

专家与您
面对面

尿路感染

主编 赵瑞清 刘颖



怎么防？怎么治？

全面了解**尿路感染**

正确面对尿路感染的“防”与“治”



专家与您面对面

尿路感染

主编 / 赵瑞清 刘 颖

中国医药科技出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

尿路感染 / 赵瑞清, 刘颖主编. — 北京: 中国医药科技出版社, 2016.1
(专家与您面对面)

ISBN 978-7-5067-7650-9

I. ①尿… II. ①赵… ②刘… III. ①泌尿道感染—防治 IV. ①R691.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 144658 号

专家与您面对面——尿路感染

美术编辑 陈君杞

版式设计 大隐设计

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227427 邮购: 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 880 × 1230mm $1/_{32}$

印张 5 $3/8$

字数 84 千字

版次 2016 年 1 月第 1 版

印次 2016 年 1 月第 1 次印刷

印刷 北京九天众诚印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-7650-9

定价 19.80 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换



内容提要

尿路感染怎么防？怎么治？本书从“未病先防，既病防变”的理念出发，分别从基础知识、发病信号、鉴别诊断、综合治疗、康复调养和预防保健六个方面进行介绍，告诉您关于尿路感染您需要知道的有多少，您能做的有哪些。

阅读本书，让您在全面了解尿路感染的基础上，能正确应对尿路感染的“防”与“治”。本书适合尿路感染患者及家属阅读参考，凡患者或家属可能存在的疑问，都能找到解答，带着问题找答案，犹如专家与您面对面。



专家与您面对面

丛书编委会（按姓氏笔画排序）

王 策	王建国	王海云	尤 蔚	牛 菲	牛胜德	牛换香
尹彩霞	申淑芳	史慧栋	付 涛	付丽珠	白秀萍	吕晓红
刘 凯	刘 颖	刘月梅	刘宇欣	刘红旗	刘彦才	刘艳清
刘德清	齐国海	江 莉	江荷叶	许兰芬	李书军	李贞福
张凤兰	张晓慧	周 萃	赵瑞清	段江曼	高福生	程 石
谢素萍	熊 露	魏保生				



前言

“健康是福”已经是人尽皆知的道理。有了健康，才有事业，才有未来，才有幸福；失去健康，就失去一切。那么什么是健康？健康包含三个方面的内容，身体好，没有疾病，即生理健康；心理平衡，始终保持良好的心理状态，即心理健康；个人和社会相协调，即社会适应能力强。健康不应以治病为本，因为治病花钱受罪，事倍功半，是下策。健康应以养生预防为本，省钱省力，事半功倍，乃是上策。

然而，污染的空气、恶化的水源、生活的压力等等，来自现实社会对健康的威胁却越来越令人担忧。没病之前，不知道如何保养，一旦患病，又不知道如何就医。基于这种现状，我们从“未病先防，既病防变”的理念出发，邀请众多医学专家编写了这套丛书。丛书本着一切为了健康的目标，遵循科学性、权威性、实用性、普及性的原则，简明扼要地介绍了100种疾病。旨在提高全民族的健康与身体素质，消除医学知识的不对等，把健康知识送到每一个家庭，帮助大家实现身心健康的理想。本套丛书的章节结构如下。

第一章 疾病扫盲——若想健康身体好，基础知识须知道；

第二章 发病信号——疾病总会露马脚，练就慧眼早明了；

第三章 诊断须知——确诊病症下对药，必要检查不可少；



第四章 治疗疾病——合理用药很重要，综合治疗效果好；

第五章 康复调养——三分治疗七分养，自我保健恢复早；

第六章 预防保健——运动饮食习惯好，远离疾病活到老。

按照以上结构，作者根据在临床工作中的实践体会，和就诊时患者经常提出的一些问题，对 100 种常见疾病做了系统的介绍，内容丰富，深入浅出，通俗易懂。通过阅读，能使读者在自己的努力下，进行自我保健，以增强体质，减少疾病；一旦患病，以利尽早发现，及时治疗，早日康复，将疾病带来的损害降至最低限度。一书在手，犹如请了一位与您面对面交谈的专家，可以随时为您解答疑惑。丛书不仅适合患者阅读，也适用于健康人群预防保健参考所需。限于水平与时间，不足之处在所难免，望广大读者批评、指正。

编者

2015 年 10 月



目录

第1章 疾病扫盲

——若想健康身体好，基础知识须知道

尿路包括哪些器官 / 2

尿液是如何生成的 / 2

何谓输尿管 / 4

何谓尿道 / 4

何谓尿路感染 / 5

何谓上尿路感染 / 6

何谓下尿路感染 / 8

引发尿路感染的致病菌 / 9

尿路感染的病因 / 10

尿路感染的途径有几种 / 12

尿路感染的发病机制怎样 / 13

正常人小便中有细菌为何不得病 / 17

尿路感染的发病率怎样 / 18

尿路感染的发病在性别上有什么特点 / 19

性生活与女性尿路感染有什么联系 / 20

为何妊娠期妇女容易患尿路感染 / 20

为何老年人容易患尿路感染 / 21

尿路感染与哪些疾病有关 / 22

为何糖尿病患者尿路感染的发生率较正常人群高 / 23

前列腺疾病与尿路感染有什么关系 / 24

为何尿路梗阻患者容易患尿路感染 / 25



性传播疾病与尿路感染有什么关系 / 26

何谓膀胱炎 / 26

何谓尿道炎 / 27

中医学对尿路感染是如何认识的 / 28

第2章 发病信号

——疾病总会露马脚，练就慧眼早明了

尿路感染的常见症状 / 32

怎样简单区分上、下尿路感染 / 32

何谓膀胱刺激征 / 33

尿路感染经常出现腰痛吗 / 34

尿路感染的临床表现怎样 / 35

膀胱炎的主要临床表现 / 36

尿道炎的主要临床表现 / 37

急性肾盂肾炎的主要临床表现 / 37

慢性肾盂肾炎的主要临床表现 / 39

尿路感染主要的并发症 / 40

第3章 诊断须知

——确诊病症下对药，必要检查不可少

尿路感染可引起尿液哪些异常改变 / 44

尿路感染时通常需做哪些检查 / 46

如何看小便化验单 / 47

何谓尿常规检查 / 49

何谓尿三杯试验 / 52

常见的尿细菌学检查方法 / 52



- 尿细菌学检查的特殊培养方法 / 54
- 尿抗酸杆菌的检查有什么意义 / 55
- 尿路感染患者需做哪些血液检查 / 55
- 尿路感染患者做腹部 X 线平片有什么意义 / 56
- 何谓静脉肾盂造影和逆行肾盂造影 / 57
- 静脉肾盂造影的禁忌证 / 59
- 尿路感染患者做 B 超检查有什么意义 / 60
- 尿路感染患者做同位素肾图有什么意义 / 60
- 肾盂肾炎患者有必要做肾穿刺活组织检查吗 / 61
- 临床上怎样诊断尿路感染 / 62
- 如何诊断膀胱炎 / 63
- 如何诊断尿道炎 / 63
- 如何诊断急性肾盂肾炎 / 64
- 如何诊断慢性肾盂肾炎 / 65

第4章 治疗疾病

——合理用药很重要，综合治疗效果好

- 尿路感染的治疗应遵循哪些原则 / 68
- 临床上怎样对尿路感染患者进行一般处理 / 68
- 针对尿路感染的抗菌药物选用原则 / 69
- 尿路感染患者长期盲目应用抗生素有何害处 / 71
- 选用对致病菌敏感的药物的一般步骤 / 71
- 治疗尿路感染在什么情况下需加服碳酸氢钠 / 72
- 在选用肾毒性较小的抗菌药物时应该考虑哪些因素 / 73
- 治疗尿路感染怎样进行联合用药 / 74
- 如何选择治疗尿路感染的青霉素类药物 / 75



- 头孢菌素类抗生素的特点和不良反应有哪些 / 77
- 头孢菌素在治疗尿路感染方面各有什么特点 / 79
- 氨基糖苷类抗生素在治疗尿路感染时各有什么特点 / 82
- 磺胺类药物的药理学特点及其不良反应 / 84
- 喹诺酮类抗菌药的药理学特点及其不良反应 / 85
- 喹诺酮类抗菌药在治疗尿路感染时分别有什么特点 / 87
- 对治疗尿路感染效果较好的人工合成抗菌药有哪些 / 88
- 应用抗菌药物后怎样避免耐药性的产生 / 90
- 治疗尿路感染的标准方案 / 91
- 怎样治疗膀胱刺激症状 / 92
- 怎样治疗急性膀胱炎 / 93
- 怎样治疗慢性膀胱炎 / 95
- 怎样治疗尿道炎 / 95
- 怎样治疗急性肾盂肾炎 / 96
- 怎样治疗慢性肾盂肾炎 / 97
- 无症状性菌尿需要治疗吗 / 99
- 尿路感染治愈后再感染应怎样治疗 / 100
- 感染性肾结石怎样进行内科治疗 / 101
- 中医怎样治疗急性尿路感染 / 103
- 中医怎样治疗慢性尿路感染 / 105
- 治疗尿路感染的自疗便方 / 107
- 中医治疗尿路感染的常用方剂及中成药 / 110
- 常用的有效抗尿路感染的中药 / 113
- 尿路感染的其他疗法 / 114



第5章 康复调养

——三分治疗七分养，自我保健恢复早

哪些尿路感染患者需要定期复查肾功能 / 120

尿路感染复发的原因 / 120

怎样进行尿路感染的预防性用药 / 121

憋尿好不好 / 122

镇痛药为何会损害肾脏 / 123

如何预防抗生素对肾脏的毒副反应 / 124

怎样爱护自己的肾脏 / 125

肾盂肾炎可采用哪些理疗方法 / 126

第6章 预防保健

——运动饮食习惯好，远离疾病活到老

治疗感染性肾结石的食疗方法 / 130

在日常生活中怎样预防尿路感染 / 132

女性应怎样预防尿路感染 / 133

尿路感染患者能过夫妻生活吗 / 134

妇女经期怎样预防尿路感染 / 135

怎样预防学龄前儿童尿路感染 / 135

老年人怎样预防尿路感染 / 136

糖尿病患者怎样预防尿路感染 / 137

游泳时怎样预防尿路感染 / 138

骑自行车会增加尿路感染的机会吗 / 138

为何说经常用肥皂清洗女性阴部不好 / 139

多喝浓茶对肾脏好不好 / 140



有补肾强肾功效的药膳 / 141

尿路感染患者的饮食调养原则 / 143

为何尿路感染患者宜多食青菜和水果 / 144

适合尿路感染患者的食疗方 / 144

多尿患者如何饮食治疗 / 152

气功对预防尿路感染有益 / 154



第1章

疾病扫盲

若想健康身体好，基础知识
须知道





尿路由上尿路和下尿路共同组成。上尿路包括肾盂、肾盏及输尿管，下尿路包括膀胱和尿道。

尿路的主要功能是排泄尿液。由肾脏连续不断生成的尿液，持续地通过肾盏进入肾盂，由于肾盂的收缩而被送入输尿管，因输尿管的蠕动，将尿液推送到膀胱并暂时贮存。当膀胱内的尿量达到一定程度时，通过神经系统的作用才引起排尿，将尿液通过尿道排出体外。因此，排尿过程是间歇进行的。

肾脏是生成尿液的器官。尿直接来源于血液。当血液流过肾小球毛细血管时，除血细胞和大分子蛋白质外，几乎所有血浆成分，包括少量分子量较小的血浆蛋白都通过肾小球膜，滤到肾小球囊内形成原尿。这是尿生成的第一步。正常成人两侧肾脏的血流量每分钟约为 1000 ~ 1200ml。其中，血浆流量每分钟约为 600 ~ 700ml。这个数据表明，肾小球的滤过液不是都排出体外，其中大部分被肾小管重吸收。因此，把肾小球的滤过液叫作“原尿”，而经过膀胱



排出的尿才叫作尿或称为“终尿”。从数量上看，两侧肾脏每分钟形成的滤液约为 125ml，每天就有 180L，而每分钟经肾脏最后形成的尿液约 1ml，每天约为 1.5L，这就是说，尿量只为滤液量的 1%。从质量上看，原尿的成分与血浆成分很接近，几乎相同，但与排出的终尿有显著差异。尿的生成主要经过 3 个过程。

(1) 肾小球的滤过作用。血液流经肾小球时，血浆中的水分和其他物质（电解质和小分子有机物）从肾小球滤过，而形成肾小球滤过液，即原尿。

(2) 肾小管的重吸收作用。原尿经过肾小管，99% 的水分被重吸收，还有葡萄糖和蛋白质等营养物质也全部被重吸收到血液中。钠离子、氯离子、水和尿素，虽然在肾小管各段均能重吸收，但主要是在近曲小管重吸收。

(3) 肾小管和集合管的分泌作用。尿中有相当一部分物质是由肾小管和集合管上皮细胞将它们周围毛细血管血液中的某些成分，以及这些细胞本身产生的一些物质分泌或排泄到管腔中的。

人排出的尿，其尿量和成分之所以能维持在正常状态，均与滤过、重吸收、分泌三个过程有密切的关系。



女性尿道长约 3 ~ 5cm, 紧贴阴道前壁, 开口于阴道口的上前方。