

急性腎盂腎炎

一、認識急性腎盂腎炎：

腎盂腎炎是泌尿道感染的一種，常見的致病菌是大腸桿菌（約占 60%~80%）。

細菌感染後，經由尿道進入膀胱再上行至腎臟或經血流到腎臟，造成腎臟發炎及腫脹，常見單側腎臟感染，亦可能有雙側腎臟受到感染。

二、臨床表徵：

1. 全身症狀:發冷、發熱、腹痛、腰痛、食慾差、噁心、嘔吐、腹瀉、疲倦、頭痛。
2. 局部性症狀:頻尿、排尿困難、尿急、解尿痛、解尿灼熱感、血尿、尿液混濁。

三、常見原因：

1. 個人衛生清潔不當，細菌經由尿道侵入，造成逆行性感染。
2. 泌尿道結石或阻塞。
3. 疾病引起，如：糖尿病、前列腺肥大、惡性腫瘤、腎盂積水、腦中風、脊椎損傷引起的神經性膀胱機能不全，導致尿液積留膀胱。

四、診斷檢查：

1. 尿液分析：尿液中出現白血球、紅血球和細菌。
2. 尿液、血液細菌培養：鑑定致病微生物以作為調整抗生素的依據。
3. 血液檢查：白血球及 C-反應蛋白(CRP)，通常於發炎或感染時會升高。
4. 腎臟超音波：檢查泌尿道系統有無異常或阻塞等。

五、治療與處置：

1. 抗生素治療。
2. 適量補充體液：在無禁忌下，每天應維持 2000-3000 cc 的飲水量以上，以增加尿量，促進細菌、毒素及炎性分泌物迅速排出，勿憋尿，有尿液感就應解尿。
3. 疾病期間，可能食慾差宜採少量多餐方式，以維持足夠的營養支持。
4. 寒顫、發燒時，應給予烤燈保暖或冰枕使用，必要時給予退燒藥使用。

六、如何預防及減少復發機率


1. 每天攝取適宜的水量。
2. 女性生理期時，勤更換衛生棉或衛生棉條，勿超過 3-4 小時未更換，保持會陰清潔和乾淨。
3. 沐浴時，應採淋浴方式，預防感染。

4. 如廁後應由前往後(肛門方向)擦拭;性愛前應排空膀胱，性愛後應多喝水。
5. 均衡飲食，補充足夠的熱量、優質蛋白質和維生素A、維生素B1、維生素B2、維生素C等；多攝取酸性果汁，蔓越莓汁、以保持尿液酸性化，降低泌尿道感染機會，避免飲用過多茶或含咖啡因飲料。
6. 解尿疼痛、有燒灼感時，請盡快就醫。
7. 穿著寬鬆衣物，非生理期時少用護墊產品或勤更換。
8. 避免使用香氣濃郁的清洗劑液來清潔或噴灑會陰部。

參考資料

劉雪娥總校閱 (2022)·泌尿系統疾病之護理·於于博芮等編著，成人內外科護理(下)
(第八版二刷，791—795 頁)。

若您想對以上的內容進一步了解，請洽諮詢電話：05-2756000 轉分機 3322 腎臟科衛教室

天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院 關心您

2025 年 10 月校閱