

一颗被“遗忘”六年的小石头 竟“偷”走大爷一个肾

医生提醒:无症状的结石更危险

记者 腊莎 通讯员 张晓敏

近日,衢州市中医医院泌尿外科接诊了一位特殊患者——63岁的刘大爷因持续腰酸胀就医,最终却因右肾功能完全丧失,不得不接受肾脏切除手术。而这一切的根源,竟是一颗六年前被他“遗忘”的输尿管结石。该案例引发医生对大众结石防治认知误区的担忧,呼吁公众重视结石复查与“无症状隐患”。

症状缓解忘复查,小结石拖成悲剧

六年前,刘大爷首次因“右侧腰痛”在当地卫生院就诊,检查后确诊为“右侧输尿管结石”。据刘大爷回忆,由于结石体积不大,医生为他开具口服药进行保守治疗,并反复叮嘱其“两周后务必复查”,以确认结石是否顺利排出,避免出现梗阻风险。

“当时吃了药,腰痛很快就缓解了,我想着石头肯定排出去了,复查的事也就没放在心上。”术前,刘大爷懊悔地说。正是这次被忽视的复查,让结石在他的右侧输尿管内“潜伏”了整整六年。

近期,刘大爷再次出现腰酸胀症状,且持续加重,于是前往衢州市中医医院泌尿外科就诊。该院泌尿外科主任医师毛金水团队为他再次检查后发现:长期的结石梗阻导致其尿液无法正常排出,右侧肾脏已出现严重积水,肾功能完全丧失,且没有逆转可能。

“只能通过手术切除患肾,否则可能引发感染、高血压等更严重的并发症,威胁生命安全。”毛金水表示。最终,刘大爷接受了手术治疗,且术后恢复良好,但失去一侧肾脏的事实,让他追悔莫及。

为何“不痛的结石”威胁更大?

“每年我们都会接诊好几例类似刘大爷的患者,他们大多存在一个共同误区——认为结石不痛就是好了。”毛金水在接受采访时强调,这一认知误区往往会延误治疗,造成不可逆的伤害。

他进一步解释,人体输尿管直径仅5-7毫米,结石一旦卡在其中,就如同堵住水管下水口,尿液无法排出会逐渐积聚在肾脏内,形成肾积水。疾病初期,积水总量较少,患者可能仅感觉轻微腰酸胀,甚至毫无症状,极易被忽

视;随着积水增多,肾脏会像“被不断吹气的气球”,内部压力骤增,压迫肾组织,影响血液供应,导致肾功能逐步衰退;若长期不干预,肾组织会逐渐萎缩、变薄,最终彻底“报废”,只能通过手术切除。

“反而那些会引发疼痛的结石,多是因为在输尿管内移动时刺激管壁,这种痛感其实是身体发出的‘预警信号’,能促使患者及时就医。”毛金水补充道,“无症状的结石往往在默默‘破坏’肾脏,危害更隐蔽、更致命。”

结石信号别忽视,科学处理是关键

毛金水提醒,虽然“不痛的结石”危险,但大部分肾结石发作时会释放明显信号,市民需提高警惕:一是疼痛,分为腰部持续钝痛与突发“刀割样”绞痛,绞痛常伴随恶心呕吐,痛感可能放射至腹股沟;二是血尿,包括肉眼可见的红色尿液与需化验才能发现的镜下血尿,多与疼痛同步出现;三是排尿异常,如尿急、尿痛、排尿不畅,部分患者可能排出“小沙子”样细小结石;四是感染症状,约10%结石由感染引发,患者可能出现发热、寒战,体温可达38℃以上。

“一旦查出结石,核心治疗原则是‘保护肾功能’,具体方案需结合结石大小、位置及是否

积水判断。”毛金水介绍,小于1厘米且无肾积水的肾结石可先观察;1.5厘米以上肾结石需通过CT评估位置,若卡在肾脏固定角落可定期复查,若易脱落至输尿管则需及时干预;小于0.6厘米、表面光滑的新发输尿管结石,通过多喝水、跳绳及排石药治疗,一个月内排出概率超80%;0.6-1厘米的新发输尿管结石,30%患者可保守排石,70%需体外碎石或激光碎石;大于1厘米的输尿管结石建议通过激光碎石等方式取出。

“需特别注意,结石大小并非绝对判断标准,若已出现严重肾积水,无论结石大小,都需遵医嘱立即治疗。”毛金水强调。

医生给出五招“避石”建议,定期体检是重点

针对结石复发率较高的特点,毛金水为市民提供了五项预防建议:一是保证饮水量,每天摄入2000毫升以上水分,户外工作、易出汗人群需适当增加,建议少量多次饮用,避免口渴后再补水;二是保持均衡饮食,不偏食,减少菠菜、豆腐等草酸含量高的食物,以及啤酒、海鲜等易引发高尿酸的食物摄入,降低尿酸性结石风险;三是避免以饮料代水,尤其是浓茶,其含有的鞣酸可能增加结石形成概率;四是坚持运动控体重,肥胖、超重会提高尿路结石发病风险,建议每周进行3至5次适度运动;五是定期体检,建议每年做一次泌尿系统B超检查,常规体检时同步检查尿常规与肾功能,出现腰痛、血尿等症状及时就医,不自行诊断用药。

“结石防治的关键在于‘早发现、早处理、遵医嘱’,切勿因症状缓解而忽视复查,以免重蹈刘大爷的覆辙。”毛金水相告。

免费接种流感疫苗



9月1日,我市启动60周岁及以上老年人免费接种流感疫苗省级民生项目。9月2日上午,在柯城区荷花街道社区卫生服务中心,记者看到已经有不少老人前来接种。本次接种对象为居住在衢州市内年龄在60周岁及以上,身体状况良好,无流感疫苗接种禁忌证,且知情自愿接种的居民。此轮我市共有10万多支流感疫苗到货,有需求的市民朋友,具体可咨询当地街道(乡镇)社区卫生服务中心(卫生院)。

记者 黄紫依 摄

健康提醒

熬夜加班后耳闷听不清? 警惕! 可能是情绪在“报警”

本报讯(通讯员 王颖)连续熬夜加班后,耳朵像塞了棉花、听不清声音,这一定是耳朵出了问题?近日,市民小芳(化名)的经历打破了这一认知——她的耳部不适并非器质性病变,而是长期精神压力与情绪问题引发的“警报”。

原来,小芳近期因工作频繁熬夜加班,逐渐出现耳闷、听力下降的症状,还伴随失眠困扰。“一开始以为是太累了,想着休息几天就好,没想到症状越来越重,连同事们说话都听不清,记忆力也差了很多。”小芳说,无奈之下,她前往市区一家医院五官科就诊。

听力检查显示小芳存在听力下降情况,医生为其开具了相关药物。但服药一周后,小芳耳堵、耳闷的症状仍然没有改善。五官科医生建议其转至衢州市第三医院精神科进一步排查,小芳随后找到了精神科主任姜小琴。

通过详细问诊,姜小琴明确了小芳的病因:其耳堵、耳闷并非单纯耳部疾病,而是长期精神压力大、过度疲劳,叠加情绪不佳、睡眠障碍引发的神经症。“长期精神紧张、焦虑以及睡眠不足,会影响神经系统调节功能,进而诱发耳部不适等躯体症状,容易被误认为是单纯的器官病变。”姜小琴解释道。

随后,在姜小琴的指导下,小芳停用了原有药物,改用高压氧舱配合扩脑血管药物治疗,同时服用适量调节情绪与改善睡眠的精神类药物。经过两周治疗,小芳的耳堵、耳闷症状明显好转,听力测试结果有所恢复,紧张焦虑情绪与睡眠问题也得到了有效缓解。

姜小琴提醒,日常生活中,不少人出现突然耳堵、耳闷、听力下降时,会第一时间联想到耳部疾病,却忽略了情绪和睡眠因素的潜在影响。事实上,长期精神紧张、焦虑、睡眠障碍,都可能通过神经内分泌调节,诱发类似躯体不适。

她建议,若市民出现类似耳部症状,可先到五官科排查耳部器质性问题;若检查未发现明显异常,应及时到精神科或睡眠障碍科就诊,通过物理治疗结合药物干预等方式,尽早缓解症状,避免因忽视情绪因素导致病情延误,影响身心健康。



网络配图