

腰痛就是腰子有問題嗎？

在門診經常遇到一些病人因腰痛而擔心腎臟出問題，腰痛是常見的症狀，但腰痛是否就代表腎臟有問題呢？

事實上，腎臟的位置比一般人想像的位置還高，大概在胸肋骨下緣，脊椎兩側，許多民眾腰痛的位置都比較低，因此腰痛和腎臟大部分是無關的。況且，許多腎臟病如：急、慢性腎絲球炎、腎病症候群、甚至腎衰竭接近尿毒症者，很少以腰痛來表現；即使有些腎臟疾病會有明顯腰痛，但其常伴隨其他症狀，如急性腎盂腎炎常伴隨發燒或解尿異常；腎結石則常以絞痛的形式出現，伴隨血尿存在，且通常無法明確指出疼痛部位，而且疼痛往往會往下傳到腹股溝。因此，若腰痛的位置在肋骨下緣、脊椎兩側，伴隨上述症狀一起出現，才比較可能跟腎臟有關，需就醫進一步檢查；反之，若腰痛和腎臟無關，則必須考慮其他可能原因。到底有什麼原因會造成腰痛呢？接下來，我們再為大家介紹腰痛其他可能的原因。

造成腰痛的原因非常多，大致上可以從五個方向思考：

一 泌尿系統：

源自泌尿道系統的腰痛可能是感染發炎、結石或腫瘤；若是腎臟發炎造成的急性腰痛，其位置在肋骨下緣脊椎兩側，而性質多為持續性，常伴隨發燒或解尿異常，如：頻尿、血尿、解尿疼痛或灼熱感；若是結石造成的急性阻塞，疼痛的位置隨阻塞部位不同，可能出現在肋骨角、側腹部、或牽扯至腹股溝，性質多為間歇性的絞痛，不會隨姿勢改變，常伴隨噁心、嘔吐的症狀。而早期的腎臟腫瘤通常沒有症狀，直到腫瘤變大產生壓迫或晚期才會出現疼痛。病人的基本資料、生活習慣、職業及家族史也可以幫忙鑑別診斷腰痛的原因，如：急性腎盂腎炎較常發生在年輕人及女性，腎臟腫瘤以老人家居多，染劑使用與移行性上皮細胞癌有關，結石則以男性居多，家族史有痛風或結石的也較容易有尿路結石的問題。泌尿系統引起的腰痛，以單側較為常見。

二 生殖系統

除了泌尿道系統會造成腰痛外，女性的子宮肌瘤、卵巢腫瘤、骨盆腔發炎；男性的精索靜脈曲張、睪丸扭轉、睪丸或副睪丸發炎，也都可能會有腰痛的現象，但前者的女性病患會伴隨下腹疼痛，後者的男性病患會伴隨睪丸或腹股溝部位的疼痛。

三 神經肌肉骨骼系統：

最常見造成腰痛的原因不是緣於泌尿道系統，而是因為姿勢不良造成的肌肉拉傷，或是腰/薦脊椎出問題，如：骨刺、椎間盤突出、脊椎側彎等所造成的。此類的疼痛通常為單側的頓痛或悶痛，有時會有最疼痛點，而脊椎壓迫神經所導致的腰痛，甚至會延伸至臀部及大腿。改變姿勢、休息或按摩可以使症狀獲得緩解。

四 消化系統

膽結石併膽囊炎的疼痛可能會從右上腹牽扯至右後腰，性質為絞痛，類似腎結石，但其常合併發燒及右上腹壓痛(尤其在吸氣時)，且疼痛多為持續型，不會造成血尿；胰臟炎也可能造成左腰痛，但其會合併持續的上腹部劇痛，且身體向前傾或彎腰時疼痛會改善，此類疼痛也不會出現血尿。

五 其他:

皮膚的帶狀泡疹，若其部位剛好位於肋骨後下緣，一開始也常被誤以為腰痛，但接下來皮膚上就會出現紅疹及小水泡。

腹部的主動脈剝離也可能以腰痛來表現，但其疼痛十分劇烈，常伴隨冒冷汗，有高血壓的患者要特別小心。

下腹腔手術後(如:剖腹產、子宮切除術...等)立即出現的腰痛，可能是輸尿管受到傷害，此時超音波可以發現有水腎，可用來幫助診斷。

腰痛的原因很多，但僅有少數是和腎臟疾病有關，大部分的腎臟病，如:腎絲球炎、腎病症候群及大家最擔心的腎衰竭，很少以腰痛來表現，而會產生腰痛的腎臟病，如:發炎、結石、腫瘤，往往會伴隨其他症狀。臨床上發現，其實多數因腰痛就醫的患者經常是肌肉筋膜炎或腰椎骨刺所造成，而真正和腎臟相關疾病者反而是少數，因此大家不需因腰痛而過度擔心罹患腎臟病，大部分的腎臟病都會伴隨其他症狀，即使腎衰竭不會有腰痛，它仍然會出現其他臨床症狀，如:泡泡尿、水腫、高血壓、貧血、倦怠...等症狀。下次若碰上腰痛，可以先仔細觀察疼痛的位置及是否出現其他症狀，再由醫師根據情況安排適當的檢查，找出真正的原因，避免不必要的恐慌。