

当心不痛的输尿管结石

王大爷在城市打工,老家在偏远山村,最近一直咳嗽、咳痰,食欲不好,到当地社区诊所治疗后,咳嗽没有减轻,之后转到我院呼吸科就诊,查CT发现双肺部感染,右肾重度积水,右侧肾脏皮质菲薄,右输尿管上段有一颗8毫米结石。肺部感染治愈后,转到我院泌尿外科继续治疗。他的右肾基本看不到正常的肾组织,右肾已经没有功能,最终肾切除。而造成严重后果的,是王大爷输尿管上段的小小的结石。

话说这颗小结石,王大爷满脸后悔,三年前他曾有右腰部酸胀,就诊当地医院,彩超发现右输尿管上段结石,右肾轻度积水。给予解痉止痛后好了,当时医生嘱托要找专科医生进一步治疗,但他觉得没有腰痛了,排尿也正常,结石应该掉了,平时身体也硬朗,因此就没有去复查,以至于病情越来越严重,王大爷后悔莫及。

不痛的输尿管结石不能忽视

没有腰痛未必是结石已经排出,一定要复查。王大爷这个病例值得每位结石患者引以为戒。肾或者输尿管结石的患者,最初发病常表现为腰部剧烈疼痛,常伴放射到下腹部,血尿。腰痛程度常和结石的大小、是否存在梗阻等有关。如果肾结石较小,活动范围大,结石可能进入肾盂输尿管连接处或输尿管上段,堵塞输尿管导致尿流不畅,从而出现肾绞痛。有些患者腰痛消失后,不重视结石的后续治疗。如若结石长期堵塞肾脏出口,可能导致肾脏的尿液滞留,形成严重的肾积水,也会导致细菌感染,甚至感染性休克,危及生命。如果不及时解除梗阻,处理结石,引流积水,结石在输尿管嵌顿的时间过长,会造成结石周边输尿管的息肉大量增生,包裹结石,甚至完全堵死输尿管管腔,输尿管没有蠕动,不

会出现肾绞痛,随着肾积水不断加重,严重压迫肾实质,当肾实质逐渐变薄,肾脏会慢慢失去功能,直至出现肾脏完全失去功能。王大爷因为疏忽大意,导致肾切除不可挽回后果。

发现输尿管结石怎么治疗

面对“疯狂的结石”,我们需要引起足够的重视。泌尿系结石基本可以通过药物或者微创治疗解决。通常而言,对于结石直径小于4毫米的输尿管结石,多喝水,大部分都能自行排出。小于6毫米的输尿管结石可能自行排出,同时可以口服利尿,扩张输尿管及促进输尿管蠕动的药物,来促进结石的排出。小于2厘米的输尿管结石,根据结石大小、位置、密度及肾积水程度,可以选择体外冲击波碎石,输尿管镜激光碎石取石术或者皮肾镜取石术。大于2厘米的输尿管结石可选用输尿管软镜激光碎石取石术、经皮肾镜取石术或者腹腔镜切开取

石术等治疗。

平时应该如何预防结石

平时要多喝水、多运动和调整饮食结构。足够饮水量,能加快尿液排出,能加快肾脏沉淀和积聚的钙质、杂物排出体外。建议饮用白开水,每日饮水量2000ml~3000ml。通过尿液的颜色也能判断饮水量是否足够,若尿液呈现透明清亮,则说明饮水量足够;如果尿液黄色,则需要多喝水。如果彩超发现肾小结石,应避免长期久坐,应多做运动,比如多参加篮球、排球、羽毛球等运动,有利于促进结石排出。注意调整饮食结构,平时清淡饮食,控制钠盐摄入,多吃黑木耳,不吃太咸的食物,不暴饮暴食,不过多摄入动物内脏、碳酸饮料、豆制品、鱼肝油、海鲜及草酸含量高的食物,如草莓、菠菜等。(作者:洪怀山 福建省立医院 泌尿肾病医学中心 副主任医师)

孕期隐形杀手——胎盘早剥

孕期是每一位女性一生中特殊、最美丽的时期,每一位孕妈妈都希望顺利度过孕期,拥有一个既健康又聪明的宝宝。然而在妊娠中晚期却有这样一种严重并发症,它的发病率不高,仅约为1%,但发展迅猛,若处理不及时可能危及妈妈和宝宝的生命安全,它就是胎盘早剥。大部分孕妈妈对胎盘早剥不是很了解,发生之后没有及时警惕,没有及时就医,这是导致妈妈和宝宝发生严重的不良后果的重要原因之一。

什么是胎盘早剥呢?

在孕期胎盘与母体连接,通过脐带为宝宝输送氧气和营养物质。在妊娠20周后正常位置的胎盘由于某种原因,在胎儿娩出前,部分或全部从子宫壁剥离,引起胎盘后方出血,导致胎儿急性缺血缺氧,叫做胎盘早剥(placental abruption)。

胎盘早剥会怎么样呢?

妈妈会出现腹痛、阴道出血,严重的会出现子宫肌纤维断裂,凝血功能障碍、大出血,甚至需要切除子宫来挽救生命。而胎儿呢?剥离部分胎盘就丧失了为胎儿供血供氧的能力,导致我们腹中的宝宝缺血缺氧。如果不及时救治,可能导致胎儿宫内死亡的严重不良结局。

胎盘早剥的类型:胎盘早剥有两种类型,所以孕妈妈也有两种不同的表现。

第一种叫做显性剥离,是胎盘剥离以后,胎盘后的出血从阴道流出来,妈妈看得见,这种情况一般会引起孕妈妈的重视。第二种叫作隐性剥离,这种情况,出血积在胎盘和子宫之间,常常被孕妈妈忽视,也最容易导致严重的后果。

为什么会发生胎盘早剥呢?

1.各种原因的高血压引起的小血管的硬化、变性、坏死,血

管容易破裂出血发生胎盘早剥。2.外力的作用、腹部的撞击会导致胎盘早剥。比如在电影桥段里,怀孕的女主角被人推了一下,肚子撞到桌子,出现剧烈的腹疼痛、出血,最终失去了宝宝,这就是外力作用导致的胎盘早剥。3.孕期突然破水了,羊水快速地流出,宫腔压力骤然降低,也容易出现胎盘早剥。4.其他的因素:宫腔内的炎症、感染,孕期吸烟吸毒也是胎盘早剥发生的原因。

胎盘早剥可以预防吗?

当然可以。1.孕妈妈应该定期产检,尤其是合并有高血压、肾脏疾病的孕妈妈,通过产检,监测血压情况,将血压控制在正常范围,减少血管意外的发生;2.孕期注意安全,防摔倒,防外伤;避免爬高、踩椅子;3.不穿高跟鞋,穿舒适、防滑的鞋子,走路可以采用外八字的步态,增强身体稳定性;4.孕晚期避免弯腰提重物这些腰腹部用力的动作;

5.二胎妈妈要避免抱孩子,和孩子打闹,以防意外的发生;6.孕晚期不要长时间仰卧,尽量采取左侧卧位;7.注意外阴清洁,预防宫内感染。以上都是预防胎盘早剥的有效方法。

如果还是发生了胎盘早剥,该怎么办呢?

第一,提高警惕。如果出现腹痛,特别是外伤后的腹痛,甚至有的时候,只是表现为胃痛、腰背痛,都要警惕,因为胎盘早剥的疼痛可能向其他部位放射。第二,及时就医,选择就近的医院,先拨打120,医生会做好抢救准备。第三,减少活动,不要走路,走路会加重剥离面积,加重宝宝的缺氧。最后,信任您的医生,听从医生的指挥,尽量配合医生,为抢救成功争取时间。

(作者:李蕊 福建省立医院南院 妇产科 副主任医师)

课题:福建省卫生健康厅青年骨干项目,2020年度,编号2020GGB006)