

認識急性腎盂腎炎

[發表醫師] :護理指導 醫師(泌尿科)

[發布日期] :2006/9/11

一、什麼是急性腎盂腎炎？

腎臟被細菌感染而引起的一種發炎現象。

二、為什麼腎臟會發炎？

細菌經由尿道口至膀胱往上感染至輸尿管及腎臟，其中以尿液逆流而產生的感染最常見，或經由血液進入腎臟而造成。

三、急性腎盂腎炎的症狀有哪些？

- 1.急性期時腰部會痛，有時候會有敲痛的感覺。忽冷忽熱，體溫大約在 38℃ 至 40℃ 之間。
- 2.頻尿、夜尿、解尿灼熱、尿液混濁有異味、急尿、噁心、想吐。在尿液檢查中有時可以看見膿細胞或細菌的存在。

四、如何治療急性腎盂腎炎？

- 1.藥物治療：注射抗生素 3-5 天，直到無持續發燒症狀 24-48 小時，再改以口服藥治

療 2-4 星期。

2.手術：矯正任何可能引起腎盂腎炎的根本缺陷，例如尿路阻塞、逆流、或結石。

五、泌尿保健錦囊－如何讓自己更健康

1.多攝取水分，每天至少 2000~3000 cc，可幫助細菌排出體外。

2.避免攝取過多的茶及含咖啡因的飲料與勿進食刺激性食物及煙酒。

3.勿憋尿。

4.保持尿液的酸化：多服用小紅莓汁、維他命 C、酸灰性食物（如肉、蛋、乳酪、梅子、李子...等）。

5.避免盆浴、盡量採用淋浴。

6.性交後立即排空膀胱。

7.女性方面：維持會陰清潔，如廁後由前往後擦拭會陰部，穿著棉質內褲保持乾燥，避免泡沫浴及使用女性清潔噴劑或灌洗用具。

8.當有下列症狀時應立即就醫：如發高燒、寒顫、噁心、嘔吐、解尿困難、血尿、頻尿及尿液混濁。

9.持續接受追蹤照護，抗生素治療及程及反覆的尿液培養。

!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。