

大医生开讲

无痛血尿更危险 别误判

□本报记者 张鸿鹏

10月31日晚上7点,福建卫生报《大医生开讲》如期开播。石狮市总医院副院长、泌尿肾病医学中心泌尿外科主任医师蔡建通,泌尿肾病医学中心、泌尿外科科主任、主任医师李少鹏,泌尿肾病医学中心肾内科主任、副主任医师张文意三位专家,围绕“尿色变红,别不当回事”的直播主题,深入浅出地解析血尿背后的健康密码。

本场直播吸引超31万人次在线观看,网友互动提问刷屏评论区。



真假血尿要分清
这些信号别误判

“看到尿色变红先别慌,可能是‘假血尿’在作祟!”直播伊始,蔡建通副院长就为网友打消顾虑。他介绍,食用红色火龙果、甜菜等含天然色素的食物,或服用利福平、番泻叶等药物,都可能让尿色变红,这类情况通过尿常规检查可快速区分。

真正的血尿需警惕两种情况:一是尿路旁边的出血混入尿液,二是尿液中出现红细胞,既可能是肉眼可见的鲜红色血尿,也可能是需显微镜才能发现的镜下血尿。

针对网友关心的“无痛血尿和有痛血尿哪个更危险”,李少鹏给出关键提示:疼痛与否不是判断风险的标准。无痛性血尿可能暗藏膀胱癌、肾癌等严重疾病,尤其40



岁以上人群需高度警惕;而有痛血尿多与感染、结石相关,病因相对明确。

“但年轻人也不能掉以轻心。”蔡建通副院长强调,尽管40岁以下人群血尿的恶性肿瘤检出



率不足1%,但无痛性肉眼血尿仍需警惕,不可盲目认为休息就能缓解。

日常体检中血常规报告如何解读呢?张文意表示:通过红细胞形态检查,可初步判断是肾内科相关的肾小球源性血尿,还是泌尿外科相关的非肾小球源性血尿,再进一步通过彩超等检查明确病因。

他提醒,结石引发的血尿常伴随剧烈腰痛,通过药物、体外震波碎石等手段处理结石后,血尿会自然消失;而肾炎导致的血尿可能持续存在,需重点监测尿蛋白和肾功能。

多学科协作+特色技术 提供“一站式”解决方案

“发现血尿该挂哪个科?”这是网友最关注的问题之一。蔡建通介绍,尿液开始或结束变红首选泌尿外科,全程血尿可挂泌尿外科或肾内科。

据了解,针对血尿患者,石狮市总医院泌尿肾病医学中心会通过多学科协作实现“一站式”服务。该中心由泌尿外科、肾内科组成。

中心常规开展输尿管镜、腹腔镜等微创手术,还在全省率先独立开展腹腔镜下腹膜透析置管术,且首创难治性腹透炎的腹腔灌洗及换管术。

医院还成立了福建省首个县域泌尿肾脏疾病临床研究中心。

蔡建通表示,医院通过整合优质专业医疗资源,聚焦专业水平和就医体验,从学科群联合门诊、个性化病因分流、对症分区诊疗、疾病全程管理等举措出发,全面提升医疗服务水平,为泌尿肾病患者提供专业化解决方案,让患者就医更便捷、健康有保障。

日常预防有妙招 就诊准备要做足

“多喝水是预防结石、痛风的



关键!”张文意给出预防指南,建议每日饮水量保持在2000毫升以上,以稀释尿液、减少结石和感染风险。同时要避免高盐、高蛋白饮食,戒烟限酒,控制血压血糖,谨慎使用止痛药、部分中药等肾毒性药物。

对于运动爱好者,他特别提醒,剧烈运动后出现血尿需休息48~72小时后复查,若血尿持续存在,必须及时就医排查病因。

专家们还为网友们支招就诊前的准备工作:提前记录血尿出现的时间、颜色、是否伴随腰痛、尿频等症状,可为医生诊断提供重要依据。尿三杯试验(要求患者将单次排尿过程按前段、中段、后段分为三部分,分别收集于三个编号的尿杯中送检)能帮助判断出血位置。

针对有高血压、糖尿病、肾囊肿等基础疾病的人群,定期复查尿常规和肾功能尤为重要。



活动组织

主办单位:福建卫生报、福建日报·新福建客户端
支持单位:江苏恒瑞医药股份有限公司

福建卫生报

服务公众健康 连接医疗生态

《福建卫生报》展现事业发展,讲述一线故事,交流先进经验,与全省广大医务工作者一起,发出属于自己的声音。提供专业版面,发表科普文章。携手全省三甲医院和健康大使,引导健康生活,助力区域卫生健康事业发展。《福建卫生报》社与福建省疾病预防控制中心联合共办,打造卫生健康领域权威、专业的信息传播平台。

欢迎订阅

2026年《福建卫生报》

邮发代号: 33-9

年定价96元

订阅方式



1、前往就近邮政局订阅
或扫描邮政微商城订阅《福建卫生报》



2、关注《福建卫生报》公众号,点击菜单栏“订报专区”,
选择订报链接,按照提示操作,即可订阅。