



泌尿道感染的用藥與保健

文／藥劑部 藥師 鄭啓在

人體的泌尿系統是由腎臟、輸尿管、膀胱、尿道等所組成，當細菌侵犯上述部位，引發腎盂腎炎、膀胱炎、尿道炎、前列腺炎及副睪炎等發炎現象，即稱為泌尿道感染。

泌尿道感染的原因

以女性來說，女性的尿道比男性短，尿道口距離陰道及肛門又相當近，所以容易因為性行為或如廁時不當的衛生習慣，而讓細菌經由尿道進入膀胱，造成泌尿道感染。這種逆行性的感染往往是導致泌尿道感染的主因，研究發現，75-95%的泌尿道感染，禍首是一種經常出現在直腸的大腸桿菌，由此不難推想其因。

此外，女性在更年期和懷孕期間，因為荷爾蒙的變化，改變了泌尿道及陰道內的正常菌叢生態及酸鹼值，使得細菌更容易在泌尿

道裡孳生，成為泌尿道感染的高風險群。如果合併有高血壓、糖尿病等慢性疾病，更會增加泌尿道感染的風險。

還有許多人因為忙碌而憋尿或水分攝取不足，排尿次數過少，細菌也有可能透過尿道引發泌尿系統感染。嚴重者，尿液還會回流到腎臟，因腎積水而造成尿毒症等併發症。

至於兒童的泌尿道感染，有時意味著有潛在的泌尿系統結構異常，例如常見的膀胱輸尿管逆流，或是尿道瓣膜及尿路阻塞等先天性疾病。這種情形若不能及早診斷出來並加以治療，易使腎臟功能受損。

感染時的主要症狀

當泌尿道發生感染時，正常的尿液顏色會由黃色或近乎透明乾稻草色變成混濁，甚至出現血尿。常見症狀包括少尿、尿急、頻

治療泌尿道感染常用的抗生素

類別	磺胺類藥物	頭孢菌素類	奎諾酮類藥物
藥名	Baktar	Cephradine 250 mg/ Cap	Ciprofloxacin 500mg/Tab Levofloxacin 500mg/Tab Moxifloxacin 400mg/Tab
中文名	撲菌特錠	利速復膠囊	速博新膜衣錠 佐淨菌膜衣錠 威洛速錠
常見副作用	胃腸障礙、皮疹	腸胃不適、皮疹	噁心、嘔吐、厭食、腹痛、腹瀉、頭痛
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ● G6PD (蠶豆症) 病人應避免使用。 ● 懷孕第3期禁用 	授乳婦女服用時須小心，因此藥會移行到母乳中。	<ul style="list-style-type: none"> ● 盡量避免與制酸劑併用，若必須使用制酸劑，請在服用制酸劑的前1小時或後2小時服用，避免影響療效。 ● 服藥期間，出門要採取防曬措施，避免產生光敏感性。

尿、排尿時尿道疼痛或有灼熱感、腰部背部或下腹部疼痛、尿道口有分泌物等。萬一出現寒顫、發燒、頭暈、想吐等症狀，可能是腎臟受到感染。

泌尿道感染只要接受正規治療，很快就能痊癒，因此患者切莫因為懶得就醫而拖延不理或胡亂自行用藥，否則病情可能惡化。

治療時的用藥須知

治療泌尿道感染最常使用的藥物就是抗生素，依病情嚴重度，療程約3-14天不等。通常只要用藥一兩天後，症狀即可緩解，但此時不可自行停藥，必須依照醫囑完成全部療程，以免細菌東山再起而反覆感染。

除了抗生素之外，尿道止痛藥Phenazopyridine對舒緩病人排尿時的灼熱或疼痛感也有幫助。服用此藥期間，尿液會呈黃褐色，可能造成衣物染色。可能的副作用有頭暈、頭痛、消化不良、皮膚癢等，患者如有肝腎方面的疾病，請先告知醫師。🌐

如何預防？

1. 不憋尿、多喝水：若無禁忌，每天至少喝2000c.c水以增加排尿，可把細菌沖離泌尿道系統。
2. 注意個人衛生：請選擇淋浴，減少盆浴。女性在如廁後記得由前往後擦拭，保持陰部的衛生，月經期間勤換衛生棉。性行為前後，不論男女均應注意會陰部、肛門口及尿道口的清潔。
3. 避免穿著過緊或不透氣的衣褲，以免過於悶熱而增加細菌繁殖。
4. 充分睡眠與正常飲食，以增加抵抗力及免疫力。
5. 多注意及控制易引發膀胱炎的疾病，例如糖尿病、尿路結石、攝護腺肥大等。