

# 腎結石

## 甚麼是腎結石？

腎結石是尿液中的礦物質因為種種原因沉積形成的結晶體。部份腎結石誘因可以預防。

腎結石的體積大小各異，從 1-2 毫米至 8-10 毫米以上都有可能。結石越大，能夠排出的機會越小，這是定律。大多數結石體積較小，可隨尿液排出。

體積較大的結石會在輸尿管中滯留或堵住輸尿管，這時候會引起劇烈疼痛。男性比女性更加容易患上腎結石，而且會在其一生中反復出現。

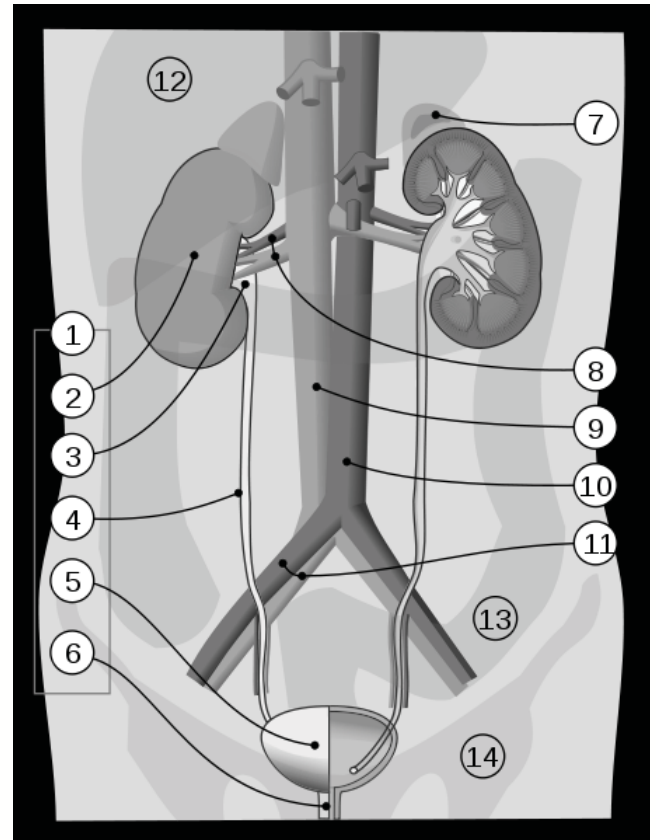
## 有了結石之後會怎麼樣？

結石本身並不是問題，只是當結石在腎和膀胱之間堵塞輸尿管時，才會引起疼痛。一旦結石進入膀胱，通常也不再是問題。

典型的症狀是一側腰部開始疼痛，陣痛類似波浪，圍繞腹股溝和生殖器部位發生。

## 為甚麼會有腎結石？

通常沒有特別的原因。但是，如果你的尿液過濃，則容易形成結石。例如飲水不夠通常就會這樣。一些飲食習慣也會造成腎結石的形成。例如食用大量（遠遠超出正常攝入量）葉類蔬菜。結石形成也與部份尿道感染疾病有關。



來源：Jordi March iNogue, 2010, Urinary System, 25.05.2012  
<[http://en.wikipedia.org/wiki/File:Urinary\\_system.svg](http://en.wikipedia.org/wiki/File:Urinary_system.svg)>

- |                  |             |
|------------------|-------------|
| 1. 輸尿管<br>(泌尿系統) | 8. 腎動脈和靜脈   |
| 2. 腎             | 9. 下腔靜脈     |
| 3. 腎盂            | 10. 腹主動脈    |
| 4. 輸尿管           | 11. 髂總動脈和靜脈 |
| 5. 膀胱            | 12. 肝       |
| 6. 尿道            | 13. 大腸      |
| 7. 腎上腺           | 14. 盤骨      |

# 腎結石

## 初期治療

醫生會給你注射止痛針或讓你口服止痛藥。服藥後不要駕車。

疼痛控制策略通常以達到最佳止痛效果和產生最少副作用為訴求，因此你必須遵照醫囑執行。

結石排出體外後，疼痛即會消失。但是，結石一旦滯留在某個位置，疼痛通常也會消滅。

醫生可能會讓你服用抗噁心藥物。如果你出現脫水，則還需要輸液。部份肛門栓劑止痛藥物需要直接放入你的直腸。

你需要驗尿和驗血，檢查是否有感染（如有感染則可能是很嚴重的問題）以及腎功能。即使有結石堵塞較長時期，腎臟也能保持正常的功能。

根據情況，X光、CT掃描和超聲波檢查可以在急診部進行，也可以日後前往門診部檢查。

你通常不需要住院，除非情況十分嚴重，疼痛難以控制，或是腎功能出現衰退或有這樣的危險。

## 隨訪治療

你出院時會收到一份治療康復計劃，最初由你的GP醫生審閱。以後如有必要，泌尿科專家會作進一步評估。

有些沒有排出的結石可以通過非外科手術方式清除，包括由泌尿科專家實施的結石粉碎和清除程序。

根據醫囑堅持服用止痛藥。如果問題持續，你應該馬上看自己的GP醫生。

## 預防措施

根據結石情況不同，有些飲食預防措施和治療方式或許有效。總體來說，多喝水，攝入充足的水份，保持尿液色澤清澈而不是黃色，通常都足夠了。但是，長期大量飲水會稀釋和排除血液中的鹽份，導致健康問題。

## 要求：

---

---

---

---

---

---

---

---


---

---

---

---

## 尋求幫助：

 如有緊急情況，你可以前往最近的醫院急診部或致電 000。

