



泌尿道感染之護理指導

編號：QP-S-02-N0706

◎**泌尿道感染**：泌尿系統的任何一個組織器官受到感染，包括腎臟、輸尿管、尿道、膀胱或先天性尿路結構異常而引起感染者，如：尿道炎、膀胱炎、腎盂腎炎。

◎**注意事項**：

1. 症狀：如小便灼熱感、頻尿、小便有血、發燒、寒顫、下腹疼痛、腰痛。
2. 治療：依醫囑補充水份、促進排泄，使用抗生素，如有發燒依醫囑給予退燒鎮痛藥物。
3. 可多攝取富含維他命 C 之蔬果（如：柳丁汁、橘子、蔓越梅汁等）。
4. 儘量攝取大量水份，每日除三餐外，額外攝取水份 2000-3000c.c.，以淡化尿液，減少感染(水份限制者例外)。
5. 忌吃刺激性食品，如：咖哩、芥菜、辣椒、大蒜、胡椒、酒等。
6. 保持身體清潔，勤換內衣褲（可穿棉質內衣褲）。
7. 洗衣服時避免使用漂白劑或強烈洗衣粉，且須清洗乾淨。內衣褲勿與穿過的襪子一起洗滌。
8. 若有尿意，應趕快解尿，勿憋尿。如廁後，女性由前往後擦拭（由尿道口向肛門口方向）。
9. 女性於生理期間應特別注意，保持會陰清潔及乾燥。
10. 當出現尿道感染症狀時，請勿進行性行為。
11. 洗澡以淋浴方式，可減少感染。
12. 感染期間應依醫生指示服用藥物，勿自行停藥，以免復發或產生抗藥性。

員生醫院關心您！