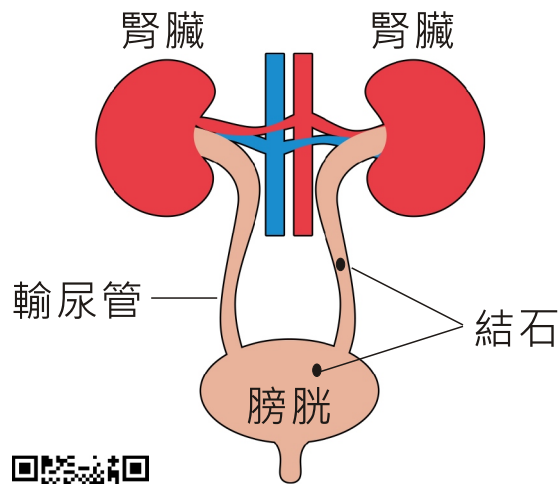


泌尿道結石 須知



病房 製作

諮詢專線：(04)7113456#8591

讚美專線：0809-055215

住址：彰化市中山路一段366號

服務專線：04-7113456



彰化基督教醫療財團法人

漢銘基督教醫院

CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION
HANMING CHRISTIAN HOSPITAL

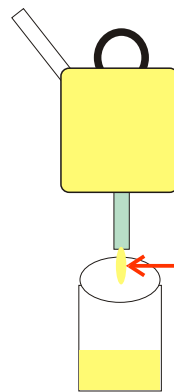
制定日期：2021年03月

修訂日期：2025年09月(三版)

51500-單張-中文-521-03

一、泌尿道截石取石術後照護

- 1.手術後醫師會為您插上尿管或引流管，請勿扭折或壓到，保持尿管通暢。
- 2.尿袋積尿勿超過1/2-1/3，每次倒尿時請記錄時間、尿量。



尿袋口勿接觸量筒
或浸在尿中。

- 3.手術後小便顏色可能呈紅色請多喝水，每天至少2000cc，以減輕血尿情形，並可沖淨殘餘結石（有腎疾病者請依醫囑攝取水份）。
- 4.若覺患側脹痛、尿量減少時，請通知護理人員，以便處理。
- 5.尿管清潔：
 - (1)尿管一般來說會置放一天，手術隔天醫護人員會將您的尿管拔除，若尿管須存留，護理人員會再給予導尿管相關照護注意事項。（詳見導尿管照護與注意事項51500-單張-中文-108-3）

(2)尿管固定：

男生一貼於下腹部

女生一貼於大腿內側

□置放雙J型導管照護

- 1.請適時補充水分，依照醫師指示務必於3個月內回院更換或拔除。
- 2.若水分攝取不足或長期放置未做更換，容易造成結石形成，而導致移除困難。
- 3.置放導管可能會有頻尿，小便疼痛、血尿、下腹部不適等情形。
- 4.如發現腰痛、高燒、發冷等症狀持續未改善，請儘速返院就醫。

二、居家照顧注意事項

- 1.為減少結石復發，每日應喝水3000cc以上（有腎疾病者請依醫囑攝取水份），請勿憋尿。
- 2.飲用地下水或水質差時，請用過濾器過濾後煮沸再飲用，以減少水中鈣含量。
- 3.請按時服用醫師指示之用藥，勿任意增減劑量。

4. 避免長期攝取過多維生素C、D、鈣片、制酸劑、以免產生結石（可適量補充維生素A，增進泌尿系統上皮組織的健康功能）。

5. 返診情況：

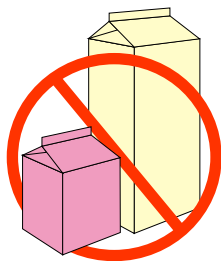
當您有以下情況請儘快返院看診：**血尿、腹痛、腎絞痛、發冷、發熱、患側脹痛且尿量減少、高血壓。**

三、飲食療法

1. 鈣結石：

避免食用過多高鈣食物（奶製品、牛奶、紫菜、海帶、吻仔魚、牡蠣干、小魚乾、蝦米、菜乾、黃豆製品）

* 減少食用維生素D，以減少體內對鈣質的吸收。



2. 草酸鹽結石：

避免食用高草酸鹽食物（茶、咖啡、可樂、啤酒、可可、杏仁、蘆筍、菠菜、甘藍、豆類、甘薯、辣椒、花生、柑橘類、蘋果、李子、葡萄）



(1) 採用低脂肪飲食。

(2) 足夠的維生素B6可使草酸形成降低，必要時可在醫師指示下服用維生素B6。

3. 磷酸鹽結石：

避免食用高磷食物

（蛋黃、內臟、蝦、牛奶、全穀類、麥片、

豆類、酵母、可可粉、巧克力、香菇、堅果類）

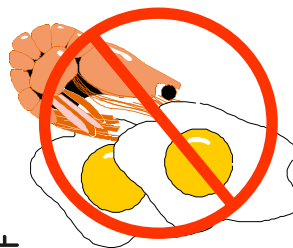
* 宜多吃酸性食物（見附表）衛教。

4. 尿酸結石：

避免吃高普林食物（內臟類、小魚乾、濃肉湯汁、酵母飲料、菇類、黃豆製品）

(1) 採用低脂肪飲食，因過多脂肪會抑制尿酸鹽排泄。

(2) 宜多吃鹼性食物（見附表）。



酸性食物

麵包（尤其全麥麵包）、五穀類、乳酪、玉米、酸紅苗、魚、肉、蛋、通心粉、花生、李子

鹼性食物

牛奶、水果、蔬菜（尤其是杏仁、碗豆、菠菜）、葡萄乾、發粉、蘇打

備註：回診時可詢問醫師結石成份檢查結果。

自我評量（是非題）

- () 1. 手術後小便顏色可能呈現紅色，故須多喝水，每天至少2000cc。
- () 2. 飲用地下水或水質差時，請用過濾器過濾後煮沸再飲用。

參考資料：

邱周萍等（2022）· 泌尿系統疾病與護理· 於王桂芸、劉雪娥、馮容芬總校閱，*新編內外科護理學*（八版 14-66 14-73頁）· 台北：永大。
彰基護理部（2024）· 泌尿道結石須知（第二十二版）· 衛教單張。

題號	1	2
解答	0	0