

## 小兒泌尿道感染衛生教育指導

在健康的膀胱中，尿液是無菌的，但是在肛門一帶的細菌，很容易經由尿道逆行性至膀胱而造成感染。泌尿系統的任何組織器官受到感染，包括腎臟、輸尿管、尿道、膀胱或是先天性尿路結構異常而引發感染皆是。

### ✚ 臨床症狀：

- ✚ 頻尿、尿急、夜尿。
- ✚ 排尿會痛、灼熱感。
- ✚ 尿液呈現混濁狀。
- ✚ 背後腰部或腹部疼痛。
- ✚ 尿中帶血。
- ✚ 發冷發熱、頭暈、想吐。

### ✚ 預防及注意事項：

- ✚ 每天攝取 1800~2000cc 的水，把細菌沖離泌尿道系統。
- ✚ 排尿後及排便後擦拭時，應由陰道口擦至肛門，避免細菌傳播。
- ✚ 常排尿，不可憋尿。
- ✚ 良好的排便習慣，避免便秘。
- ✚ 避免穿過緊的衣服或內褲，他們可能會使局部悶熱增加細菌繁殖，因此應穿著棉質內褲較通風。
- ✚ 可多食酸性果汁，如：蔓越莓汁以酸化尿液。