

體外震波碎石後須知

體外震波碎石術常見於 2 公分以下的腎結石，其次為阻塞不嚴重的輸尿管結石；，也沒有腎水腫的輸尿管結石；利用精密儀器，在人體外產生震波，將體內大的結石震碎為砂狀或小顆粒，再由尿液排出。

一、體外震波碎石後須知

1. 打碎後的結石並非完全消失，鼓勵每天多攝取液體約 3000c.c.（限制水量者除外），小碎石會於 2~5 天內由尿液中排出。
2. 碎石後，大多數病人會出現以下症狀，此為正常情形且症狀逐漸減緩，勿過於擔心。
 - (1) 因震波的影響在腎臟周圍下可能會有輕微瘀血，所以有皮下瘀血狀況。
 - (2) 打碎後的結石經由尿道排出體外時，大多數病人會有輕微血尿或腎絞痛狀況，可能會維持 1~3 天不等。
 - (3) 偶有輕度發燒的症狀。
3. 大部分病人碎石後，小碎石並未完全排出，仍需接受完整的門診追蹤，務必依預約時間回診，以了解結石有無排除或復發。
4. 如出現以下症狀應立即就醫：
 - (1) 嚴重的腎絞痛，服用醫師開立的止痛藥物後仍未改善者。
 - (2) 噁心嘔吐超過 48 小時以上者。
 - (3) 發燒超過 38°C 以上。
 - (4) 血尿超過 72 小時以上或嚴重解血尿（如：蕃茄汁顏色）且有血塊者。
 - (5) 解尿困難及連續超過 8 小時以上無解尿者。
5. 禁忌症：懷孕、使用抗凝劑、有出血傾向、結石阻塞引起腎功能缺損、沒有治療的攝護腺肥大、裝有心臟節律器等。

二、日常生活注意事項

體外震波碎石後須知

- 1.養成每天多喝水的習慣，除非有特殊限制，液體應攝取每天至少約 3000cc(液體的攝取至少一半是白開水，因為白開水含鈣較低，才不易形成結石)，以增加尿量排出，而且持續適量的飲水比一次大量飲水，更能促進尿流及減少造成結晶的機會。
- 2.治療當天不須禁食，當日可適量進食及喝水，如需要麻醉需禁食；第二天可正常飲食。
- 3.在碎石後會出現皮下瘀血、輕度血尿、輕度疼痛、還有輕度體溫偏高，38 度以下狀況是正常的，應按時服用醫師開立的藥物。
- 4.日常活動：
 - (1)碎石後 24 小時內，採一般室內活動(如：打掃、走路)。
 - (2)碎石後 24~48 小時，採輕度活動(如：散步)。
 - (3)術後 7 天可恢復正常工作及騎機車。

參考資料

- 李和惠、黃鈺雯、林麗秋(2020)·泌尿系統疾病病人之護理·於胡月娟總校閱，
內外科護理學(下冊)(六版，62-64頁)·華杏。
- 林鉅棟、何承勳(2021)·泌尿道結石手術治療·台北醫師公會會刊·65(6)，50-54。