



泌尿道感染護理指導

2001.01 制定
2023.09 修訂

所謂泌尿道感染就是細菌侵入泌尿系統(尿道、膀胱、輸尿管、腎臟、腎盂等)而造成發炎。

一、誘發因素：

尿道阻塞(如結石)、憋尿、尿滯留(解尿解不乾淨)、懷孕、個人衛生習慣不佳、膀胱無力、長期導尿管留置及、先天泌尿道結構異常以及性行為後未妥善清潔。

二、症狀：

發燒、寒顫、頻尿、血尿、尿急、排尿困難、解尿疼痛有燒灼感、下腹部、後腰部疼痛、尿液混濁及、尿道口異常分泌物以及外生殖器發炎。

三、藥物治療：

泌尿道感染以抗生素治療為主，抗生素藥物分為口服及注射。入院時會做尿液常規檢查及尿液細菌培養，病情漸漸穩定後，醫師會將注射抗生素改為口服的方式給予，於出院後繼續服用，並於門診追蹤，請勿隨意停藥，以達到徹底治療的效果。

四、日常生活須知：

- (一)避免憋尿(有尿意感就上廁所)。
- (二)正常情況下(沒有心血管疾病、水腫)可多攝取水分，每天最好攝取2000-3000 cc以上，以維持一天排尿量在1500cc以上。
- (三)沐浴方式建議採淋浴，避免盆浴、泡澡及洗溫泉等，以減少感染的機會。
- (四)女性於性交後，應即刻解尿並避免陰道灌洗；排便後的清潔方式，由陰部往肛門擦拭(由前往後)，當擦拭的方向不對時，容易把陰道和肛門間的細菌帶進泌尿道，而引起感染；男性應注意尿道口及龜頭處的清潔，以預防感染。
- (五)少穿過緊的褲子，若有使用護墊，需勤更換，避免增加細菌繁殖的機會。建議穿著棉質內褲，避免穿著合成纖維內褲、襪襪等。
- (六)避免泌尿道感染之危險因子，例如有糖尿病應控制好血糖；有腎結石或男性攝護腺肥大應找專科醫師，及早接受治療，以減少再度發生。
- (七)出院後按照醫生指示，定期返診檢查。

若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務，出院後如有任何疑問，可利用馬偕醫院健康諮詢專線：台北/淡水馬偕(02)25713760、新竹馬偕(03)5745098、台東馬偕(089)310150 轉 311，諮詢時間：週一至週五上午 9:00-12:00，下午 2:00-5:00。

祝您 平安健康