我的腎結石，該怎麼辦?

當我發現有腎結石時，我是否該接受手術治療?

Q：為什麼需要治療腎結石？

A：腎臟結石是由尿液中結晶形成，從腎小管產生慢慢堆積移動到腎盞、腎盂，以及輸尿管。腎結石可能沒有明顯症狀，但結石體積增加有可能造成尿路阻塞，進而引起劇烈疼痛、感染、腎功能損傷甚至需要做腎臟切除。因此，我們不能輕忽腎結石。

Q：腎結石有哪些治療方式？

A：目前的治療方式包含藥物治療，體外震波碎石手術，逆行性軟式腎臟輸尿管鏡碎石手術(簡稱RIRS) ，經皮腎造廔碎石取石手術(簡稱PCNL) ，以及雙鏡聯合手術(結合RIRS及PCNL，簡稱ECIS)等方式。

Q：上述的手術有何特點？

A：參考”亞東紀念醫院 腎結石內視鏡手術說明暨同意書 (編號 10350-OR39)” 。兩者皆為全身麻醉手術。

手術方式	好處	風險/缺點
1.經皮腎造廔截石手術(PCNL)	1.不受結石大小限制，對於體積較大的結石單次手術結石廓清率高 2.適用於結石體積大、感染性結石、腎功能正常的病人 3.健保給付	1.手術後住院天數較長 2.有傷口 3.手術併發症相較於RIRS高，包括術後發燒、敗血症、手術出血量、需要輸血比例 4.也有些罕見的併發症如動靜脈廔管、臟器損傷腹膜炎，肋膜積水等

手術方式	好處	風險/缺點
2.軟式輸尿管鏡碎石手術 (RIRS)	1.沒有傷口 2.手術後住院天數短、恢復快 3.手術併發症較低、出血量極少 4.適用於腎功能不良、單顆腎、凝血功能不良、體外震波效果不佳之病人	1.針對較大的結石，可能需要分次手術才能完全清除結石 2.需要負擔部分自費

Q：手術完是否就一勞永逸,不再需要追蹤或吃藥？

A：腎結石手術後仍然有長新的結石之可能，因此建議術後仍需定期至泌尿科門診追蹤。有些病患結石手術後腎臟內有殘留結石的粉塵，可服用藥物避免新的結石生成。

Q：平時我該如何保養避免或延緩結石生長？

A：根據歐洲泌尿科學會建議，充足飲水能預防結石，目標是一日尿量>2500cc。然而，這需考量病患體重及心臟功能，若心臟功能不佳的病患過度飲水可能因發心衰竭。因此，建議因水量(cc)為體重(kg) x 30. 例如50公斤的人一天建議飲水1500cc. 另外，鼓勵攝取蔬菜水果，而動物性脂肪、肉類、以及鹽分適量攝取即可。

參考資料
一、亞東泌尿科網站 http://depart.femh.org.tw/gu/index.html
二、歐洲泌尿科醫學會治療準則" Management of Non-neurogenic Male LUTS"

編印單位：泌尿科
編印日期：113 年 06 月 14 日第 一 版
全院編碼：亞東醫院出版品 SH1165

宗　　旨：持續提升醫療品質
　　善盡社會醫療責任
願　　景：成為民眾首選的醫學中心