



请选地区

[专家检索](#)[专科检索](#)[医院检索](#)[药品检索](#)当前位置: [首页](#) >> [专家讲坛](#) >> [尿路感染的预防](#)

当前共有注册会员2713位, 30位在线

尿路感染的预防

作者: 山东中医药大学附属医院(济南 250011) 郭兆安 文章来源: 2005-11-28 15:43:38 点击: 417

次

尿路感染是临床常见病、多发病, 常见于育龄期妇女, 发病率仅次于上呼吸道感染。人体对尿路感染存在着防御机制, 同时也存在着易感因素。因此, 预防尿路感染, 主要利用机体的防御机制, 避免易感因素。

一、坚持大量饮水

肾脏排泄的尿液, 对膀胱和尿道起着冲洗作用, 有利于细菌的排出每天大量饮水, 2~3小时排尿一次, 能避免细菌在尿路的繁殖, 可降低尿路感染的发病率, 这是预防尿路感染实用而又有效的方法。在疾病的发生或缓解阶段, 每天大量饮水, 亦有利于疾病的恢复。饮茶水或淡竹叶代茶饮也有一定的预防作用。

二、注意个人卫生

女性阴部及尿道口寄居的大量细菌, 是发生尿路感染的先决条件。因此, 要经常注意阴部的清洁, 要勤洗澡, 且不要用池浴或盆浴, 用淋浴, 要勤换内裤。在新婚、月经、妊娠和产褥期, 尤应注意。女婴要勤换尿布。

三、去除慢性感染因素

慢性结肠炎、慢性妇科疾病易通过淋巴途径引起尿路感染, 糖尿病、慢性肾脏疾病、高血压等慢性疾病, 全身抵抗力低, 易发生尿路感染。对上述疾病给予积极治疗, 是预防尿路感染反复发作的重要措施, 也是治疗尿路感染的重要环节。

四、尽量避免使用尿路器械和插管

尿路器械易把尿道远端的细菌带入膀胱和上尿路, 尿路插管后易发生持续性菌尿, 应尽量避免使用。必须使用时, 要严格消毒。在尿路器械使用48小时后, 宜作尿培养, 以观察是否发生尿路感染。用尿路器械检查之前, 已经有细菌尿的病人, 宜先控制感染。有些患者目前虽无细菌尿, 但以前曾有反复发作的尿路感染史或有尿路异常, 在尿路器械检查前后48小时宜服抗菌药以预防感染。在留置导尿管的头3天, 给予抗菌药可预防或延迟尿路感染的发生, 但3天以后给药则无预防作用。密闭式的引流系统连接尿道留置导尿管, 可使尿路感染明显下降。

五、预防性用药

除上述提到的使用尿路器械和插管要预防性用药外, 还需注意以下三个问题。

1. 与性生活有关的反复发作的女病人, 与性生活后宜即刻排尿, 有膀胱输尿管反流者, 则宜重复排

[在线专家](#)

::: 站内搜索 :::

全部内容

请输入关键字

[论坛](#)[留言板](#)[明日在线专家](#)[肾病防护](#)

- [健康长寿 贵在强肾](#)
- [要充分重视继发性肾脏病的防](#)
- [肾亏悄悄缠上年轻女性](#)
- [慢性肾衰病人要补充钙吗?](#)
- [肾病综合征饮食注意事项](#)
- [肾病患者平时要清淡饮食](#)

尿，并按常规用量口服一次抗菌药作预防。如性生活前服药则更好。据Asscher统计，有效率达80%。

Stamey认为，反复发作的女病人，可能与其配偶的包皮过长藏污纳垢有关，应劝其配偶矫治。

2. 在尿路感染发作较频繁的妇女，即使其发作与性生活关系不大，如能每夜服一个剂量的抗菌药作预防，亦可大大减少尿路感染的发生。

3. 妇女月经期、妊娠期，以及过度疲劳或抵抗力降低时，进行短期预防性用药，常能起到预防作用。

预防性服用抗菌药，可选用环丙沙星、左氧氟沙星、司帕沙星、氨苄青霉素或先锋霉素IV中的一种，如无不良反应，可长期使用。一般人睡后多不排尿，尿液长期停留在膀胱内，有利于细菌的生长繁殖，故临睡前服一个剂量的抗菌药，能抑制细菌的生长，对尿路感染有良好的预防和治疗作用。

六、坚持治疗

急性单纯性尿路感染经过适当的抗菌药治疗后，一般2—3天内临床症状便可消失，3—5天内细菌尿消失，尿沉渣7天内转正常。复杂性尿路感染的临床症状治愈率较低，除非纠正了梗阻因素，否则极难治愈，2年内持续性细菌尿或再发者达50%—80%（多为复发）。持续性细菌尿多无症状，尿常规亦无明显改变，在持续多年的病程中，间歇地发生急性尿路感染。因此，慢性尿路感染病人，要耐心按医嘱坚持治疗，不要随意停药，即使症状消失后也要定期到医院复查，直到尿细菌培养数次正常之后，或按计划治疗疗程结束后未再复发者才能停药。

相关链接

[\[更多信息\]](#)

[叶传蕙教授治疗慢性肾小球肾炎蛋白尿的经验](#)

[刘玉宁-陈以平教授治疗肾病临床经验探讨之二
\(摘要\)](#)

[邓跃毅-尿液蛋白质组学在肾脏病研究中的应用](#)

[梁萌-抗生素在连续性血液净化中的运用](#)

[方敬爱-结肠透析疗法](#)

[谢院生-从发病机制探讨IgA 肾病的治疗](#)

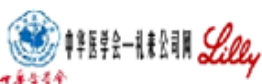
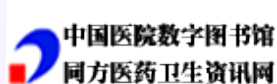
专家评论

[\[查看专家评论\]](#)

用户名: * 密码: *

发送

友情链接



[265上网导航](#)

[shen39论坛](#)

[中华医学会](#)

[中国中西医结合学会](#)

[中国胃病网](#)

[中国肾病康复](#)

[临床心电图](#)

[肾脏病分会](#)

登陆总数:

[网站简介](#) · [广告服务](#) · [招聘信息](#) · [网站律师](#) · [在线答疑](#) · [网站申明](#) · [联系我们](#)
中国中西医结合肾脏病网 版权所有 *本站信息仅供参考 不能作为诊断及医疗的依据*