

# 認識腎結石

申報組 歐陽萱

**UCL**



# 腎結石如何形成



- 尿液中的礦物質結晶沈積在腎臟裡，有時會移動到輸尿管。
- 夏天是容易腎結石的季節。因為人們在室內吹冷氣，散失水分，尿量減少，因而尿液中的代謝廢物濃度相對提高，增加析出形成結石的機會

# 結石成分為何

- 最常見的是草酸鈣結石和磷酸鈣結石，約佔80%。
- 其次是感染造成的無機鹼性結石（10~15%）、尿酸結石（10%）
- 及少部份遺傳疾病引起的結石。



草酸鈣結石



草酸鈣結石



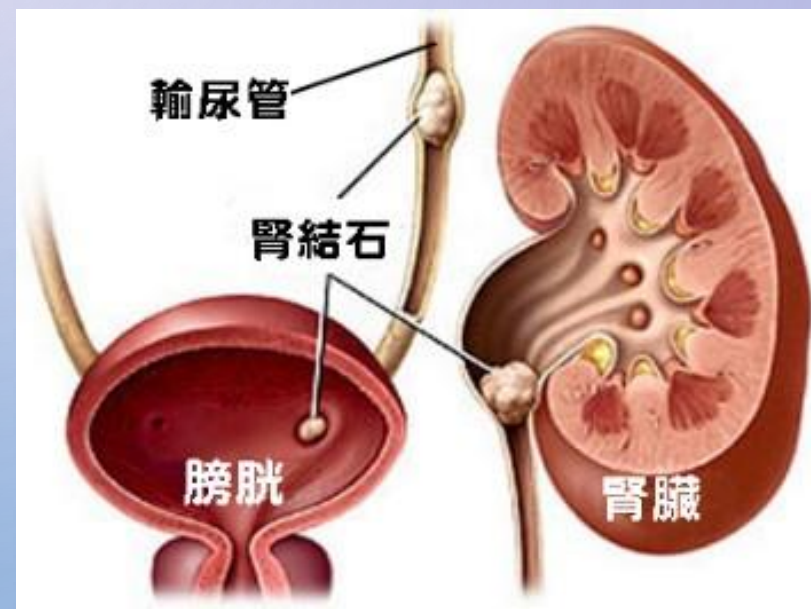
胱氨酸結石



尿酸結石

# 症狀如下

- 腎結石未發作前是沒症狀的，因此也常被人忽略。
- 當結石掉落到輸尿管時，會引起併發嘔吐、噁心、流冷汗的劇痛。
- 通常伴隨血尿及發燒的症狀出現。



# 治療方式



台灣·好

- 腎結石小於0.5公分，若是沒有尿路感染或阻塞，可先等待結石自行排出，不必積極處理。
- 結石介於0.5到2公分，可以考慮進行「體外震波碎石術」，先將結石震碎。
- 如果結石超過2公分大，由於震波碎石無法處理超過2公分大的結石，因此僅能利用手術開刀取出。

# 預防復發



- 治療後整體5年的復發率高達50%。要避免一再復發，必須針對結石的成因預防。
- 喝足量的水，每天大約2-2.5公升。
- 避免攝取過量的蛋白質、氮及鈉，不要吃太鹹。