



識別和預防尿路感染(UTI)

尿路感染 (UTI) 是泌尿系統中的常見感染病。隨著個體年齡的增長，患 UTI 的風險也會增加。瞭解 UTI 患者的常見體征和症狀以及您所護理的個體患者特有的體征和症狀，對於及早發現並治療 UTI 至關重要。尤其要注意的是，如未及時治療，UTI 會導致多種併發症，如敗血症。

什麼是 UTI ？

UTI 是指泌尿系統任何部分的感染，包括腎臟、輸尿管、膀胱或尿道。患者會出現常見症狀，但隨著年齡的增長，個體患者的症狀可能會有所不同，因此要識別是否患有 UTI 變得更加困難。瞭解相關體征和症狀可以幫助您及早發現 UTI 並尋求治療。

UTI 是一個不分性別的健康問題。患有 UTI 的意外住院(內部傳染)的 SIR 患者中，有一半是男性。

當前統計資料

- UTI 是一種常見的內部感染疾病，可能會導致其他更嚴重的感染。
- 因內部感染而意外住院的 SIR 患者中，三分之一與 UTI 有關。
- 這些尿路感染的 SIR 患者中有 **22%**發展成為敗血症。
- 19/20 財政年度尿路感染的 SIR 患者當中：
 - 52 歲或以上的患者占約 80%；
 - 大約一半是男性，一半是女性；而且
 - 41%住在社區照護機構，34%居住在中介照護機構，16%接受輔助生活服務。

UTI 的常見症狀

- 便意強烈且持久；
- 小便時有灼熱感；
- 尿頻、尿量少；
- 尿液渾濁；
- 尿液呈紅色、亮粉色或可樂色（尿中帶血）；
- 尿液有濃烈的異味；
- 感覺疲倦、顫抖和虛弱；
- 下腹疼痛/不適；以及
- 盆腔痛（女性）。



如及早發現症狀並由初級保健提供者進行評估，繼發感染的風險就會降低。

老年 UTI 感染者的其他症狀

- 精神錯亂或譫妄；
- 發燒；
- 排尿疼痛；
- 噁心/嘔吐；
- 行為異常或容易躁動；以及
- 活動能力差或嗜睡。



預防和治療 UTI

有便意時儘快排尿。



衛生和清潔

- 培養良好的洗手技巧。
- 小便後一定要從前向後擦拭。
- 每 2 小時檢查一次失禁內褲/護墊。
- 建議穿棉質內衣和寬鬆的衣服。



補充水分和營養

- 鼓勵患者多喝水（即每天 6-8 杯 8 盎司的水）。
- 多喝水，隨時備有飲品。
- 確保定期排便，鼓勵患者健康飲食，多攝入纖維含量高的食物。
- 如果個人容易脫水，避免飲用咖啡因、蘇打水、咖啡和酒精。
- 可以在飲食中添加蔓越莓補充劑（事先諮詢醫療保健提供者）。



慢性疾病管理

- 對慢性疾病的治療進行管理，如糖尿病或腎病。
- 記錄患者的身心健康的變化，並在健康狀況出現顯著或持續性變化時，及時告知其初級保健醫生。
- 監測患者的 UTI 頻率和特定症狀。



堅持治療直至康復

- 立即到現場或通過遠端醫療服務就醫。
- 大多數感染都使用抗生素進行治療。確保患者堅持完成整個抗生素療程，並遵循醫囑。

預防由導管引起的 UTI

- 確保僅在必要的情況下為患者插入留置導尿管，而且插管只能由經過適當培訓的人員根據醫師指示來完成。
- 在插管之前和插管之後，或者在對導管裝置或部位進行任何操作時，應立即對手部進行清潔消毒；
- 插管時要使用無菌技術和無菌設備；
- 應使用封閉式導管引流系統，在導管遠端有端口用於針吸尿液；以及
- 一旦不再需要留置導尿管，應儘快取出。

其他資訊

膀胱感染：

[成人膀胱感染（尿路感染——UTI）| NIDDK \(nih.gov\)](#)

尿路：

[尿路及其工作原理 | NIDDK \(nih.gov\)](#)

膀胱健康：

[保持膀胱健康的 13 條建議 | 國家老齡化研究所 \(nih.gov\)](#)

老年人膀胱健康：

[老年人膀胱健康 | 國家老齡化研究所 \(nih.gov\)](#)

