



尿道感染

Urinary Tract Infection (Chinese Traditional)

什麼是尿道感染？

What is a urinary tract infection (UTI)?

尿道感染是細菌感染了泌尿系統。最常見的感染部位是膀胱（膀胱炎），但在發生併發症的病例中，感染會發展到腎臟（腎盂腎炎）。這種感染通常不是通過性行為傳染的。

什麼原因導致尿道感染？

What causes UTI's?

多數的尿道感染是因為來自腸道或陰部皮膚的細菌傳播到尿道（排出尿液的開口）。細菌很容易會從此處傳播到膀胱，甚至在較罕見的情況下傳播到腎臟。尿道感染女性比男性常見，因為女性的尿道非常短，細菌更容易由此到達膀胱。

有什麼症狀？

What are the symptoms?

多數尿道感染的人排尿頻繁，尿急感或排尿後感覺膀胱仍然漲滿，常在排尿時有“燒灼”感。尿液可有惡臭味，有時可在尿液中看到血。可有下腹部疼痛和觸痛感。側腹（腎臟所在的部位）疼痛和發燒可能是腎盂腎炎的跡象。

如何診斷？

How is it diagnosed?

如果尿道感染症狀屬非常典型，可在不作檢測的情況下作出診斷。多數會採集中段尿液樣本，然後在顯微鏡下檢查樣本是否有細菌，膿細胞或血液。如果存在，細菌將送去培養，然後檢測以確定哪一種抗菌素對治療感染有效。這個過程需要好幾天的時間。若有尿道感染的症狀應看醫生，確認診斷並進行治療，這是很重要的。其他感染有時候會被誤認為是尿道感染，因此需同時檢測是否有性行為傳播如衣原體等的其他感染。



如何治療？

How is a UTI treated?

首先，最重要的是治療症狀，緩解不適。普通止痛藥物如撲熱息痛（paracetamol）會有幫助，另外“Ural”袋裝沖劑或Citravescent沖劑（藥房有售）可幫助減少燒灼和刺痛感。建議飲用足量的水份，每天至少喝1.5-2公升。

其次，需使用抗菌素治療感染。抗菌素通常在取得檢驗結果之前便開始使用，如檢驗結果顯示需採取不同的抗菌素時才換用抗菌素。症狀通常在3天之內緩解，但在幾天之內仍可能有輕微不適感，因為膀胱需要時間恢復。如果懷疑有腎盂腎炎（例如有發冷，發燒或背疼），可能需要入院，接受靜脈注射抗生素。

如何預防尿道感染？

How can UTI's be prevented?

有些婦女覺得下列方法有助於減少受尿道感染的風險，雖然這些方法並未得到臨床研究的證實：

- 大量飲水和其他液體，以此沖洗泌尿系統；
- 避免使用含有殺精子劑的產品，尤其是避孕隔膜；
- 如廁後，從前面往後面擦（從尿道往肛門方向）；
- 性交後排尿；
- 反復發生尿道感染的婦女每天喝小紅莓汁（cranberry juice）或小紅莓汁膠囊可減少發生感染的次數。