

泌尿結石患者須知



建佑醫院 護理部 衛教小組
關心您的健康

※何謂尿路結石？

凡在泌尿系統如腎臟、輸尿管或膀胱有石頭沉積者均稱為尿路結石。

※造成尿路結石的原因

1. 甲狀腺功能過高。
2. 代謝方面功能障礙：如副甲狀腺機能亢進、尿酸血症過高等易行成結石。
3. 居住熱帶環境：因出汗多尿量減少濃度增高，易形成結石。



4. 本身問題：如泌尿道狹窄，尿液排出不通暢，小便呈滯留狀態且尿液裡有一些結晶物，如果沒有足夠的水分把這些結晶物排出體外，它會慢慢沉積變大而形成結石。
5. 尿路或膀胱內長期留置異物。
6. 長期大量飲用乳類及維生素D吸收過量。
7. 吃過多的肉類、動物的內臟、海鮮等食物。
8. 長期臥床的病人。
9. 遺傳及家族性。

※尿路結石的常見症狀

1.疼痛：不一定每個人都會痛，要看結石大小及部位，結石磨擦管壁才會引起疼痛，典型的疼痛是腎絞痛，痛的部位發生在腰部後方有時會反射到會陰部。

2.噁心、嘔吐：因為腎臟和胃有同一神經分佈，且因結石刺激了自律神經產生痙攣，而影響腸胃收縮導致噁心嘔吐現象。



3.血尿：肉眼或顯微鏡下血尿，當結石移動時磨破黏膜而造成出血。

4.感染及寒顫：如果結石阻塞嚴重，這時會引起感染，會有發燒合併寒顫。



5.腹瀉：腎或輸尿管絞痛，導致整個腹部及骨盆腔神經受到刺激而引起腸胃道症狀。

6.排尿型態改變：結石可能刺激膀胱而導致急尿、頻尿及尿瀦留現象。

※如何治療泌尿道結石

藥物治療～麻醉解痛及解除痙攣劑；抗生素。

飲食治療～



1.每日攝取液體至少 3000cc。

2.應限制鈣攝取量每天小於 400～500mg。

3.避免攝取大量維生素 D，盡量少吃巧克力、可可、菠菜、豆類食物、礦泉水、大量牛奶、核、玉米等食物。



手術治療～輸尿管鏡碎石術或膀胱鏡碎石術；體外震波碎石；腎盂結石術、腎截石術及腎盂輸尿管截石術。

諮詢電話：07-6437901 轉 450 衛教小組