泌尿道感染。一般而言，無症狀菌尿症不須處理，約有1/2~1/3患者會自發性清除細菌。導致泌尿道感染的因素有：

1. 性別與年齡：常見於女性，因女性尿道比男性短，且尿道的位置接近陰道及肛門處，故容易增加其感染率，尤其在女性更年期後因賀爾蒙的改變導致陰道酸鹼值下降造成病菌及腸道菌增加，故容易成為泌尿道感染之高風險族；另外其懷孕及性行為頻繁者亦為高感染族群；其年齡大於60歲者，因生理功能減退導致免疫力下降故容增加感染的機率，其男性可能產生攝護腺肥大，導致排尿阻塞，因而增加泌尿道感染機率。
2. 神經性膀胱功能障礙、腫瘤、狹窄、結石、脊髓損傷及多發性硬化症等疾病。
3. 接受膀胱鏡或泌尿道系統侵入性檢查。
4. 導尿管的留置：當導尿管放置使用超過7天，其發生菌血症的機率則相對提高，故若需長期放置導尿管之患者務必遵循醫師指示定期更換尿管避免感染。
5. 水分攝取不足：當水分攝取不足時會減少排尿的頻率，因而增加細菌停留在膀胱或尿道內的時間，增加繁殖率，進而造成感染。
6. 長時間憋尿：若長時間憋尿，容易因尿液在膀胱內停留較久，而造成感染機率增加。
7. 衛生習慣不良：因女性尿道比男性短，且尿道的位置接近，當女性排尿後擦拭方向建議尿道口擦至肛門，即由前向後擦拭，當擦

拭方向不對時，可能將陰道及肛門間的細菌帶進尿道甚至膀胱內，引發感染。

8. 性行為：若衛生習慣不良，可能將陰道及肛門間的細菌帶至尿道或膀胱內造成泌尿道感染。

### 三、症狀

常見的泌尿道感染症狀有解尿疼痛、灼熱感、發燒、頻尿、尿失禁、血尿及下腹部不適感等症狀，當出現發冷、發熱、頭暈、想吐及腰部酸痛等症狀時，表示腎臟可能遭受感染，需立即至醫院治療。

### 四、急慢性合併症

急性：腎盂發炎、膀胱炎、尿道炎、急性攝護腺炎。

慢性：造成腎皮質膿瘍、腎周圍膿瘍，及腎衰竭等後遺症。

### 五、治療

1. 藥物治療：

(1)下泌尿道感染的膀胱炎及尿道炎，給予口服抗生素。

(2)上泌尿道的感染的急性腎盂腎炎，有時需住院注射廣效型抗生素，整個治療療程需要10-14天。停藥後一星期應追蹤尿液檢查，且建議門診追蹤持續一年。

2. 手術治療：

若合併結石或阻塞或膿瘍，需手術或引流治療。尿液的逆流可能導致腎臟局部纖維化，引起腎功能障礙，須先控制其感染症狀後，再手術將逆流的輸尿管與膀胱重新吻合。

### 六、出院後的居家照護

1. 依醫師指示服用抗生素，勿因症狀減輕隨意停藥，以防細菌對藥物產生抗藥性或使疾病復發。
2. 除非有特殊疾病限制，否則應充分飲水，維持每日1500~2000cc左右的水，以達到小便量每日1500cc。
3. 可攝取含維生素C的水果，如李子、蔓越莓(錠)、蔬菜等酸化尿液可降低細菌繁殖速度緩解尿道感染情形。
4. 勿憋尿，至少每3~4小時解尿一次，減少尿液停留在膀胱裡的時間。
5. 穿著易透氣棉質內衣褲。
6. 注意個人衛生，女性應每天清洗會陰，尤其是排便後，需使用

衛生紙由前往後擦拭，以免將肛門附近的病菌帶至尿道。

7. 採淋浴或擦澡不要泡澡，若需溫水坐浴，須加強坐盆的清潔，以減少細菌侵入的機會。
8. 勿使用粗糙的肥皂、泡沫劑或噴劑清潔會陰部。
9. 性交前後須解小便，排空膀胱。
10. 如果出現頻尿、解尿疼痛感、小便困難、發燒、寒顫時，應立即找醫師診治。
11. 如有導尿管留置，須注意：
  - (1)導尿管與尿袋接頭必須栓緊，保持密閉，以防受污染，且尿袋管路閘門處應隨時關閉，導尿管勿扭曲、受壓或拉扯。
  - (2)尿袋的尿量1/2~2/3滿時應倒除，將尿袋應置放於膀胱部位以下，以防尿液逆流，並於倒除尿液時需使用75%酒精消毒尿袋管路閘門，以防交叉感染。
  - (3)每日需使用清水或中性清潔劑沖洗會陰部，以維持尿道口之清潔和乾燥。
  - (4)一般乳膠導尿管及尿袋期限為14天，矽膠導尿管期限為30天，需定期回診更換，並每日觀察尿液的顏色及性質，注意是否有混濁、沉澱物等現象，若有則須返診治療。
  - (5)如有發燒、寒顫、尿道疼痛、尿液混濁、尿道口分泌物增加等異常現象，應立即就醫。

若有任何問題請電洽：(07)8036783 轉 3503 或 3504(5B 病房)

## 小港醫院泌尿科病房關心您