

泌尿道感染常是肛門附近的腸內菌潛行至本來無菌的泌尿道造成大量繁殖，最後沿著尿道上行造成發炎的結果。

根據感染部位，可分為下泌尿道感染，如膀胱炎、尿道炎等，常見症狀有頻尿、血尿、濁尿、小便疼痛、下腹痛等局部症狀。亦可分為上泌尿道感染，即急性腎盂腎炎，表現出腰痛、發燒、畏寒、噁心等全身症狀。急性腎盂腎炎如果延遲治療，容易導致腎膿瘍或敗血症而有生命危險。

導致原因

性別：女性因尿道短且近肛門，所以感染機會較男性多。

年齡：1 歲以前的嬰兒期，男生比女生有較多的尿路感染。之後女性隨著年紀的增長，在學齡前、婚後、懷孕期都是尿路感染的高峰期。至於男性，到了老年後才因攝護腺肥大，增加感染的風險。

先天性泌尿道功能缺陷或畸形、尿路結石造成尿路不通暢。

神經性膀胱病變及攝護腺肥大，導致小便解不乾淨。

慢性疾病，如糖尿病等，身體免疫力較差。

因診斷或治療需要，有器械放入泌尿道，如膀胱鏡檢、導尿管放置，都有可能引起感染。

診斷檢查

尿液常規檢查，即驗尿檢查。

尿液細菌培養。

其他（確定有無其他如結石、解剖構造異常等），如腎盂攝影、超音波等。

治療

服用抗生素。

多喝水 (2,000 c.c /天), 使小便次數增加, 但年紀大或有心臟病者喝水量應與心臟科醫師討論。

其他針對解剖構造異常的治療。

預防

經常排尿, 勿憋尿。

性交前可飲水, 性交前、後自身及伴侶均應清洗乾淨, 性交後立刻排尿。

女性排便後由前往後擦拭。

最好採淋浴, 避免坐浴。

貼身衣物保持乾爽。

泌尿道感染的高危險群: 住院病人、糖尿病、尿路結石、攝護腺肥大及懷孕婦女。若有症狀, 儘早就醫。

如有泌尿道留置導尿管, 需確實執行每日的消毒清潔。

若有反覆性的泌尿道感染應考慮解剖構造異常或排尿障礙, 應求助泌尿科醫師進一步檢查。

結語

泌尿道感染的復發率相當高, 持久有效的保健之道是預防復發的不二法門。

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，是維護泌尿系統健康的基礎。