



急診泌尿道感染病人自我照顧護理指導

2007.11制定
2020.04修訂
2023.01審閱

一、什麼是泌尿道感染

由於細菌的感染，造成尿道發炎。

二、誘發因素

糖尿病、尿道阻塞（如結石）、憋尿、懷孕、年紀大的婦人、個人衛生習慣不合宜、神經性膀胱功能不良（俗稱膀胱無力），長期導尿管留置、免疫系統疾病、先天泌尿道疾病等。

三、症狀

發燒、寒顫、恥骨上疼痛、腰痛、頻尿、血尿、尿急感、排尿困難、解尿疼痛或燒灼感、夜尿。

四、日常生活須知

1. 避免憋尿。
2. 正常情況下（沒有心血管疾病、水腫）多攝取水份，每天最好攝取2000~3000cc以上，以促進排尿，來降低細菌數目。
3. 可增加尿液的酸性，減少復發機會，如食用蔓越莓汁、梅乾、梅子、李子、葡萄乾等。
4. 避免盆浴，鼓勵淋浴。
5. 避免去衛生欠佳之公共浴池。
6. 注意衛生習慣，女性於性行為後，應立即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；男性應注意尿道口及龜頭處的清潔，以預防感染。
7. 穿寬鬆或棉質內褲，避免穿著緊身或合成纖維內褲、褲襪等。

五、請依醫師指示按時返院複診或泌尿科門診追蹤治療。

六、若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務。

諮詢電話 台北25433535 轉3126；淡水28094661 轉2662

祝您 平安健康 馬偕紀念醫院急診室

項目：急診泌尿道感染病人自我照顧護理指導

簽名：

關係：

日期：