

女性泌尿道感染

泌尿系統

泌尿系統由腎、輸尿管、膀胱和尿道組成；尿液由組成泌尿系統的各個器官依其功能來產生、輸送、排泄尿液。腎有兩個，位於脊柱後方兩側，約平行於肋骨最下緣，右側因肝臟稍底於左側，主要提供尿液產生；輸尿管有兩條分別連接兩個腎臟與膀胱，允許尿液從腎臟到膀胱；膀胱，類似球體的形狀，接收兩個輸尿管，收集由腎臟產生的尿液，並通過尿道，藉由逼尿肌、膀胱頸及尿道括約肌控制排出尿液；尿道與膀胱連接，女性尿道較短且與外界直接接觸，易有尿路感染的問題。

尿路感染

尿路感染可分為：下尿路感染（涉及尿道和膀胱和分別被稱為尿道炎和膀胱炎），它是不太嚴重的形式，往往容易解決；上尿路感染（輸尿管和腎臟）。尿路感染是一種非常普遍的情況，特別是在女性，女性尿道較短且接近陰道和直腸，一般來說，在得到充分的治療後，能在幾天內解決。然而，有時在免疫力低下，免疫抑制治療或其他疾病中，會導致嚴重的並發症，如嚴重的腎臟感染。

尿路感染多由細菌引起，真菌引起較不常見。一般來說，細菌穿透尿道，沿尿道上行。在年輕女性中，尿路感染的常見危險因素是性行為，特別是如果使用保險套和殺精子劑。一般人存在尿道感染可能與尿道狹窄、前列腺問題、膀胱結石或性病有關。

提供一些技巧，有助於減少尿路感染：

保持良好的衛生習慣，特別是去洗手間後；

不要憋尿；

保持良好的排便，避免便秘；

反覆感染的情況下，改善性行為，性行為後清空膀胱，如有必要，改變避孕類型（保險套和殺精子劑）