



預防泌尿道感染之居家照顧

一、泌尿道感染症狀：

(一)下腹部疼痛、頻尿、急尿、血尿、濁尿。

(二)發燒、膀胱上壓痛等不舒適症狀。

二、預防方法：

(一)應多補充水份：一天約 2500~3000C.C.(限水病友除外)，勿憋尿。

(二)注意會陰部清潔：放置導尿管則每天至少會陰沖洗免大腸桿菌污染。(排便後應由前往後擦拭)。

(三)酸化尿液：可使用蔓越莓產品或維他命。

(四)避免飲用咖啡或抽煙，以避免過度刺激膀胱。

三、留置尿管之照顧：

(一)平時應注意尿液的顏色、性質及量，並記錄之；每日總尿量色深或混濁時，請聯絡居家護理師。

(二)每日至少給予二次導尿管護理，並依分泌物量。

四、尿袋不可置於地面，尿袋下方管夾應保持關閉狀態，以防感染，亦不下腹部高度，避免尿液逆流導致感染,可提高超過。

五、尿袋積尿不可太多（不超過半袋的尿），一天至少倒三次，倒尿前、後應洗手。

六、避免導尿管受壓、扭曲，若常有阻塞及滲尿情形，則視需要每日給予尿管之擠壓及按摩下腹部，經常翻身、活動，若無改善則，通知居家護理師協助處理。

七、注意尿管之固定，切勿太緊拉扯到尿管。

八、有持續發燒 38℃ 以上、下腹疼痛、大量血尿，應立即就醫治療。

中心診所醫療財團法人中心綜合醫院



106 台北市大安區忠孝東路 4 段 77 號

(02)2751-0221 <http://www.clinic.org.tw>

九、尿管清潔及消毒方式：

(一)男性尿管消毒法：

步驟：使用優碘及生理食鹽水棉枝，由內往外清潔及消毒後，再消毒至尿管約 10 公分處，不可來回擦拭。

(二)女性尿管消毒法：

步驟：使用溫水沖洗尿道口及兩側陰唇，由上往下沖洗，由中間向外側沖洗，不可來回擦拭。

十、參考資料：

file:///C:/Users/CSM/Downloads/211004%20(2).pdf