



泌尿道感染病人之護理指導

11209 修閱

- 一、除肝腎功能或心肺功能不全者外，成人每日建議攝取水量至少 2000-3000 c.c。
- 二、每次排便後，衛生紙應由前往後擦拭，以減少感染機會。
- 三、增加尿液的酸性，維持尿道呈酸性可減少復發的機會，可增加尿液酸性的食物包含：肉類、蛋、乳酪、穀類、李子及葡萄乾等。
- 四、飲食中也可多攝取芹菜、香菜及西瓜，這些食物是天然利尿劑；亦可多喝未加糖蔓越莓汁、服用蔓越莓濃縮膠囊，以及在每天最後一餐時服用維生素 C，可減少感染的機會。
- 五、避免食用刺激性食物，如咖啡、酒、酸、辣之食物。
- 六、良好的會陰部清潔。尤其是女性病人，月經週期期間棉墊應經常更換，並且避免觸摸到棉墊的內部，以避免手部的細菌污染。
- 七、有尿液感時隨時上廁所，不可憋尿，以保持尿路通暢。
- 八、急性發作期，暫時禁止性行為。
- 九、出院藥物應持續服用，不可因為症狀減輕而自行停藥。

祝您早日康復

※急診諮詢電話：04-23934191 轉 525434

國軍臺中總醫院急診室 關心您