

## 尿路結石患者須知

尿路結石是泌尿科在門診最常見的疾病，它包括腎臟、輸尿管、膀胱、尿道，而這些結石是在尿液中不易被尿液所溶解的結晶物質，如草酸鈣、磷酸鈣、尿酸等，在泌尿道內沉澱而形成的。它可發生在腎臟到尿道的任何部位，但最常形成的部位是在腎臟，然後順著尿液從腎臟掉入輸尿管、膀胱、或尿道。

### 一、 要怎麼知道自己有沒有長石頭？

在門診時，每次要驗小便、照 X 光。病人常會覺得很煩，但驗小便、照 X 光是最基本的檢查。小便檢查可測酸鹼值、可發現血尿、白血球、膿尿、細菌、顯示是否有發炎，或其它晶體。照 X 光片，可供醫生馬上看片子，能顯示腎臟的外形、結石大小、數目、位置，是診斷和追蹤尿路結石重要的檢查。若有需要掃個超音波，可以檢查阻塞情形，是一邊或兩邊腎水腫，並可辨認結石。必要時需再安排靜脈注射腎盂攝影來確認結石的部位、大小和所造成的尿路阻塞病變。

### 二、 結石之症狀

為急性腎絞痛併發血尿或腸道症狀，如嘔吐或噁心；除了腰部劇痛，有些病人會產生放射性疼痛至睪丸(上段輸尿管結石)或刺激膀胱產生頻尿或急欲解便之現象(下段輸尿管結石)。嚴重者會因尿路阻塞導致感染腎盂炎，腎積水功能缺損或敗血症。

### 三、 結石之診斷

依據病人病史、症狀、理學檢查、實驗室檢驗(尿液與血液)和放射線或超音波檢查等。放射線檢查包括一般的腹部 X 光片照相 (KUB) 與靜脈注射顯影劑尿路攝影 (IVU) 二種。有部分的結石無法在 X 光片上顯影，需做特別的檢查才可確定診斷。

### 四、 結石之治療

尿路結石之治療分內科與外科療法二種。

(一)內科療法包括藥物、飲水及適度活動。

(二)結石在 0.5 公分以上或有阻塞發炎者皆可考慮行外科療法。

外科療法一般又分為：

1. 體外震波碎石治療術
2. 尿路內視鏡手術如雷射、超音波或電擊方式將結石擊碎取出
3. 傳統開刀三種方法。

近年來體外震波碎石治療術已成尿路結石治療之主流，在門診治療即可，其餘兩種方法皆須住院及配合麻醉。

### 五、 衛 教:

- (一) 多喝水，一天 2500 至 3000CC，少吃高鹽分、高蛋白質飲食、酒類、咖啡、可樂、濃茶、汽水...等飲料。
- (二) 適當規律的運動（如跳繩、爬樓梯）。
- (三) 每 3-6 個月定期追蹤檢查，早期發現，早期治療。
- (四) 結石成分對少數具有代謝異常的病患，可找出結石的病理原因，配合適當飲食，進而防止結石形成。
- (五) 若本身有尿路感染、代謝異常、尿路結構異常，導致尿路阻塞或尿儲留情況，須澈底治療。

尿路結石不是什麼大病，隨著醫療科技的發展，大多都能有效的處理，但還是要有預防勝於治療的觀念，而一旦發現了，也要聽取泌尿專科醫師的建議，勇於接受治療,否則怕開刀、怕手術、怕打石頭會打壞腎臟，一拖再拖，那就麻煩了

諮詢電話：07-7511131 分機 2240、2583

民生醫院全體醫護人員 祝您早日康復