

困擾女性的膀胱炎

撰文：註冊西醫黃凌雁

膀胱炎是女性常有的泌尿系統感染疾病，雖然男性和兒童也會患上膀胱炎，但不及女性那麼普遍，估計有過半數女性曾患上膀胱炎。女性比男性更易患上膀胱炎是因為她們的肛門和尿道末端比較接近，而且尿道比男性的短。別小看膀胱這個小小的器官，若它生病了，可叫人相當辛苦呢！

膀胱為什麼發炎？

大部分膀胱炎都由肛門的細菌如大腸桿菌感染引起。這些細菌在某些情況下進入尿道（如插入內用棉塞、性交或如廁後由後向前抹拭肛門時），然後循尿道向上走，進入膀胱並繁殖，便會導致膀胱感染和發炎。

膀胱炎有什麼病徵？

若患上膀胱炎，你會出現以下病徵：

- 常常有想小便的感覺
- 尿頻，但每次排出的尿量甚少
- 排尿時感到刺痛或灼痛
- 尿液呈深色或渾濁
- 尿液帶有惡臭
- 尿液帶血
- 腹部下方（膀胱位置）感到疼痛
- 背部疼痛、渾身不適或發燒，甚至可能患上併發症如急性腎炎（這時就需要住院治療）

但需注意，緊張或焦慮也可以引起類似頻尿的情況，所以尿頻未必代表你患上了膀胱炎，有可能需要進行尿液化驗和進一步膀胱機能檢查才能確診。另外，女性常患的陰道炎（由真菌念珠菌引起）也有機會令患者感到小便刺痛，所以你要留意陰道是否有不正常的分泌物或痕癢。

出現上述病徵時該怎樣處理？

- 喝大量白開水，幫助沖走細菌、稀釋尿液和減低灼痛的感覺
- 有需要時服食止痛藥，如撲熱息痛

何時應看醫生？

出現以下所述情況，必須看醫生：

- 尿液帶血
- 過了24小時，情況仍然沒有好轉
- 你正在或可能懷孕
- 發燒
- 背部下方疼痛
- 有嚴重的腹痛

•膀胱炎持續復發

要做什麼檢查？

醫生可能會收集你的尿液樣本作測試，看看是否有細菌存在。測試可用快速試紙測試或將樣本送到實驗室作種菌化驗。孕婦患者必須做尿液種菌化驗和抗藥性測試。如果你反覆出現膀胱炎，則可能需要接受X光或超聲波掃描，以檢查泌尿道是否正常。

怎樣治療？

醫生一般會處方藥物治療。如屬細菌性膀胱炎，醫生通常會處方3至7天的抗生素療程。你必須完整完成全個療程，就算病徵在抗生素服完之前便已消失，也必須繼續服食餘下的處方藥物，以徹底清除所有細菌。如果屬念珠菌引致的小便刺痛，醫生通常會處方抗真菌藥物。

膀胱炎可以預防嗎？

只要注意生活習慣，就有助預防膀胱炎：

- 每天喝最少一至兩公升的水
- 不要忍尿太久
- 如廁後，清潔的動作應從前方抹向後方
- 應避免使用陰道除臭劑，亦不要用肥皂或消毒藥水清潔陰道和肛門的皮膚，用清水清潔即可
- 不要浸泡泡浴
- 性交後立刻去排尿，以預防「蜜月性膀胱炎」(即在性交後48至72小時內出現因性交而造成的尿道感染)
- 穿棉質的內褲和避免穿緊身褲