



感染別輕忽！ 泌尿道發炎7疾病 及背後隱藏的危機

文／泌尿部 主治醫師 方仁愷

案例分享

顏女士今年歲數已年過60載，過去是火車列車長，每日南北奔波，背負著無數旅客的安全。如今退休後的生活，躺在沙發上追劇是她每日最大的樂趣。看得入迷時，可以一整個上午都不用起身。

然而，近日生活有了變化，即使劇情再精采，也擋不住突如其來的尿意，才尿完沒多久，尿意又來，大約每30分鐘就要跑一次廁所，似乎是膀胱在對慵懶的沙發馬鈴薯發出無聲抗議。此外，排尿時總覺得燒燒熱熱的，尿液看起來紅通通……讓顏女士不禁納悶：難道是泌尿道感染又發作了？

雖說惱人，但顏女士也習以為常。回想當她年輕在台鐵當車長時，早就飽受泌尿道感染之苦。火車一直跑，上班時根本沒時間上廁所，為了不上廁所，渴了也不敢多喝。因此，每年來個三、五次的急性膀胱炎，似乎是顏女士與同事們的常態。

一 急性膀胱炎

急性膀胱炎大多是因為細菌從尿道逆流而上進入膀胱導致感染發炎，常見的細菌為大腸桿菌。女性的尿道較短，發生率較男性高，約有一半的女生一生中會得到至少一次的急性膀胱炎。

膀胱炎的主要症狀有頻尿、尿急、排尿有灼熱感、血尿，甚至發燒。大多服用一週的抗生素即可痊癒。然而，有些人即使治好了一次，後面還有千千萬萬次，膀胱炎特別容易復發，如果一年內發生3次以上的泌尿道感染，即可定義為「反覆泌尿道感染」。

危險因子包括性行為頻繁、新的性伴侶、避孕套使用殺精劑、小時候

有泌尿道感染的病史。若是停經後的婦女，如果有尿失禁、萎縮性陰道炎、膀胱退化尿不乾淨等狀況，也容易發生膀胱炎。

想擺脫膀胱炎復發，如何預防？

日常預防的方法包括生活習慣改變，守則如下：

- ① **多喝水**：增加尿液的排出量，減少細菌在膀胱內的存留時間。
- ② **避免憋尿**：若是常在性行為之後感染的人，更應避免在行房後憋尿。
- ③ **排尿後擦拭應由前往後擦**：避免肛門的細菌汙染尿道。
- ④ **注意保持私密部位的清潔**：但不要灌洗陰道裡面以免破壞陰道內的好菌。
- ⑤ **不穿太緊太悶的褲子**。

如果上述習慣都已確實做到，仍然反覆感染，醫師可能會有以下建議：

- ① **健康食品**，如蔓越莓或是甘露糖，但研究上證據力不高，沒有保證一定有效。
- ② 若是停經後的女性有萎縮性陰道炎，可給予陰道的雌激素塗抹治療。
- ③ 長期低劑量的抗生素治療。
- ④ 如果是中老年男性反覆得到膀胱炎，要檢查是否有攝護腺肥大、尿不乾淨、膀胱結石等問題。治療背後的病因，便可以預防下一次的感染。

二 急性腎盂腎炎

如果細菌進一步往上跑到腎臟，便有可能發展成「急性腎盂腎炎」，其症狀包括腰痛、噁心嘔吐、發燒等。重要的是，急性

腎盂腎炎如果沒有及時治療，可能會非常嚴重，甚至危及生命。

腎臟感染的病人，有很高的機率細菌會跑到血液裡，可能進一步惡化為敗血性休克。有些病人沒有警覺，在家腰痛發燒不以為意，自行服用退燒藥而不就醫，結果昏倒、意識不清才被家人送到急診，這時往往已經感染很嚴重了。尤其是有糖尿病的患者，免疫力較差，病程惡化更快。所以一旦有這些症狀疑似急性腎盂腎炎，建議盡速就醫，若醫師檢查後覺得感染較嚴重，會建議住院觀察與抗生素治療。

一旦診斷為急性腎盂腎炎，需要檢查是否有腎水腫的問題。輸尿管是連接腎臟與膀胱的尿液通道，如果輸尿管因結石、腫瘤、狹窄等而塞住不通，就會腎水腫。如果急性腎盂腎炎同時有腎水腫的狀況，除了抗生素的治療，還需要放腎臟引流管或雙J導管解除腎水腫的問題，感染才能較快地受到控制。

另外，產氣性腎盂腎炎是更嚴重且可能致命的感染症，電腦斷層會看到腎臟裡面有一些空氣和膿瘍，需要放置引流管和廣效性抗生素治療。有時需要將化膿、壞死的腎臟切除才能治癒。

總結來說，如果本身有糖尿病，需要吃藥或打胰島素控制好血糖，有急性腎盂腎炎的症狀需盡快就醫，避免進展為敗血性休克或是產氣性腎盂腎炎的重症。

三 間質性膀胱炎

女性排尿不適，不一定是細菌感染所引起。有時長期排尿疼痛、頻尿、尿急，但

每次尿液檢查都正常，如此就有可能是間質性膀胱炎，或是稱作膀胱疼痛症候群。這種疾病吃了抗生素也治不好，十分惱人！但別擔心，醫師還是有許多方法可以減緩症狀。藥物會使用抗膽鹼藥物，放鬆膀胱，減少膀胱敏感或過動；玻尿酸的膀胱灌注；如果經由膀胱鏡發現膀胱黏膜有Hunner's潰瘍，將病灶刮除，也可緩解不適。

雖說單純性的膀胱炎與腎盂腎炎較容易發生在女生，但老天是公平的，男人們也有許多炎症需要去面對，如尿道炎、攝護腺炎、副睪炎等。

四 尿道炎

尿道炎大多為性傳染病，分為淋病雙球菌感染所造成的淋病，與非淋病型尿道炎，主要症狀是排尿疼痛，尿道口有分泌物。淋病會有濃稠的黃白色分泌物從尿道口流出；非淋病型尿道炎主要由黴漿菌、披衣菌等感染，尿道口分泌物較清澈，呈半透明樣。尿道炎治療也是使用抗生素，重要的是，與其他性傳染病一樣，性伴侶要一起治療，並從事安全性行為以避免傳給下一個人。

五 攝護腺炎

攝護腺是男性特有的器官，在膀胱出口處包覆著尿道。攝護腺炎可能由細菌感染所造成，常見的症狀為排尿疼痛、會陰部疼痛、骨盆腔疼痛。若是症狀持續3個月以上，就稱為慢性攝護腺炎。細菌感染的攝護腺炎也是以抗生素治療，療程較長，急性攝護腺炎要治療2週，慢性攝護腺炎至少治療4~6週。

有些攝護腺炎是沒有細菌感染的狀況，又稱慢性骨盆腔疼痛症候群。在治療上可能就比較棘手，沒辦法使用抗生素就治療好，往往需要長期服用非類固醇抗發炎藥、甲型阻抗劑。近年來低能量震波的引進，除了用在勃起功能障礙、肌腱發炎等，也對慢性骨盆腔疼痛有一定的療效。低能量震波會在會陰部施打痛點，每週打一次，療程約6週，是個安全有效的治療。

六 副睪炎

副睪炎的症狀包括陰囊紅腫熱痛、發燒等，大多是細菌感染所引起。如果是性活躍的年輕人，可能是性傳染病的細菌，如淋病雙球菌或是披衣菌，如果是較年長者，多是大腸桿菌等腸道菌感染，治療方式一樣是抗生素治療10至14天。前幾天睪丸很痛時可以吃止痛藥，躺著時可以用毛巾將陰囊墊高，活動時可穿較緊的內褲，陰囊托高可以減輕疼痛。副睪炎如果較嚴重導致陰囊膿瘍或是壞死性筋膜炎（佛尼爾氏壞死症），就需要手術清創，住院治療。

副睪炎也有可能發生於小朋友，重要的是，小朋友睪丸痛不一定是副睪炎，需要小心是不是睪丸扭轉，尤其是12至18歲是睪丸扭轉的好發年齡。如果家中的小朋友提到睪丸痛，一定要在黃金6小時內帶到醫院檢查，如果是睪丸扭轉，愈早發現、愈早手術，成功挽救睪丸的機會就愈大。

有些小朋友會不好意思說睪丸痛，或是分不太出來是哪裡痛，可能表現出肚子痛、大腿內側痛，這時也要小心是不是有睪丸扭

轉的問題。睪丸扭轉的表現包含突然劇烈的睪丸疼痛、腹痛、噁心嘔吐，睪丸外觀看起來腫腫的、往上縮的樣子。

而中老年男性的泌尿道感染大多與攝護腺肥大有關係，攝護腺肥大導致排尿不乾淨，膀胱就容易藏汙納垢，進一步導致膀胱炎、攝護腺炎、副睪炎。所以，攝護腺肥大需要適當治療，藥物、手術都可以有效改善尿不乾淨的問題。

七 佛尼爾氏壞死症

就是會陰部的壞死性筋膜炎，男女都有可能發生，容易發生在糖尿病等免疫力不好的人。壞死性筋膜炎是嚴重的軟組織感染，其他手、腳等部位都有可能發生。輕微表淺的軟組織感染稱為蜂窩性組織炎，通常抗生素治療就可改善，但如果嚴重到壞死性筋膜炎，就需要緊急清創手術，將膿引流，把感染壞死的組織清除，否則可能敗血性休克，有生命危險。

佛尼爾氏壞死症的前兆可能只是陰囊上小小的毛囊炎、副睪炎、肛門膿瘍等，若沒及時適當的治療，就有可能惡化為佛尼爾氏壞死症。第一次清創手術後往往傷口不會縫合，每天傷口照護與抗生素治療，如果組織一直壞死，清創手術可能需要反覆執行，等傷口乾淨之後再縫合。如果切除的皮太多無法縫合，就需要由整形外科醫師做皮瓣重建手術。

後記

個案顏女士覺得自己跟年輕時一樣，泌尿道感染又發作了，也許是電視看得太入

迷，喝水少了，於是自行去藥房買了抗生素服用。一週過後，症狀是好了許多，但仍然有血尿的狀況，時好時壞，她也不以為意。

一個月後，兒子回來老家相聚，看到馬桶上有些血漬，不經問到：「媽～馬桶怎麼有血？」顏女士回答：「沒事啦～只是泌尿道感染而已！」兒子勸道：「血尿還是去醫院檢查一下比較好喔～」

顏女士聽從兒子的建議到泌尿科門診，經過醫師檢查後，竟然發現有膀胱腫瘤。幸好腫瘤是初期的，腫瘤刮掉後每3個月追蹤一次，都沒有復發。是的！最後要提醒大家的是，有血尿的狀況不能都歸咎於膀胱發炎，還是要到泌尿科門診檢查與追蹤，排除腫瘤的問題，永保健康的身體。

• 保健小提醒 •

- ① 如果沒有需要限水的疾病，平時應多喝水不憋尿，減少泌尿道感染。
- ② 若懷疑腎盂腎炎、會陰部感染，請盡早就醫，避免小病變大病。延遲就醫常發生在諱疾忌醫的獨居長者，家人多一分關心，便可少一分擔心。
- ③ 家中的小朋友若有睪丸痛、腹痛、大腿痛，都要想到睪丸扭轉喔！
- ④ 有血尿，找原因。🚽