

# 泌尿道結石



地址：高雄市824燕巢區角宿里義大路1號

電話：07-6150011

網址：[edah@edah.org.tw](mailto:edah@edah.org.tw)



本著作權非經著作權人同意不得轉載翻印或轉售

著作權人：義大醫院

表單編號：HA-1-0058(2)

義大醫院 20X20cm 100.09印製 100.05修訂

 義大醫院  
E-DA HOSPITAL / I-SHOU UNIVERSITY 編印

# 泌尿道結石

## 一、尿道結石的病因：

尿中各種游離子的濃度過高聚集結晶造成結石。

## 二、泌尿道結石的症狀：

1. 腰部鈍痛或腎絞痛，可能反射到睪丸(男性)，可能反射到膀胱(女性)。
2. 感染：發冷或發燒。
3. 血尿、尿急、排尿不順。
4. 可能因阻塞：引起腎水腫、尿滯留、腎功能受損。

## 三、泌尿道結石的治療方式：治療方式仍需經由醫師評估

1. 體外震波碎石術。
2. 內視鏡取石術優先考慮使用。
3. 經皮腎臟造瘻開刀治療。

## 四、泌尿道結石的預防：

1. 多喝水稀釋尿液，建議每日飲水量2000C.C. ~ 3000C.C.以上，藉其沖刷的力量，將尿結石解出來。

2. 採均衡飲食，儘量減少含鈣、磷、草酸鹽、高普林食物。(見表一)

表一：

鈣、磷含量多的食物	牛奶、乾酪、蚌、蝦、葡萄乾、麥片
草酸鹽食物	菠菜、蕃茄、可可、李子、杏仁、豆
高普林食物	動物內臟、沙丁魚、豆類

3. 要自然排尿，不要憋尿。
4. 發現小便顏色變深或解尿困難時，應儘早治療。
5. 安排適宜的休閒活動。

