

膀胱结石形成的原因、治疗与预防

阿牛日则

昭觉县人民医院 四川昭觉 616150

〔中图分类号〕R699.5 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165(2023)09-052-01

膀胱结石是一种常见的泌尿系统疾病，它的形成会给患者带来不适和痛苦。膀胱结石是由膀胱内尿液中的某些物质形成沉积物，随着时间的推移逐渐形成固体结晶。这些结晶尺寸逐渐增大，最终成为膀胱结石。了解膀胱结石形成的原因、治疗和预防措施对于患者及时处理和预防膀胱结石的发生具有重要意义。

一、膀胱结石形成的原因

膀胱结石的形成有多种原因。

首先，尿液成分异常是主要因素之一，膀胱结石通常由尿液中某些物质的沉积而成，包括钙、尿酸和草酸等。如果尿液中这些物质的浓度过高或者排泄不畅，就容易形成结晶。



其次，尿液的酸碱度（pH 值）也会对结晶形成产生影响，过酸性的尿液容易使尿酸结晶形成，而过碱性的尿液则容易使草酸盐结晶形成。

此外，尿液潴留也是一个重要因素。尿液潴留是指不能完全排尽的尿液停留在膀胱中，这会导致尿液中的矿物质浓缩，并增加结晶形成的机会，当膀胱结石形成时，尿液中存在一些核心物质，如结晶和异物，它们能够成为结晶的种子，并在其上逐渐沉积形成石头。

除了以上几个方面，还有一些其他因素可能会增加结晶形成的风险，例如遗传因素、生活方式和饮食习惯等。膀胱结石的形成是一个复杂的过程，多个因素共同作用导致其产生。

二、膀胱结石的危害

膀胱结石存在着一定的危害。

首先，膀胱结石可能导致膀胱炎和尿路感染，结石在膀胱内摩擦黏膜表面，易引发炎症和感染，患者可能出现尿频、尿急、尿痛等症状，严重时还可能出现发热、腹痛等并发症。

其次，较大的结石可能嵌入尿道中，从而导致尿流受阻，使尿液排空困难，这会引起尿潴留和膀胱扩张，进一步增加感染和疼痛的风险。

此外，膀胱结石有时会与其他类型的结石如肾结石和尿道结石混合在一起，形成混合性结石，这增加了尿路系统结石相关并发症的风险，并可能引发更严重的尿路堵塞和疼痛。

最后，在治疗无效或未及时处理的情况下，膀胱结石可能继发其他严重疾病，如慢性肾盂肾炎、肾功能损害、结石

移行等。因此，对于已明确存在膀胱结石的患者，我们应当及时采取治疗措施，以减少相关并发症和危害的发生。

三、膀胱结石的治疗

膀胱结石的治疗方法会根据结石的大小、数量、位置以及患者的症状和身体情况来确定。

首先，对于引发结石生成的可能原因，如尿液成分异常或尿液 pH 值异常等，可以通过饮食调整和增加水分摄入等方式进行治疗。

其次，对于较小且无症状的膀胱结石，医生可能会建议患者服用一些药物，例如利尿剂或溶石药物，以促进结石的排出或溶解。针对较大的膀胱结石或对药物治疗效果不佳的患者，通常会采取小型结石碎石术（ESWL）或内窥镜碎石术。ESWL 利用体外的震波来击碎结石，并使其通过尿液排出，而内窥镜碎石术则会通过导管将器械引入膀胱，直接破碎结石或完全取出结石。对于较大或复杂的膀胱结石，可能需要进行手术切除，手术切除通常会通过腹腔镜或开放手术进行。

具体的治疗方法将根据患者的情况进行综合考虑和评估，医生会根据结石的特点、患者的症状以及身体状况来制定最合适的治疗方案。在接受治疗过程中，患者需要积极配合医生的指导和建议，并定期复诊以确保疗效达到预期。

四、膀胱结石的预防

预防膀胱结石的关键是维持适当的尿液成分和保持良好的生活习惯。

首先，饮食调控是非常重要的，应该限制高含钙、高含草酸盐和高含尿酸的食物摄入，如肉类、咖啡、碳酸饮料等。相反，增加水果和蔬菜的摄入量，可以提供足够的纤维和维生素 C，对预防膀胱结石有积极作用。

其次，充足的水分摄入也是重要的一点，多喝水能够稀释尿液中的矿物质浓度，降低结晶形成的风险，建议每天至少饮用 8 杯水（约 2 升）以上。

此外，规律排尿也有助于预防膀胱结石。保持规律的排尿习惯可以避免尿液滞留，减少结晶形成的机会。因此，应尽量避免过长时间憋尿，及时排空膀胱。

良好的身体健康同样对于预防膀胱结石非常重要，保持适当的体重和进行适度的运动有助于降低结晶形成的风险。

最后，定期就医检查也是必不可少的，定期检查能够帮助我们及早发现任何尿液成分异常或其他问题，以便及时采取干预和治疗措施。

通过以上几个重要措施，我们能够更好地预防膀胱结石的发生，并保持膀胱的健康。

总之，膀胱结石是一种令人不堪其扰的疾病，但通过了解其形成原因、采取合适的治疗与预防措施，我们可以有效地降低患病风险，并帮助患者摆脱痛苦。