

急性腎盂腎炎衛教指導



❖ 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，受到細菌、黴菌或其他微生物的侵入後，經由尿道進入膀胱再上行至腎臟或從血流到腎臟，造成腎臟發炎及腫脹。

❖ 臨床常見症狀

頻尿、解尿困難有灼熱感，單側或雙側腰痛、寒顫發高燒、全身虛弱，可能出現下腹部壓痛、噁心、嘔吐等情形出現。

❖ 治療

1. 抗生素治療:一般狀況下持續治療 1-2 週
2. 補充足夠液體:無禁忌狀況下建議每日攝取 2000-3000ml 水分
3. 採取均衡飲食充足熱量:治療初期所出現食慾不振噁心嘔吐等症狀,在一般抗生素治療後 1-3 天會逐漸改善

❖ 預防

1. 每天至少喝 2000 CC 以上的水(需限水者除外)，務必每 1-2 小時解尿一次，有尿意感時，就立刻上廁所，千萬不要憋尿。
2. 多攝取酸性及含維生素 C 的食物，如:橘子、柳橙、番茄、木瓜、蔓越莓汁及蔓越莓果，可使尿液維持酸性，同時抑制細菌滋長。
3. 女性病人如廁後，應由前往後擦拭(先擦尿道口再擦至肛門口)，不可來回擦拭，保持會陰部清潔及乾燥。
4. 沐浴時，以淋浴代替盆浴，以免細菌逆行性感染。
5. 應穿棉質內褲，避免長期穿過緊的束褲或丁字褲。
6. 規律的生活，均衡的飲食，避免過度勞累。
7. 性行為後，應立即排空膀胱，且喝兩大杯水，若感到解尿疼痛有燒灼感時，請盡快就醫，勿有性交行為。
8. 女性於生理期間應特別注意，保持會陰清潔及乾燥，衛生棉要勤更換，平常日若有使用衛生護墊亦要常更換，盡量避免使用衛生棉條。
9. 千萬不可因症狀消失或改善，就自行停藥，而無法達到根本治療的

效果，需經醫師確定痊癒後，才可停藥。
10.若症狀加劇及有發燒情形，需立即就醫。

參考文獻：

謝珮琳 (2021)·泌尿疾病之護理·於劉雪娥總校閱，*內外科護理學下冊*(八版，800-860 頁)·
台北市：華杏。

郭昱(2020)·放射影像（八十八）急性腎盂腎炎之影像學表現：個案報告及回顧·*臨床醫學*
月刊 85(3)，192-194。



寶建醫療
社團法人

寶建醫院
PAOCHIEN HOSPITAL

關心您

總機：08-7665995

院址：屏東市中山路123號

救護專線：08-7330290

網址：www.paochien.com.tw