

# 勤補水 不憋尿 預防泌尿道感染有一套

整理／公關部 資料來源／衛福部食品藥物管理署



**難**忍的灼熱感與疼痛可說是泌尿道感染問題症狀！到底什麼是泌尿道感染？如何預防？治療的藥物有哪些？台北市立聯合醫院中興院區的連彥奇藥師指出，當泌尿道出現微生物感染情況時，就稱為泌尿道感染，而泌尿道感染多由尿道炎或膀胱炎開始，嚴重時甚至會感染腎臟。

泌尿道感染分為「非複雜性」及「複雜性」兩類：非複雜性泌尿道感染是指泌尿道系統正常，無攝護腺肥大、結石或先天結構異常，且最近沒有插導尿管或泌尿道侵入式治療；而複雜性泌尿道感染則是病患本身有泌尿道構造或功能上異常，如：神經性膀胱、泌尿道結石、糖尿病、泌尿道阻塞等。常見

的泌尿道感染症狀有：頻尿、排尿時灼熱與疼痛，有時還會伴隨顫、發燒、噁心、嘔吐等。

## 多喝水 不憋尿 保持衛生最重要

臨床上發現，女性泌尿道感染的機率遠高於男性！連藥師解釋，因為女性泌尿道較短，細菌容易從尿道口往上侵入膀胱、輸尿管，甚至是腎臟。若病人沒有補充水分的禁忌，就多喝水，以加快痊癒。

多喝水、不憋尿、不熬夜、避免喝咖啡或含酒精等刺激性飲料，都可預防泌尿道感染。另外，女性於性行為後多喝水，增加排尿，如廁後由前往後擦拭，可避免將肛門口附近的大腸桿菌帶到尿道；生理期應勤換衛生棉，保持會陰部乾燥並避免穿著緊身褲；洗澡採淋浴方式、避免盆浴，都可減少感染機率。

## 五種口服抗生素 對症下藥

當民眾發生泌尿道感染時，最常見的治療方式是以口服抗生素為主。連彥奇藥師指出，療程天數會依感染部位及藥品選擇而異，例如：急性膀胱炎約治療3-7天，首選藥物為 trimethoprim/sulfonamide；若是腎盂腎炎則需5-14天，且以 Beta-lactam 類的抗生素投予天數大於5天較有效

果，若是短期治療，trimethoprim/sulfonamide 會比Beta-lactam類的抗生素更有效。值得注意的是，若病人重複感染，則需以抗生素治療 6～8 周或更長時間。

**常見的五種治療泌尿道感染藥品，其作用、副作用與注意事項如下：**

(1) Morcasin (Sulfamethoxazole 400mg+Trimethoprim 80mg)：每日 2 次，每次 2 錠，服用 7 天。

【副作用】皮膚紅疹或癢、腹瀉、無食慾、噁心、嘔吐。

【注意事項】有血液、肝腎障礙、過敏性體質者，對 trimethoprim 或 sulfonamide 成份過敏者應謹慎投藥。小於 2 個月的嬰兒禁用，避免造成新生兒黃疸；對磺胺藥過敏及蠶豆症病人勿服用；服藥期間皮膚對陽光較敏感，出門前應做防曬措施。

(2) Cephalexin (Cephalexin 250mg)：每日 4 次，每次 1~2 錠，服用 7~10 天。

【副作用】嘔吐、腹瀉、腹部不適。

【注意事項】青黴素過敏患者 Cephalexin 有良好耐受性，應注意其交互過敏反應；腎機能降低病患及孕婦請謹慎服用。

(3) Ceflour (Cefuroxime 250mg)：每日 2 次，每次 1 錠。

【副作用】嘔吐、腹瀉、胃腸不適、皮疹、頭痛。

【注意事項】依醫囑完成療程。

(4) Cravit (Levofloxacin 500mg)：每日 1 次，每次半顆，服用 7 天。

【副作用】皮疹、蕁麻疹、胸痛。

【注意事項】嚴重的腎臟障礙患者、癲癇患者、曾對 Quinolone 系抗菌劑有過敏患者，請謹慎服用。避免與牛奶、制酸劑、鈣片等同時併服，若有必要時，至少應錯開 2 小時以上，以免影響藥效。

(5) Dolcol (Pipemidic acid 250mg)：每日 2 次，每次 2 錠。

【副作用】噁心、胃腸不適、皮疹、頭痛。

【注意事項】請依醫囑完成療程。

食藥署提醒，民衆一旦有泌尿道感染症狀，勿自行購買成藥，請依醫囑指示正確用藥並完成療程。服藥後出現過敏徵兆，請立即停藥，並儘速就醫。

藥品名	Morcasin Sulfamethoxazole 400mg +Trimethoprim 80mg	Cephalexin Cephalexin 250mg	Ceflour Cefuroxime 250mg	Cravit Levofloxacin 500mg	Dolcol Pipemidic acid 250mg
作用	2次/日，2錠/次 服用7日	4次/日，1~2錠/次 服用7~10日	2次/日，1錠/次	1次/日，0.5錠/次 服用7日	2次/日，2錠/次
副作用	皮膚紅疹或癢、腹瀉、無食慾、噁心、嘔吐	腹瀉、嘔吐、腹部不適	嘔吐、腹瀉、胃腸不適、皮疹、頭痛	皮疹、蕁麻疹、胸痛	噁心、胃腸不適、皮疹、頭痛
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>●有血液、肝腎障礙、過敏性體質者，對成份過敏者應謹慎投藥</li> <li>●&gt;2個月的嬰兒禁用</li> <li>●對磺胺藥過敏及蠶豆症病人勿服用</li> <li>●服藥期間應做好防曬措施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●青黴素過敏患者，應注意其交互過敏反應</li> <li>●腎機能降低病患及孕婦請謹慎服用</li> </ul>	依醫囑完成療程	<ul style="list-style-type: none"> <li>●嚴重的腎臟障礙患者、癲癇患者、曾對Quinolone系抗菌劑有過敏患者，請謹慎服用</li> <li>●避免與牛奶、制酸劑、鈣片等同時併服</li> </ul>	依醫囑完成療程