

尿路感染

1. 什麼是尿路感染？

尿路感染是泛指人體泌尿道的微生物感染。一般而言，常見的尿路感染是指腎臟、輸尿管、膀胱、攝護腺和尿道受到細菌、披衣菌、黴漿菌、鞭蟲等各種微生物的侵犯引起的發炎反應。而其中的細菌感染是最常見的，女性病患常見的尿路感染是膀胱炎，而男性病患則主要是攝護腺炎。尤其是職業婦女、司機先生，因為工作的關係，比較容易有這類問題，應特別注意。

2. 尿路感染會有什麼症狀？

尿路感染隨著感染的位置和程度的不同，造成的症狀也不一樣。常見的膀胱、尿道感染，病患會有頻尿、尿急、排尿灼痛、下腹疼痛或尿道口排出分泌物等症狀；若是腎臟的感染，病患可能有腰痛、發燒、寒顫的症狀。嚴重的尿路感染，細菌可能擴散到身體其他部位，造成敗血症。相反的，有些尿路感染的病患完全沒有任何症狀，卻可以由尿液檢驗或儀器檢查中看出有尿路感染的跡象。

3. 據說女性比較容易患得尿路感染，為什麼呢？

是的。除了新生兒時期，男性的病例略多於女性外，在其他各個年齡層中皆是女性多於男性。據統計，學齡前的兒童尿路感染男女的比例為 1:10。一般成年人尿路感染男女的比例為 1:50。60 歲以後，由於男性攝護腺肥大，尿路感染的發生率增加，使男女的比例成為 1:10，可見女性是比男性更容易有尿路感染的煩惱。

造成女性容易有尿路感染的原因為：

- 1. 女性的尿道較短，大約只有 4 公分長，來自腸道的細菌，尤其是大腸桿菌，常在女性外陰部滋生，再由尿道侵入膀胱，尤其在行房和懷孕時，這些細菌更易侵入。
- 2. 在停經後的婦女，其膀胱粘膜的抵抗力減弱，比較容易被感染。
- 3. 有些女性因工作和環境的關係，有憋尿的習慣，影響了膀胱正常排尿的功能，也會導致尿路感染。

4. 尿路感染的病患應接受那些檢查？

最基本的檢查，就是尿液常規檢查，也就是驗尿檢查，主要是看尿液內是不是有發炎的反應和細菌感染的徵狀。其次是做尿液細菌培養。男性尿道和女性陰道的分泌物或攝護腺液也都要檢驗，以鑑別造成感染的微生物種類及其對抗生素藥物的感受性。如有發燒、寒顫的症狀時，必須另外檢驗血液。其他如 X 光、超音波和內視鏡檢查及血液生化，免疫機能的檢驗，則依病情的需要再予以安排。

5. 尿路感染應如何治療？

由於尿路感染主要是細菌感染造成，適當的抗生素藥物治療是必須的。對於女性單純的膀胱感染，只需 1-3 天口服抗生素治療。比較嚴重的，膀胱和尿道的感染，傳統上是給予 7-14 天口服抗生素的治療。或合併藥物注射治療。對於腎臟和攝護腺的感染，就應給予更積極治療，急性感染時病患會合併有發燒、畏寒的症狀，應予以連續的藥物注射治療。慢性的攝護腺細菌感染，則需要 6-12 週口服藥物的治療。

6. 尿路感染應如何預防？

規律的生活，均衡的飲食，避免過度勞累，充分的飲水和良好的排尿習慣是預防尿路感染的基礎。女性病患如常常為反覆發生感染所困擾，可使用預防性的藥物，而且個人的衛生習慣和婦科的問題都應加注意。男性尿道或攝護腺感染的病患應避免刺激性的食物，不可飲酒或咖啡，以免症狀復發。鋅劑的補充對攝護腺感染的病患也有幫助。溫水坐浴可以減輕排尿不適的症狀。多食用含有維生素 C 的水果和蔬菜，有助於調節尿液的酸鹼度，避免尿液中產生沈澱。此外，如有糖尿病、尿路結石、攝護腺肥大等易導致尿路感染的疾病，應接受適當的治療，才能預防尿路感染的發作。

