

尿路感染

Urinary Tract Infection (Chinese Simplified)

什么是尿路感染？

What is a Urinary Tract Infection (UTI)?

泌尿系统受到细菌感染，就会出现尿路感染。感染通常涉及膀胱（膀胱炎），但在复杂的病例中，可能扩散到肾脏（肾盂肾炎）。尿路感染通常不是性传染病。

尿路感染由何引起？

What causes UTIs?

大多数尿路感染是在肠道或外阴皮肤的细菌扩散到尿道（排尿的出口）后形成的。从这里，细菌可轻易扩散进入膀胱，在很少见的情况下，进一步到肾脏。相比男性，女性患尿路感染更常见，因为女性尿道很短，细菌更容易进入膀胱。

有哪些症状？

What are the symptoms?

很多尿路感染患者会出现尿频、尿急，或在小便后仍感膀胱胀满。他们小便时常有灼痛感。尿液可能有异味，有时其中可见血。可能出现下腹疼痛和膀胱区压痛。胁腹（肾脏区上方）疼痛和发热可能是肾盂肾炎的症状。

如何诊断？

How is it diagnosed?

如果症状非常典型，有时无需测试即可诊断尿路感染。大多数情况下，将采集中段尿样。尿样置于显微镜下查找细菌、脓细胞和血。如果存在细菌，将把细菌进行培植和测试，以确定哪种抗生素能有效治疗感染。

这个过程会需要数天。如果你出现尿路感染的症状，请务必去看医生，以便明确诊断和进行治疗。

其它感染有时会被误认为尿路感染，所以在测试的同时通常还会检测是否有衣原体等性传染病。

如何治疗尿路感染？

How is a UTI treated?

首先，应该治疗症状以缓解不适，这很重要。扑热息痛等简单的止痛药会很有用，Ural或Citavescent粉剂（可从药房购买）有助于缓解灼痛和刺痛感。建议大量饮水，每天至少1.5到2升。

其次，需要使用抗生素来治疗细菌感染。通常在测试结果出来之前就开始，如果测试结果显示需要另一种抗生素时再更换。症状通常会在三天内消退，但随着膀胱恢复，在几天内仍然会有轻度不适。如果怀疑是肾盂肾炎（例如，如果有寒战、发热和背部疼痛），就可能需要住院和静脉注射抗生素。

如何预防尿路感染？

How can UTIs be prevented?

尽管缺乏临床研究证据的支持，但有些女性发现以下建议有助于降低其患尿路感染的风险：

- 大量饮水和其它液体来冲洗泌尿系统。
- 避免使用含杀精剂的产品，尤其是和子宫帽避孕用具一起。
- 如厕后前后都应擦拭（从尿道到肛门）。
- 性交后排尿。
- 患复发性尿路感染的女性每天饮蔓越莓汁或服用蔓越莓胶囊可能会减少发病次数。