

好痛好尷尬！

泌尿道感染 懶人包

文／泌尿部 主治醫師 周聖峰

夏天，雖然喝得多、但流汗更多、排尿量減少，是泌尿道感染的好發季節。一位26歲年經的護理同仁陳小姐，因工作忙碌，經常一整天下來沒喝水也憋尿沒上廁所，常常一班就一杯飲料果腹，有天回家後突然感覺下腹疼痛、甚至血尿；忍了兩天狀況仍未改善，下班後至泌尿科門診就醫。這樣的故事背景是不是很熟悉呢？醫護人員因為壓力大，且工作期間常常無法正常排尿，以及正常的進食飲水，導致泌尿道感染經常纏身。許多人對於這個難以啟齒的泌尿道困擾有許多疑問，分述如下：

Q1 什麼是尿道發炎？

A 泌尿系統就像是一條下水道，每天將腎臟過濾後的代謝產物和毒素排出體外，如果泌尿道內有大量的細菌孳生，就稱為泌尿道感染。泌尿道區分為上、下泌尿道兩個區塊，上泌尿道的部分指的是腎臟和輸尿管，下泌尿道就是膀胱和尿道，男性還包含攝護腺。下泌尿道發炎是常見的感染症，症狀如果有

排尿疼痛、排尿灼熱、頻尿、急尿、甚至伴隨著血尿、下腹疼痛，極有可能就是尿道發炎。尿道發炎復發率高，不少人在治療後稍有疏忽，很容易又再次中標。尿道炎不論男女都會發生，且尿道炎復發率不低，如果一年復發三次以上，必須找出根本原因加以治療。

Q2 哪些原因會造成泌尿道感染？

A 女性較容易有泌尿道感染，除新生兒時期，男性感染比例略高於女性外，在其他各個年齡層中皆是女性多於男性。若衛生習慣不佳、過度頻繁的性行為、泌尿道先天性解剖構造異常、飲水量太低、長時間憋尿、多重慢性疾病、脊髓受傷、糖尿病神經病變或骨盆腔手術之後，會更容易遇到這樣的感染。患者會出現排尿疼痛、生殖器分泌物以及搔癢感等症狀，尿道炎治療難度不高，只要用抗生素殺死致病菌即可治療，性伴侶也需一同接受檢查，以免反覆交叉感染。

Q3 什麼是常見的併發症？

A 感染嚴重的患者會有背後腰部疼痛、發燒、發冷或是頭暈想吐等症狀，如果出現以上症狀，可能細菌已經沿著下泌尿道感染到上泌尿道系統，尤其是腎臟，必須立刻治療，也就是常見的腎盂腎炎，未妥善治療甚至會侵入血液造成敗血症，會危及病人生命。女性如果長期反覆感染尿道炎，嚴重會併發骨盆腔炎，甚至導致不孕。男性方面，有些細菌在感染尿道後，會造成尿道膿瘍，日後結疤的結果會使尿道狹窄，患者會感到小便困難，同樣在尿路上的攝護腺、副睪與睪丸也可能受到侵襲產生攝護腺炎，病患會有會陰部疼痛及下背部疼痛的症狀，甚至導致慢性骨盆腔疼痛；嚴重時，病患的副睪也會受到傷害而導致不孕。

Q4 尿道炎應接受哪些檢查？

A 除了一般的身體檢查和尿液檢查外，可能尚須採取尿道的分泌物做抹片檢查和細菌培養，幫助醫師查明造成感染的微生物，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、免疫機能檢驗，可能需要依照病情再予以安排。

Q5 如何預防泌尿道感染？

A 大量喝水可以幫助尿液稀釋、減輕排尿疼痛灼熱的不適感，建議每日水分攝取量應大於2000c.c.以上，天氣炎熱時更應該加大攝取量。不憋尿，有尿意時就要排尿，因為尿液濃度高容易有結石、感染、甚至是神經傳導問題。正確清潔私密處，尤其是在性行為前後清洗、排尿；清洗時，以清水或中性肥皂

清洗外陰部，不過度清潔或使用具有刺激性的清潔劑。

Q6 泌尿道感染的治療方式主要有哪些？

A 抗生素會是針對細菌性的泌尿感染的第一線治療，嚴重的病人可能需要住院，並使用針劑抗生素治療。無症狀之菌尿症病人，往往沒有任何排尿問題或全身症狀，但是在尿液培養結果卻檢測出大量細菌，常見於老年人、女性或懷孕婦女，一般會使用短期約三天左右的抗生素治療。當細菌侵入下泌尿道，並且造成膀胱紅腫熱痛的發炎症狀，病人往往需要服用為期五至七天的抗生素治療。當細菌經由尿道、膀胱逆流而上到輸尿管、腎臟而引起的感染，或所謂腎盂腎炎，症狀嚴重者需要住院給予藥物治療，種類、給予方式、療程的長度則會由醫師判斷疾病嚴重度、病患的健康狀況、以及感染的菌種有所不同。須注意的是，隨著抗藥性問題愈來愈嚴重，抗生素的使用也得比過去更為謹慎。

Q7 泌尿道感染與不孕有什麼關係呢？

A 由於男女晚婚及壓力大，使不孕病例增加，生育問題在已婚男女逐漸受到重視和討論。反覆性的泌尿道感染症狀容易被忍耐忽略，造成長期感染潛伏，經由性行為互相傳染而不自知；女性可能造成骨盆腔感染，尤其是輸卵管的水腫與阻塞，直接造成精子和卵子無法相遇，子宮外孕機率增加，或是子宮內胚胎困難著床的大問題。另外，也可造成男性副睪、睪丸發炎甚至是攝護腺發炎影響懷孕，會明顯降低精子數目，造成男性精子活動力損傷及精子型態的異常，慢性攝護腺炎不利於男性生育條件，對於不孕有一定的影響性。🕒