

一颗“小石头”引发肾绞痛

医生：泌尿系结石南方高发，早发现避免严重后果

江门42岁男子突发腰痛，检查发现竟然是一颗“小石头”引发的剧烈肾绞痛。江门市五邑中医院泌尿外科负责人、副主任医师唐炎权表示，江门地区泌尿系结石患病率高，要了解结石知识、定期检查、规范治疗，才能守护好“泌尿健康”。

文/图 江门日报记者 何雯意
通讯员 余敏贞 陈智敏 温颖



医生为患者进行手术。

A 我国南方泌尿系结石患病率高于北方

“腰突然像被刀割一样疼，还让我吐了好几次。”回忆起前段时间的经历，42岁的江门市民李先生仍心有余悸。当天，由于腰痛，他被家人送到江门市五邑中医院就诊。检查发现，李先生左侧输尿管内有一颗直径约6mm的结石，正是这颗“小石头”引发了剧烈的肾绞痛——这是上尿路结石最典型的急症表现。

江门市五邑中医院泌尿外科负责人、副主任医师唐炎权表示，在江

门，像李先生这样的病例并不少见。作为南方高发区，广东泌尿系结石患病率高达11.3%。江门地区因气候、饮食等因素，泌尿系结石患者并不少。“我国南方泌尿系结石患病率高于北方，江门地处岭南，气候湿热，人体水分蒸发快，若补水不足，尿液浓缩易导致结石成分沉积。此外，本地饮食偏咸、喜食海鲜和动物内脏，也会增加结石形成风险。”唐炎权表示。

唐炎权表示，泌尿系结石按发生部位不同分为上尿路结石和下尿路结石，上尿路结石是泌尿系结石的主要类型，占比高达99.5%，包括肾结石和输尿管结石，其中输尿管结石大多由肾结石“掉落”形成。“打个比方，肾脏像个‘蓄水池’，输尿管是连接肾脏和膀胱的‘管道’，结石就像管道里的‘石头’，要么在‘蓄水池’里静静待着，要么卡在‘管道’里引发堵塞。”

B 定期体检是关键

“很多患者在第一次发病时都很困惑，‘我平时身体好好的，怎么突然疼得要命？’”唐炎权解释，上尿路结石的形成就像“滚雪球”，是多种因素共同作用的结果。其中，代谢异常、局部尿路问题、药物影响是三大主要原因。“很多患者以为‘结石不痛就没事’，这是极大的误区。”唐炎权强调，上尿路结石的危害不在于大小，而在于是否引发梗阻、感染。

其典型症状是疼痛和血尿。肾结石若处于静止状态，可能仅表现为

腰部钝痛或无症状；但一旦掉入输尿管，就可能引发“肾绞痛”——那种剧烈的、阵发性的疼痛会让患者辗转反侧，甚至伴有恶心呕吐，疼痛还可能放射到腹股沟、阴囊等部位。血尿则多为镜下血尿，需通过尿常规检查发现，少数患者会出现肉眼血尿。

更危险的是其并发症。“结石堵塞尿路会导致肾积水，就像水库水位过高会压垮堤坝，长期肾积水会逐渐损伤肾功能。”结石会成为细菌的“藏身之所”，引发反复尿路感染，严重时

可能导致尿脓毒症，出现高热、寒战，死亡率高达20%。

唐炎权提醒，早期发现结石，能避免很多严重后果。定期体检是关键，其中，超声检查是上尿路结石首选的影像学检查，无创、可重复，能发现大多数肾结石和输尿管上段结石。“尤其是有结石病史、尿路畸形、长期服药的人群，建议每年做一次泌尿系超声检查。”唐炎权提醒，若出现腰腹部疼痛、血尿、尿频尿急等症状，应立即就医。

C “量体裁衣”破解结石难题

“上尿路结石的治疗没有‘万能公式’，必须根据患者具体情况制定方案。”唐炎权强调，结石大小、位置、成分，患者身体状况等，都是选择治疗方式的关键。

对于直径小于5mm、位置靠近膀胱的结石，可尝试保守治疗。“通过多喝水、适当运动，配合药物治疗，部分小结石能自行排出。但保守治疗有时间限制，超过30天未排出，就需考虑其他方法，避免长期梗阻损伤肾功能。”

体外冲击波碎石是治疗中小结石的常用手段。“利用体外冲击波聚焦击碎结石，让碎片随尿液排出，创伤小、恢复快。”唐炎权提醒，该方法并非人人适用，结石过硬、位置特殊（如输尿管中段）或合并严重梗阻、感染的患者，就不适合冲击波碎石。

手术治疗则适用于较大或复杂结石，目前主流的微创手术包括经皮肾镜取石术和输尿管硬镜、软镜碎石术。唐炎权表示，江门市五邑中医院泌尿外科在结石治疗上有两大特色技术，为患者带来了更安全、高效的选择。其中，负压吸引输尿管镜技术通过负压吸引，能快速清除碎石碎片，提高清石效率。“传统输尿管镜手术中，碎石碎片易残留，还可能因肾内压力过高引发感染，暴力入镜甚至会损伤输尿管。”唐炎权表示，“以前一次手术最多处理1cm的结石，现在能处理2cm以上的，且术中能控制肾内压力，大大降低感染风险。同时，科室配备多种规格的负压吸引鞘，能适应不同患者的输尿管内径，避免损伤。”

可视无血管化穿刺经皮肾镜技

术则攻克了传统手术的“出血难题”。“经皮肾镜手术最怕大出血，传统超声定位虽能避开大血管，但细血管仍可能被损伤。”唐炎权表示，该技术在超声定位基础上，通过可视穿刺直视避开细小血管，“术中出血风险降低80%以上，手术视野更清晰，清石更彻底。术后还能少放或不放引流管，患者恢复更快、更舒适。”

“我们科室会基于患者的病情选择最适合患者的个性化治疗方案，然后根据结石成分提供全方位的复发预防措施。”唐炎权表示，治疗只是第一步，预防复发更重要。平时要多喝水，尿液颜色越浅越好，以白开水、淡茶水为宜。此外，适当的饮食干预有助于有效预防结石的发生，应强调维持饮食营养均衡，避免其中某一种营养成分的过度摄入。

医学指导

唐炎权：

江门市五邑中医院泌尿外科室负责人，副主任医师，中山大学硕士研究生，从事泌尿外科临床工作20余年。熟悉泌尿系结石、前列腺增生、泌尿男生殖系统肿瘤、泌尿系感染等泌尿外科疾病的诊疗，掌握泌尿外科腹腔镜技术和腔内镜诊疗技术，主攻方向为泌尿系结石和泌尿男生殖系统肿瘤的规范化诊疗。



延伸阅读

上尿路结石的三个常见误区

关于上尿路结石，唐炎权表示有三个常见误区。

一是照搬他人排石方法。“经常有患者说‘我朋友吃某药排了石，我也试试’，这很危险。”唐炎权解释，结石大小、成分、位置不同，治疗方案差异很大，“比如尿酸结石可通过某些药物溶解，但对草酸钙结石无效；有的患者适合冲击波碎石，但有的患者可能因结石过硬需要手术。”

二是结石排出后就不用复查。“很多患者觉得‘石头没了就好了’，其实结石复发率很高，尤其是术后1-2年。”唐炎权建议，术后3个月、半年、1年都需要进行复查，“早发现小结石，可以通过饮食、药物控制，避免再次手术。”

三是结石越大症状越重。唐炎权表示，肾盂内的大结石可能长期“安静存在”，但会慢慢压迫肾实质；反而小结石活动度大，易引发剧痛。“无症状不代表无危害，无论有无症状，查出结石都要及时处理。”

广东省“首批免陪照护标准化(病房)医院建设单位”公布

江门市人民医院入选



江门市人民医院是我市目前唯一入选“首批免陪照护标准化(病房)医院建设单位”的医疗机构。

江门日报讯(文/图 记者/梁爽 通讯员/胡浩 黎歆)近日，广东省“首批免陪照护标准化(病房)医院建设单位”公布，江门市人民医院入选，同时也是江门地区目前唯一获此资质的医疗机构。该院以脊柱关节骨病科和耳鼻咽喉科作为首批试点科室，率先开展相关服务。

为积极响应国务院《关于加强护工队伍建设优化护理服务的指导意见》，切实解决群众“住院陪护难”问题，广东省启动免陪照护病房建设工作。7月23日，免陪照护建设单位授牌仪式在江门市人民医院举行。江门市人民医院副院长苏华安表示，随着社会老龄化加剧，患者及家属对住院照护的需求愈发多元。江门市人民医院开展免陪照护服务试点，正是响应国家政策、践行“以患者为中心”理念的具体行动。通过专业化护理团队提供全面生活照护，既能让患者安心接受治疗，也能减轻家属的陪护压力，兼顾工作与生活。

江门市人民医院护理部主任唐欣慧汇报了免陪照护服务的前期筹备及开展情况。为保障服务质量与安全，该院通过多轮考核选拔出一批具备良好职业素养和丰富经验的医疗护理员，并针对基础护理技能、沟通技巧、心理照护等内容开展系统培训；建立涵盖服务标准、操作流程、岗位职责的监管体系，开通专门投诉反馈渠道，确保及时优化服务。

接下来，江门市人民医院将以试点科室为基础，不断完善免陪照护服务体系，逐步扩大服务范围，让更多患者享受到专业、便捷的照护服务。同时，加强与省内外医疗机构及社会各界的交流合作，共同探索优质高效的医疗服务模式，为推动医疗服务高质量发展、助力健康江门建设贡献力量。

12岁少女出现高低肩

原来是脊柱侧弯



医生在为患者检查。

12岁少女出现高低肩，出现“剃刀背”，原来是出现脊柱侧弯……近日，江门市五邑中医院整脊骨科主任、江门市名中医刘英杰接受采访时表示，暑假期间，不少青少年因脊柱侧弯前来就诊。脊柱侧弯是危害青少年和儿童的常见疾病，严重可致残，关键是要早发现、早治疗。

前段时间，云云(化名)家长发现，云云出现了高低肩，肩胛骨一高一低不对称，向前弯腰时双侧背部不对称，出现“剃刀背”，于是趁着暑假赶紧到医院检查。影像学检查发现，云云站立位全脊柱正位X线片显示脊柱侧弯，主胸弯Cobb角(评估脊柱侧弯严重程度的一个重要指标)25度，被诊断为青少年脊柱侧弯。

“简单来说，就是脊柱往侧面弯曲，不再是正常的直线，从背后看会呈现‘S’或‘C’形。严重时肩膀、腰线会不对称，比如一边肩膀高，一边骨盆低。”刘英杰介绍，脊柱侧弯是指脊柱的一个或数个节段在冠状面上向侧方弯曲，通常伴有横断面上椎体旋转和矢状面上弧度改变，是一种三维脊柱畸形，会对儿童及青少年的身心健康造成严重损伤。“脊柱侧弯多发于10-14岁的青少年，大约每100个孩子里就有1-3个会出现不同程度的脊柱侧弯，女性多于男性，男女比例1:20。”刘英杰提醒，该病已经成为继近视、肥胖之后，青少年群体中第三位高发的疾病。

目前病因学研究显示，脊柱侧弯发病机制十分复杂，主要包括基因遗传因素、神经系统功能异常、代谢异常、肌肉骨骼系统发育异常、生长发育的影响和生物力学因素等。刘英杰表示，轻度脊柱侧弯通常没有明显不适，外观上也无明显的躯体异常，可以对病情进行观察。当脊柱侧弯发展到严重时，如果不进行手术，就会影响儿童及青少年的生长发育。长期处于这种畸形状态，会导致身体变形，严重者可能影响心肺功能，出现胃肠道疾病，影响神经脊髓功能，造成瘫痪。

刘英杰表示，家长在给孩子洗澡或带孩子游泳时，老师在学生的日常学习、锻炼中，要多留意观察他们的双肩及肩胛骨的变化。他还介绍了一个简单的弯腰试验检查法：孩子脱去上衣，双足立于平地，立正位，双手掌对合，置双手到双膝之间，逐渐弯腰，检查者坐在孩子前方或后方、双目平视，观察其双侧背部是否等高；也可在孩子洗澡或带孩子游泳时，观察其是否有双肩高低不平、肩胛骨最下端不等高、身体前屈时两侧肩胛骨不等高、侧面看有弯腰驼背症状等。若家长发现孩子出现上述情况，建议尽快到医院就诊，通过全脊柱X线等检查，进一步确认是否出现脊柱侧弯。

在治疗方面，可分为保守治疗和手术治疗。“一般侧弯角在38度以内都会考虑保守治疗，我们专科通过手法治疗，再结合日常生活中的锻炼，可以让患者情况得到有效的控制。但是如果错过了早期的治疗，侧弯角度比较大，就要采取手术治疗，创伤非常大。即使手术成功，患者以后也可能出现不能弯腰的情况。”刘英杰提醒，脊柱侧弯一定要做到早发现、早诊断、早治疗，不要让小孩错过最佳治疗时期。

如何预防脊柱侧弯？刘英杰表示，青少年要保持正确坐姿，纠正不良站姿和坐姿，改变久坐行为，并进行科学的体育锻炼。

(文/图 江门日报记者 何雯意 通讯员 温颖)

江门市中心医院住院床位可预约

关注“江门市中心医院”服务号 六步操作搞定入院手续

江门日报讯(记者/梁爽 通讯员/杨昊 陈君)近日，江门市中心医院住院床位预约服务正式上线，解决群众住院排队填表的焦虑、资料带不全来回奔波等就医问题。一部手机，几步操作，就能搞定入院手续，让患者和家属省时、省力又省心。

操作流程有六步：一是医生申请，医生开具入院申请单。二

是关注公众号，微信搜索并关注“江门市中心医院”服务号，进入公众号首页。三是小程序绑卡，在服务号菜单栏找到“就医服务”，进入小程序，点击添加就诊人绑定就诊卡。四是填写信息，点击“床位预约”，按照提示填写患者基本信息，填写后提交入院申请。五是确认入院，护士后台分配床位后，系统会通过短信通

知，核对信息无误后确认入院，如时间冲突则选择延期入院进行修改。六是到院确认，根据安排的时间按时到达住院病区，现场根据护士指引办理入院区并进行押金缴纳，即可完成入院。

值得注意的是，护士安排床位后，系统将自动推送入院信息至住院病人服务中心，由人工在后台进行医保登记。若涉及外伤

或其他不符合医保报销规定的，将通过电话联系患者或家属进行核实。

根据提醒，线上入院办理适用于大部分择期住院患者，如果是急诊患者或病情较为紧急，建议直接前往医院急诊通道办理入院，以免耽误治疗。请确保填写的信息真实准确，以免影响医保登记。若在操作过程中遇到问

题，可拨打服务管理科电话(0750—3332333)，工作人员会提供详细指引。线上办理入院后，请在规定时间内到院确认，逾期末确认的，须重新提交入院申请。非当天入院即择日入院的患者，在离开医院前，可到门诊北楼一楼大堂便民服务中心咨询，完成床位预约后再离院。