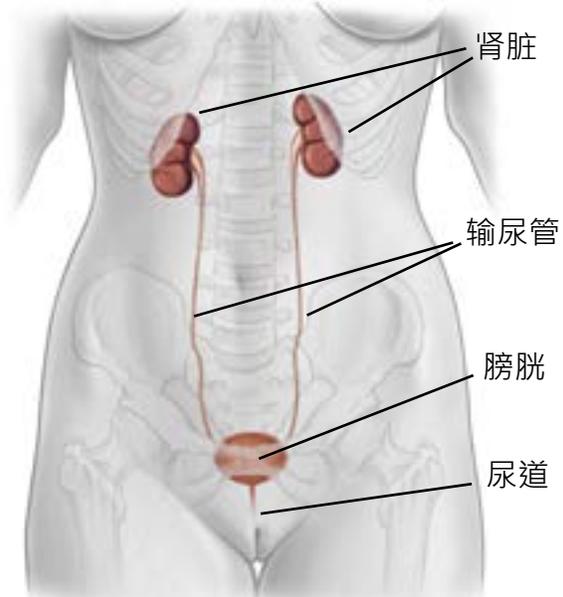


泌尿道感染

为女性提供指导

1. 什么是泌尿道感染？
2. 我要怎样知道我有泌尿道感染？
3. 为什么有些女性有复发性泌尿道感染？
4. 我是不是泌尿道感染的高风险群？
5. 怎么诊断泌尿道感染？
6. 预防泌尿道感染
7. 如何治疗泌尿道感染？



介绍

泌尿道是由肾脏、输尿管、膀胱和尿道组成的。这个系统帮助身体排泄废物。肾脏是一对豆状器官，位于脊柱两侧，肋骨之下。它们其中之一功能就是过滤血以排出废物。称为输尿管的管道将这些废弃物或尿液从肾脏输送到膀胱，在膀胱里储存，直到它通过尿道排出体外。所有这些部位都可被感染，但大多感染涉及下部 - 尿道和膀胱。

什么是泌尿道感染？

泌尿道感染是可能发生在尿道任何地方。大多数泌尿道感染是由大肠杆菌等细菌引起的。

泌尿道感染有不同的名称，取决于该部分病毒感染。泌尿道感染的名称包裹感染膀胱的膀胱炎和影响尿道的尿道炎（从膀胱膀胱排出尿液的管道）。肾脏感染会导致更严重的肾盂肾炎。

成年女性最常受到影响，因为他们的尿道比男性短，而且开口更接近肛门。这意味着细菌更容易进入泌尿系统并导致感染。约有40%的女性在其一生中至少有一次膀胱炎发作。在性行为活跃的女性中，在怀孕期间、手术后和停经期中更常见。

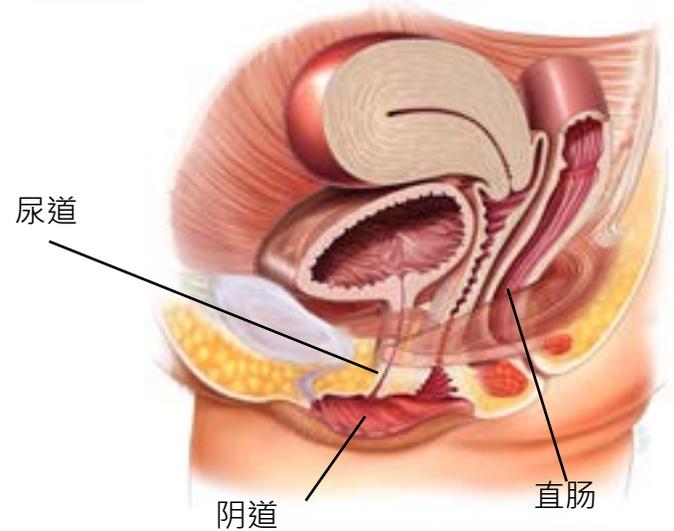
我要怎样知道如果我有泌尿道感染？

您可能会感到下部骨盆或下背部疼痛。可能有刺痛、疼痛或尿频以及急需排尿 - 通常很少或没有尿通过。通常需要在夜间排尿，尿液也可能变得混浊或闻起来不舒服。尿液中有血和发烧伴随着恶心、呕吐和发冷，表明有严重感染。

为什么有些女性有复发性感染？

您的身体有防御感染的能力。但是，身体抵抗细菌进入膀胱并引起感染的能力有可能会稍有变化，导致感染。膀胱或肾脏问题可能会增加感染的可能性。性生活会增加一些女性膀胱炎的机会。

您的阴道、膀胱和尿道会受雌激素的影响。停经后，体内雌激素水平降低，组织变薄、变薄、干燥，增加膀胱炎复发的风险。由于尿路中的变化，感染在怀孕期间也更常见。在许多情况下，没有明显的原因。



手术后是否有较高的泌尿道感染风险？

在手术中或手术后插入导尿管会增加泌尿道感染的风险。手术后尿潴留也很常见，并可能增加感染的可能性。

像老年、女性和外科手术类型等其他因素也会增加感染机会。糖尿病增加风险，就好像在尿道部分或附近做手术一样，也会增加风险。手术后活动受限也会增加风险。

如何诊断泌尿道感染

尿液检测可能会显示脓细胞或红细胞。尿培养物（清洁捕获物）或插管尿样品可以用来确定尿液中细菌的类型以及用于治疗的合适抗生素。标本必须是新鲜的。女性在排尿过程中分开阴唇（唇）也很重要，以避免皮肤和阴道中的细菌污染标本。

进一步的调查可能需要检查泌尿系统，包括肾脏。如果您患有复发性尿路感染，或者如果您的尿液显示超过30个血细胞，您可能会被建议进行膀胱镜检查，使用相机检查膀胱内部。您可能需要超声波扫描来检查您的肾脏、输尿管和膀胱。儿童泌尿道感染是不寻常的，大多数医生会建议在这种情况下仔细调查。

预防泌尿道感染

我应该如何帮助减少患泌尿道感染的风险？

- 喝大量的液体 - 水是最好的 - 足以每天清除稀释的尿液4到6次(约8杯)。
- 不要让膀胱过满。当你感觉到需要或有冲动时,定期通过尿液。
- 蔓越莓汁和服用维生素C会增加尿液中的酸性,并有助于抑制细菌生长。
- 避免便秘
- 使用厕所后,请从前向后擦拭。
- 每天清洁您的生殖器区域,但不要太频繁或太剧烈。过度擦洗和清洁可能会轻微损伤您的生殖器皮肤。细菌在损伤的皮肤上会更好地滋生。
- 避免潜在的刺激物,如芳香浴油和阴道除臭剂。
- 避免从后面发生性行为
- 在性行为过程中适当地润滑 - 它会减少尿道刺激。如果你已经经历了更年期(更年期),你的医生可能会考虑阴道局部雌激素治疗。
- 性行为之前或之后尽快去浴室。



您所在地区的更多详情和可用性

- 医生可能会建议您在性行为后立即服用抗生素片,如果您有重复感染

- 穿棉质内裤和宽松的衣服,这样可以保持干燥。

- 如果您患有糖尿病,请控制血糖。

- 有些人服用d-甘露糖,这是一种天然糖,可防止细菌粘到尿道上,并降低发生泌尿道感染的风险。

- 疫苗已经研发发出来,似乎在治疗复发性尿路感染方面很有前景。请咨询您的医生以了解

如果您患有复发性膀胱炎,您可能需要定期使用低剂量的抗生素几周。

泌尿道感染可带来不适,但治疗效果显著。

如何治疗泌尿道感染？

当你有泌尿道感染时,多喝水,这样你的尿液非常稀释。通过将一小勺碳酸氢钠与半品脱水混合,使您的尿液酸性降低;当你通过尿液时,这会使其刺痛或燃烧得更少。含有柠檬酸钠或柠檬酸钾的液体或则小袋非处方药也可以从大多数药房获得。

对于简单的膀胱感染,你的医生可能会开3-5天的抗生素。对于怀孕或糖尿病等并发症的膀胱感染,或轻度肾脏感染,您通常会服用抗生素7-14天。即使你感觉好一点,完成所有抗生素也很重要。如果你没有食完所有的抗生素,感染可能会恢复,并可能更难以治疗。如果24小时后症状没有改善,或者尿液中存在血液或症状伴有发热,腰部疼痛或腰酸背痛,请再次咨询医生。

如果您病情严重,不能口服药物或饮用足够的液体,您可能会被送往医院治疗和预防感染扩散以及对泌尿器官和其他器官的损害

