

可能的泌尿系統體徵和症狀	結果	推薦護理	尿路感染 (UTI) 類型
<p>主要症狀/體徵: 排尿困難: 排尿時有灼痛感 (凌晨) 夜尿: 需要在夜間排尿 尿液混濁: 排尿時可見尿液混濁</p> <p>其他嚴重體徵/症狀: 頻度: 比平常更頻繁地排尿 緊急性: 感覺需要立即排尿 血尿: 尿液中帶血 恥骨上疼痛: 下腹疼痛</p> <p>要考量的其它事情 最近性史 性活動引起的炎症可能與尿路感染的症狀類似。某些性傳播感染 (STI) 可能具有類似於尿路感染的症狀。</p> <p>更年期的變化 更年期的某些變化可能具有類似於尿路感染的症狀</p>	<p>非孕婦: <input type="checkbox"/> 如果沒有或只有一個: 排尿困難, 夜尿, 尿液混濁; 和/或陰道分泌物 則尿路感染的可能性要小得多 您可能需要進行尿檢以檢查是否有尿路感染 抗生素不太可能起作用。 通常持續5至7天。</p> <p><input type="checkbox"/> 如果有兩個或者以上: 排尿困難, 夜尿, 尿液混濁; 或尿液中檢測到細菌; 和無陰道分泌物 則很可能是尿路感染, 服用抗生素應該有所幫助 您的狀況應該在48小時內開始改善 症狀通常持續3天。</p> <p>孕婦: 通常需要尿液培養 <input type="checkbox"/> 如果懷疑為尿路感染</p>	<p><input type="checkbox"/> 自我護理則疼痛緩解 症狀可能會自行緩解 延遲的或備份處方加自我護理和緩解疼痛 <input type="checkbox"/> 開始使用抗生素如果症狀: 惡化 在自我護理24到48小時後未得到些許改善。</p> <p><input type="checkbox"/> 立即服用抗生素處方加自我護理 <input type="checkbox"/> 如果症狀較輕, 延遲或備用抗生素處方加自我護理</p> <p><input type="checkbox"/> 立即服用抗生素處方加自我護理</p>	<p>尿路感染是由通常經過您的腸道進入您的尿道或膀胱的細菌引起的 感染可發生在尿路的不同部分。</p> <p>腎臟 會產尿 上尿路感染 腎盂腎炎 (pie-lo-nef-right-is) 本宣傳冊中未涉及並且始終需要抗生素</p> <p>膀胱儲存尿液 下尿路感染 膀胱炎 (sis-tight-is)</p> <p>尿道 (將尿液排出體外) 尿道感染或發炎 尿道炎 (your-ith-right-is)</p>

如果您認為自己可能感染了 COVID-19, 則請瀏覽 GOV.UK 的「冠狀病毒部分」以及 NHS, 瞭解最新防疫指南和資訊

自我護理, 幫助自己更快康復	您應該在什麼時候尋求幫助? 聯繫您的全科醫生	幫助防止尿路感染的選項	抗生素耐藥性
<p>喝足夠的液體 以防止口渴。爭取喝6到8杯流體, 包括水, 無咖啡因和無糖飲料。</p> <p>如果它們以前對您沒有副作用, 定期服用撲熱息痛或布洛芬以緩解疼痛。</p> <p>目前沒有證據表明服用蔓越莓產品或使用膀胱炎香囊能夠改善症狀</p> <p>考量列在「幫助防止尿路感染的選項」欄中的風險因素以降低未來患尿路感染的可能性。</p>	<p>以下症狀可能是嚴重感染的跡象, 應立即進行評估:</p> <p>如果您不能確定這些症狀有多緊迫, 打電話諮詢。</p> <ol style="list-style-type: none"> 您發抖、感到寒戰和肌肉疼痛。 您感到困惑, 或很瞌睡。 您一整天都沒有排尿。 您在嘔吐。 您看到您的尿液裡有血。 您的體溫高於38°C或低於36°C 您在背部肋骨以下感到腎臟疼痛。 您的症狀惡化。 您的症狀在服用抗生素後48小時內沒有開始改善。 	<p><u>它可以幫助您考量這些風險因素。</u></p> <p>阻止細菌從腸道擴散到膀胱: 如廁後從前 (陰道) 向後 (肛門) 擦拭。</p> <p>避免在等不及時才排尿。 一旦您需要小便就要去排尿。</p> <p>在性行為後小便以沖洗掉可能存在於尿道口附近的任何細菌。</p> <p>在性行為前後用水洗外陰部以洗掉可能存在於尿道口附近的任何細菌。</p> <p>喝足夠的流體, 以確保您在一天中經常小便, 特別是在炎熱的天氣。</p> <p><u>如果您有復發的尿路感染, 還要考量以下幾點。</u></p> <p>蔓越莓產品和D-甘露糖: 有證據表明, 這些有助於預防復發性尿路感染</p> <p>絕經後: 局部激素治療可能會有幫助, 例如, 使用陰道霜可考慮在晚上或性交後使用抗生素</p>	<p>抗生素可以挽救生命。但是尿液症狀並不總是需要抗生素</p> <p>↓</p> <p>由於任何原因, 口服的抗生素影響我們的腸道細菌, 使之產生耐藥性。</p> <p>↓</p> <p>抗生素耐藥性意味著抗生素不能殺滅該種細菌。</p> <p>↓</p> <p>服用抗生素後, 抗生素耐藥菌可在腸道內停留至少一年。</p> <p>↓</p> <p>服用抗生素的常見副作用包括鵝口瘡、皮疹、嘔吐和腹瀉。如果您擔心產生任何副作用, 請尋求醫療建議。</p> <p>↓</p> <p>讓抗生素保持正常工作, 只有在健康專家建議時才服用抗生素這樣一來, 如果您今後患尿路感染, 這些藥物可能會更有效。</p>