



排尿费力 尿线细 器质性尿道狭窄 只能手术治疗

62岁的高先生，10年前曾接受过一次腹部手术，留置尿管10余天。后逐渐出现尿线变细，他没有在意。最近一年病情加重，尿痛、排尿困难。到附近医院就医，确诊为尿道狭窄，进行了尿道扩张，但症状并未减轻。后转到一家省级医院，通过手术切除了尿道狭窄段，并采用自身粘膜进行了尿道修复，术后他排尿恢复通畅，尿痛症状消失。

尿道狭窄分两大类

尿道狭窄，简单地来说就是由于尿道变细引起的排尿不畅。人体内输尿管是一根细长的管道，如果输尿管内部结构或外部组织出现变化，导致内径变窄变细，就会导致尿液输送不畅，形成尿道狭窄。

尿道狭窄可分为痉挛性和器质性两大类。

痉挛性尿道狭窄，是由于尿道外括约肌的收缩所引起。诱发原因可为尿道炎、尿道结石，尿道内器械的应用或性欲异常等。有时也可为会阴、直肠和盆腔内的病变反射性刺激，或完全由于精神因素所引起。在麻醉下，痉挛性狭窄可完全松弛而不产生梗阻。痉挛性狭窄应用综合治疗，包括解除诱因、热水坐浴、镇静止痛剂和抗痉挛剂等，一般可取得较好疗效。

器质性尿道狭窄，临床较常见，通常讲的尿道狭窄是指这一类型。其中分先天性和后天性两种。先天性是由于在胎儿泌尿系统发育时，受到外界不良因素影响，导致肾盂输尿管连接部的平滑肌肥厚、纤维组织增生或局部息肉瓣膜，就会引起输尿管上段近肾盂处的狭窄，直接导致同侧肾脏积水。刚出生的婴儿会出现因无痛的腹部肿块，儿童会因反

复出现的发热寒战、尿路感染而被发现。一旦明确诊断为先天性输尿管狭窄，必须进行手术治疗，以去除狭窄段输尿管，将正常输尿管成形吻合，恢复输尿管功能。

后天性尿道狭窄，可分为创伤性和炎症性两种。创伤性是最常见的原因，如会阴骑跨伤、骨盆骨折致膜部尿道损伤和器械操作所引起的尿道腔内损伤。尿道狭窄多在伤后数月出现。炎症性狭窄见于淋病、尿道结核或非特异性尿道炎。炎症性狭窄多在急性尿道炎1年或数年后发生。由炎症引起的尿道狭窄比创伤所致者范围较广泛，瘢痕组织更多，治疗较为困难。留置导尿管，尿道内异物、结石，憩室均可诱发尿道感染。

药物治疗无效

对于尿道狭窄，药物治疗是无效的，需要采取手术治疗。

尿道扩张是治疗尿道狭窄的一种简易手术，但只适用于粘膜皱褶和膜状狭窄，狭窄段在5毫米以内。对于其他的尿道狭窄，比如狭窄段较长，尿道特别细的情况，尿道扩张是没有效果的。如果患者有尿路感染，比如尿道炎、前列腺炎、附睾炎等其中任何一种情况，都不能做尿道扩张。因此可以说，尿道狭窄严重

延伸阅读

尿道狭窄的症状

尿道狭窄的主要症状是排尿困难。初起排尿费力，排尿时间延长，尿液分叉。后逐渐尿线变细，射程变短甚至呈滴沥状。尿道狭窄时常伴慢性尿道炎。此时尿道外口常有少量脓性分泌物，多在早晨发现，尿道口被1、2滴分泌物所封

的患者，尿道内的瘢痕往往也会很严重，这种情况如果进行尿道扩张，不但没有效果，反而容易造成尿道裂伤、出血，加重瘢痕，所以不建议做尿道扩张。对于大多数尿道狭窄来说，尿道扩张并不是很有效，也不能达到治愈的目的。

治疗尿道狭窄，目前采用的手术方法主要有以下两种：

一种是尿道狭窄段切除+端端吻合手术：如果狭窄的长度在2厘米内，可以将狭窄的那段尿道切掉，然后将两端缝在一起。

另一种是替代物尿道成形手术：如果狭窄的长度超过2厘米，切掉狭窄尿道后，两端没有办法接起来，可以用患者自身的粘膜，比如口腔粘膜，补到狭窄的尿道处，使尿道腔扩大，这样不切除狭窄尿道也可以使尿道通畅；也可以切除狭窄的尿道，用自身粘膜或阴茎皮肤卷成管状，两端与正常尿道接上，替代被切下的那段狭窄的尿道。

由于激光和显微外科的应用，手术方法不断改进，绝大多数的尿道狭窄患者，可以通过一次手术获得满意的疗效；复杂的尿道狭窄，可能需要两次或者更多次手术。术后一般不会影响性功能。

郑州大学二附院泌尿外科
主任医师 李俊卿

尿道狭窄症状轻微也要及时治

有的尿道狭窄患者，症状轻微，只是排尿时尿线比较细，排尿时间稍长，没有特别不舒服的感觉，因此认为，不必急于治疗。这种想法对吗？

尿道就像一根水管，水管变窄了，“水流”就会变细，水管内的“水压”就会增高，这种高压会压着“水”渗到水管外。尿液一旦渗到尿道外，就容易发生感染，尿道的海绵也会纤维化。

尿道狭窄如果不及时治疗，症状会逐渐加重，出现尿频、尿急、尿不尽等跟膀胱刺激有关的症状。由于尿液排不出去，就会引发泌尿系统感染，甚至出现生殖器炎症。并发急性前列腺炎时有会阴痛，并伴有全身症状如寒战、高热、白细胞升高。尿道周围蜂窝组织炎表现为会阴部红肿、压痛，形成脓肿后可自行穿破形成尿瘘。发展下去，最终会出现肾功能损害，引起慢性肾功能不全。

由此可见，尿道狭窄即使症状较轻，也要尽早发现、确诊和进行治疗，切不可拖延。

郑州黄河中心医院副主任医师 时丰



广西田东读者麦先生问：我父亲今年65岁，半年前开始有尿频、尿急的情况，现发觉水一喝多就憋不住尿，一直要往厕所去，请问这个毛病是否可以治疗？

广西医科大学附属第一医院主任医师周一海回复：“憋不住尿”主要有两种病因，包括膀胱过度活动症以及压力性尿失禁。

就膀胱过度活动症而言，一些患者经常有急切的排尿愿望，无论白天还是晚上，排尿次数明显增多，甚至因不能及时到达厕所而提前排尿，出现尿失禁。膀胱过度活动症发病非常普遍，而且年龄越大患病率越高。在治疗方法上，这类患者首先要注意生活方式的调整，对于比较肥胖的人，要注意减轻体重，避免一次性摄入大量的水，以及刺激性的食物和饮料。尽量在白天多喝水，而临近夜晚时不再饮水。其次，要在医生的指导下，进行膀胱功能训练，使用药物控制症状。如果药物效果不好，可以考虑手术治疗，包括膀胱起搏器，或肉毒素注射。

除此之外，“憋不住尿”还有一种情况叫压力性尿失禁。当腹压增高的时候，例如大笑、咳嗽、打喷嚏、跳舞就出现漏尿，这种情况与盆底肌肉松弛及生育有关，在中老年女性中发病率非常高。如果漏尿不多，可以通过盆底肌肉训练的方法进行康复；漏尿比较严重时，可通过“尿道中段无张力悬吊术”微创手术解决问题。

保护好我们的泌尿系统

保护好我们的泌尿系统，其实不需要多复杂的方法，多注重自己的生活习惯就好了。

一、要经常运动，锻炼身体，提高机体抵抗力。即使有少量致病菌侵入尿道，机体的免疫防护屏障坚强，也可将其杀灭而不致患病。要避免久坐，经常改变姿势，坐一段时间要起来活动一下四肢。特别注意不要熬夜久坐打牌、玩电脑游戏。

二、要保持会阴部的卫生，定期清洗，洁身自爱。不可用刺激性强或碱性的洗涤剂清洗阴部，以避免尿道口分泌的酸性液屏障作用受到破坏。

三、要养成良好的饮水习惯。

这是预防尿路感染最简易有效的方法。晨起一杯水，对泌尿系统有冲洗作用。平时适当多喝水，对尿路能起到冲刷作用。

四、要及时排尿，不要憋尿。一般以每2-3小时排尿1次为好。以使侵入尿路的微量细菌随尿而排出体外。

五、饮食宜清淡，低盐低油低糖，少吃肥腻脂肪和辛辣刺激性强食物，戒烟限酒，适当多吃富含维生素和微量元素的易消化食物，如新鲜蔬菜、水果等。

六、注意身体安全防护。劳动时遵守操作规程，搞好劳动保护。骑车或驾车外出时，一定要遵守交通规则，防止意外事故。



平时也要注意安全，避免会阴部受伤。

七、泌尿系统如有炎症或受伤，要及时到医院诊治。出现排尿不畅、尿痛等症状，要及时到医院就诊，把疾病消除在初始状态。

郑州大学医学院 时仲省