

## 泌尿道結石病友座談會活動紀實

◎林口長庚社服處社工師 鄭若君

在急診室時，常看到病患抱著腰，「連滾帶爬」走進急診室，這時救護人員會先給止痛劑，病患 10 至 15 分鐘緩和後，才慢慢地說：「結石又復發啦！好痛苦喔！」這就是「泌尿道結石」，泌尿道結石是泌尿道系統中相當常見的疾病之一，在全球的流行率約 8-15%。如何告別石頭族的夢魘呢？

本院為提升民眾病患及家屬對泌尿道結石的認識及護理預防，泌尿科及社會服務處特於 99 年 7 月 3 日舉辦「泌尿道結石病友座談會」，藉由本次機會，讓病友與醫師更近距離的接觸，促進醫師與病友之間的互動，解決病友及家屬之疑惑。本次活動特別邀請泌尿科莊正鏗主任致詞，並由陳孝文主任及張博誌醫師介紹泌尿道結石的疾病狀況及治療方式，最後由林素真護理師介紹泌尿道結石術後照顧及飲食須知。

醫師說：「尿路結石形成的原因，通常認為與體質、基因及遺傳及飲食習慣有關，同時痛風、肥胖或慢性腸胃病者，也較容易有泌尿道結石的問題。結石發生率沒有顯著的男女差異，但以地區而言，則以亞熱帶夏季症狀較為明顯。」

雖然泌尿道結石不像其他疾病對生

命有立即性的危害，但是若發病所引起的絞痛是相當難熬的，醫師特別叮嚀病患不要等到疼痛才看醫生，「不痛」只是警訊不再，接下來應該詢問醫生用什麼方式追蹤？怎麼樣才能適當處理？如何預防結石呢？醫師特別建議要多補充水分，每日至少攝取 3000c.c. 的水分，同時要避免飲食偏差，並定期檢查，及早發現及早治療，避免成為石頭一族！

活動當天有許多病友及家屬前來共襄盛舉，醫師更精心安排有獎徵答活動，讓民眾從活動中能更深刻的瞭解泌尿道結石，在活動過程中參與病友及家屬亦踴躍發問，醫療團隊也於當天解決病患的疑惑。希望藉由本座談會能對於泌尿道結石病友及家屬能有所幫助！



▲醫師於活動中進行有獎徵答，民眾踴躍參與。

