

## 尿路感染注意事項

### 1. 什麼是泌尿道感染？

只要是泌尿系統的任何一個組織器官受到感染，包括腎臟、輸尿管、膀胱、尿道感染皆稱之。

### 2. 那些人容易得泌尿道感染？

1. 更年期或是年長女性。
2. 糖尿病等慢性病人。
3. 使用導尿管的病人。
4. 有尿道結石或是攝護腺肥大的病人。
5. 衛生習慣不良。

### 3. 症狀與徵象：

頻尿、尿急、夜尿、小便疼痛、發燒、噁心、嘔吐、寒顫、腹痛、側腰痛、小便有異味，小便混濁或有血尿情形。

### 4. 泌尿道感染照護與預防

1. 每日除三餐外，額外攝取水份2000cc。(水份限制者例外)。
2. 若要放置尿管者，要注意每天之清潔消毒，男性病人尿管固定在下腹部；女性病人固定在大腿內側。
3. 多食用使尿液酸化的食物(如維他命 C、健康醋、藍梅汁、葡萄柚汁、柑橘類)能減少感染之發生。蔓越莓汁中的濃縮單寧酸能夠抑制大腸桿菌黏附上泌尿道細胞的能力。
4. 勿憋尿，女性於生理期間應特別注意，保持會陰清潔及乾燥。
5. 排便後用衛生紙擦拭時，請由前往後擦拭，以免感染。洗澡以淋浴方式，可減少感染。
6. 感染期間應依醫生指示服用藥物，勿自行停藥，以免復發。

桃新凡事用心



聯新國際醫院 桃新分院

對您無限關心

總機：03-3325678

預約專線：03-3326161