

女士較高風險患病

膀胱炎患者以女性比男性為多，這是因為男女的生理結構不同，令女性患上膀胱炎的風險較高。

王醫生說：「第一個原因是引致膀胱炎的細菌，大部分來自糞便中的大腸桿菌，而女性的尿道口與肛門的位置相當接近，尿道的長度相比男性較短，因此在清潔衛生上若稍有不慎，細菌較容易經由尿道感染膀胱，令膀胱發炎。」

另外，女士在懷孕期間、更年期時，荷爾蒙改變會令女性尿道的黏膜變薄，減弱尿道的抗菌能力，因此女性患上膀胱炎的風險一般較男性為高。」

他又提醒，男性並非沒有患上膀胱炎的風險，如果有腎結石、多囊性腎病、前列腺肥大等問題，患上膀胱炎的風險亦會提高。



孕婦會因為荷爾蒙的改變減弱尿道抗菌能力，提高患上膀胱炎的風險。

改善生活習慣預防

要預防患上膀胱炎，可以從生活習慣着手。王醫生說：「最重要是多飲水增加排尿量，尿液可將膀胱內的細菌沖出體外，有清潔膀胱之效；日常減少茶或咖啡的攝取量，以免因為咖啡因過度刺激膀胱，加劇尿頻。」

此外，洗澡時應多使用花灑，避免浸浴，以防細菌經浸浴的水通過尿道進入體內，感染膀胱；女性如廁後，清潔時應由前向後擦拭，避免細菌由肛門帶進尿道。」



多飲水增加排尿量可有效防止患上膀胱炎。

為了減少因放射治療而令癌症病人出現膀胱炎的機會，醫生會在進行治療前精準規劃放射劑量，以及在治療期間盡量將放射物質集中在腫瘤位置，減低對膀胱的影響。

他補充，如病人的膀胱炎有復發問題，例如每半年出現兩次、或一年三次，醫生會考慮處方低劑量抗生素，一般需連續服食三個月至半年，以減低反覆患上膀胱炎的風險。

▼女性因為生理結構問題而比男性較容易患上膀胱炎。



尿頻和小便時有痛楚都是膀胱炎的常見病徵。

對症下藥 治療膀胱炎

應對不同種類的膀胱炎，醫生會有不同的方法為病人紓緩病情，例如會處方抗生素，治療因細菌引致的感染性膀胱炎。

王醫生說：「當未確認病人感染的細菌種類前，醫生一般會先處方最常見而有效的抗生素，待得出『種菌』的結果後，再決定是否需要轉換另一種更合適的抗生素。」

對於因放射或化學治療而衍生的膀胱炎，醫生會考慮將抗氧化、抗纖維化的藥物透過導管注入膀胱，從而紓緩病情。處理間質性膀胱炎，則可以利用三環類抗抑鬱藥物、抗組織胺藥物紓緩病情，病情嚴重可考慮進行手術擴張膀胱，增加膀胱的容量。」

膀胱炎較難自然痊癒，因此如出現相關病徵，病人應盡快求醫，一旦延誤治療，有機會經輸尿管感染腎臟，演變成「腎盂發炎」，情況嚴重有機會導致細菌入血，演變成敗血病等可致命的疾病。

►醫生會考慮使用三環類抗抑鬱藥物紓緩間質性膀胱炎的病情。



拆解各款膀胱炎

治療選項大不同

近日天氣酷熱，喝水量自然增多，但如果發現喝水量在未有特別增加的情況下，出現尿頻兼且每次尿量少，甚或是小便時有刺痛等問題，這有可能是患上膀胱炎。此外，部分膀胱炎問題有機會是源於其他治療的副作用，或是較難即時確診、成因不明的間質性膀胱炎，因此應及早求醫，揪出問題源頭。

今期家庭醫學專科醫生將拆解膀胱炎的病徵、各種膀胱炎的成因、以及治療、預防等方法。

撰文：梁仲泰 設計：林彥博



養和醫院家庭醫學專科醫生 王澤塘醫生

膀胱炎成因多

膀胱炎的成因眾多，王醫生解釋：「最常見是感染性的膀胱炎，當中以細菌引起的感染最多。」

此外，如果膀胱組織受到物理或化學傷害，亦有機會造成膀胱炎，情況多在癌症治療出現，例如一些位於下半身的癌症，如直腸癌、子宮頸癌等患者，在放射治療過程中被放射物質傷害到膀胱組織；或是化療藥物通過腎臟，經膀胱排出體外時，亦有機會令膀胱發炎。」

一般而言，當病人出現膀胱炎，會透過臨牀問診，了解是否有接受放射或化學治療的記錄；以及進行尿液的細菌培植來推斷病人的膀胱炎成因。但另有相對棘手、成因

不明的間質性膀胱炎，較難立即透過上述方法發現問題源頭。

當病人的膀胱炎病徵已出現一段時間，即使接受抗生素等治療仍無改善，這較難判斷病人所患的膀胱炎是屬於哪一種，此時醫生有機會安排病人接受膀胱鏡檢查。病人會先全身麻醉，醫生會將生理鹽水注入病人膀胱內，將膀胱膨脹後再進行檢查，如果發現有潰瘍或出血，兼且排除腫瘤的可能性，便可以判定為「間質性膀胱炎」。



尿頻為最常見病徵

膀胱是泌尿系統的一部分，位於下腹盆腔位置，其主要作用是儲存尿液，當容量達至臨界點，便會經由尿道排出體外。

養和醫院家庭醫學專科醫生王澤塘醫生說：「膀胱是一個由肌肉組成的中空器官，尿液會從膀胱出口經尿道排出體外。健康的膀胱能儲存約四百至五百毫升的尿液，當其容量達至臨界點，人體便會有尿意，提醒需要小便。」

然而，患上膀胱炎的病人，其膀胱會變得敏感，即使是少量尿液已刺激到膀胱壁，令病人經常有尿意，因而會造成尿頻情況，惟病人每次小便時，尿量都會很少。」

除了尿頻之外，膀胱炎亦有可能導致小便時有痛楚，嚴重更可能會出現血尿情況，如有上述病徵應盡早求醫。



▲癌症病人接受化療是其中一個常見引致膀胱炎的成因。