

尴尬漏尿 30 年 手术 30 分钟解除

尿失禁专刊



科室简介

长沙市中医医院（长沙市第八医院）泌尿外科现有专业医师 9 名，其中主任医师 1 名，副主任医师 3 名，硕士研究生 6 名。科室以微创治疗泌尿系结石为品牌依托，近年来已成功开展了肾癌根治术、保留肾单位的肾肿瘤切除术、肾盂癌根治术、根治性全膀胱切除+回肠代膀胱术、前列腺癌根治术等手术。并逐步向泌尿系肿瘤治疗的微创腔镜领域进军，先后成功完成腹腔镜下肾上腺肿瘤切除术、膀胱全切术、肾癌根治术以及腔镜联合下小切口输尿管根治性切除术（肾、输尿管及部分膀胱切除），均取得满意效果。

咨询电话：0731-85259290 85259292

专家简介

张军，主任医师，中南大学泌尿外科专业硕士，长沙市中医医院（长沙市第八医院）泌尿外科主任。现任湖南省中西医结合学会泌尿外科专业副主任委员、长沙市中西医结合学会外科专业副主任委员、长沙市内科学会委员。能熟练开展肾脏移植手术、经皮肾镜手术、输尿管镜手术、前列腺电切术、膀胱肿瘤电切术、全膀胱癌切除术、前列腺癌根治术、肾癌根治术等；擅长男性疾病的治疗及泌尿外科腹腔镜手术。曾获全国卫生系统青年岗位能手、湖南省青年岗位能手、湖南青年五四奖章等多项荣誉。



坐诊时间：周一全天

坐诊地点：医院本部（星沙大道 22 号）
泌尿外科门诊

50 岁的曾阿姨，是来自株洲攸县的一名农村妇女。曾阿姨 20 岁生完第一个小孩后就出现了难言之隐：漏尿。每当用力咳嗽或者打喷嚏时，就发生漏尿现象，内裤经常又湿又脏。由于身体并没有其他不适，她当时也没有放在心上。随着第二个孩子的出生，曾阿姨这种漏尿的现象逐渐频繁，但由于家里有很多农活要忙、小孩需要照料，加上经济条件有限，曾阿姨羞于到医院检查治疗，她除了偷偷使用尿不湿外，一直没有对家人诉说。近两年来，曾阿姨在平常的日常活动中（甚至久站），也开始出现漏尿现象，同时伴有腰酸、下腹坠胀、外阴部瘙痒、湿疹等不适，生活质量较前大幅度下降，这才告诉家人，由儿女带到省城医院看病。

几经周转，曾阿姨来到长沙市中医医院（长沙市第八医院）本部泌尿外科，科主任张军仔细检查后，很快就明确诊断：张力性尿失禁。他针对曾阿姨的疑惑一一耐心解答。

张军主任介绍，张力性尿失

禁是指人体在腹腔内压力突然增加（如在咳嗽、打喷嚏、大声哭喊、提举重物时），尿液即不由自主地由尿道口流出的现象。更严重的是，患者在站立位时尿液就从尿道口流出。可发生在任何年龄的妇女，多见于生育后的妇女，尤其是生育多个孩子的妇女。

为什么会发生张力性尿失禁？张军主任解释，首先，有些妇女在怀孕及分娩的过程中，由于产程时间过长，胎儿的头部过度压迫盆底组织，或者在生产的过程中使用了产钳或胎头吸引器以帮助胎儿分娩，造成了盆底组织松弛，而导致不自主地排尿；其次，一些尿道或阴道的手术也可破坏尿道及膀胱的正常位置，导致张力性尿失禁；另外，绝经后妇女，由于雌激素减少，使尿道及膀胱部位的血液供应减少，导致相应部位的某些肌肉萎缩，韧带弹性变差，筋膜张力降低，故而发生不自主地排尿。

治疗张力性尿失禁有保守治疗和手术治疗两种方式。保守治疗适合于病情较轻或者是年老体弱的病人，通过运动锻炼让病人

做收紧肛门的动作，来加强肛门部位的肌肉张力，使病情获得某种程度上的改善；对一些老年病人，还可以采用口服少量的雌激素、米多君类药物或者是采用阴道上药的办法，改善尿道周围的血液供应和某种肌肉张力，进而防止不自主地排尿。

当保守治疗没有效果或者尿失禁非常严重时，就需要考虑进行手术治疗。近年来，多采用无张力尿道中段悬吊术（TVT 手术），这种手术损伤小，恢复快，特别适合严重的张力性尿失禁病人。张军主任根据曾阿姨病情，为其选择了这种手术方式，手术 30 分钟顺利完成。术后第一天，曾阿姨就开始下床活动；术后第二天通过严密的观察护理，医生为其拔出导尿管，不久，曾阿姨自主解小便通畅，且未出现尿失禁和尿潴留的现象，曾阿姨一颗悬着的心总算放下，今后终于不用再为随时尿湿的裤子而尴尬了。术后第三天，曾阿姨认真听完护士的健康指导，在子女的陪伴下兴高采烈地出院了。

通讯员 喻露

老年尿路是非多

尿路是尿从肾脏排出来，经过输尿管，贮存到膀胱里，最后再从尿道排出体外的经路。医学家们发现，老年期尿路是非较多，经常发生一些病症，值得注意。

一、随着年龄增加，到了老年肾脏逐渐萎缩，肾脏功能明显减退。通过肾脏排出体外的代谢产物较慢，老人服用某些药物容易堆积体内，引起中毒。比如老人服用链霉素，按照青壮年的药量给予，用时稍久，即可使链霉素蓄积身体里，发生中毒，主要作用于听神经，发生耳聋。因此老人用药剂量要小些，用药时的间隔要长一些。

二、老人膀胱发生萎缩，贮尿量减少到仅能装 250 毫升。老人还经常发生排尿不尽现象，膀胱中有

余尿残留，残留量可达 100 毫升。同时，尿意发生较晚，常常是膀胱里已经充满才想要排尿，因而有尿急感，如动作缓慢，便尿到裤里。另外，老人还经常出现膀胱不自由地收缩，故而发生“拉拉尿”现象。在受凉、劳累、疾病时，上述情况更易发生。

三、男性的前列腺自 45 岁以后开始增大，从而使排尿发生困难，也经常出现尿频症状。在 50 岁以后，前列腺增大越来越明显，但分泌的前列腺液却减少了。前列腺液有抗病菌的能力，由于分泌减少，使病菌易于繁殖。由于前列腺增殖肥大带来的痛苦是相当多见的，有时不得不采取手术切掉以恢复正常排尿。



四、老年女性尿道较短，尿道粘膜萎缩变薄，抵抗力下降，细菌很容易经尿道口钻进尿道，再向上入侵膀胱，引起尿道炎、膀胱炎，并可反复发作。病菌还可逆行尿路向上窜扰，直到入侵肾脏，引起肾盂肾炎，最后使老人发生肾功衰竭。

王贞虎

哪些原因引起尿失禁

临床统计资料表明，约有 40% 的老人有尿失禁现象。老年性尿失禁病因复杂，只有经过临床仔细、全面的检查分析，查明具体原因，才好对症下药予以治疗。

一般来说，尿失禁的病因大致有以下几个方面：①膀胱或泌尿系其他部位局部刺激。如膀胱炎、膀胱结石、尿道肉阜、膀胱肿瘤、前列腺炎及肿瘤等。②一些引起站立不稳或行动困难的疾病。例如关节炎、帕金森氏病都可使尿失禁出现或加重。③脊髓疾病。如某些炎症、肿瘤、外伤性截瘫等。④任何原因引起的神志不清、昏迷等，都可造成尿失禁的发生。

老年妇女发生压力性尿失禁还有一些病理性因素。绝经后的妇女，因卵巢功能衰退，雌激素产量下降。雌激素是支持女性外阴、阴道及内生殖器官功能的“动力”，一旦缺少，会阴、阴道及尿道肌肉都会松弛和衰弱，诱发尿失禁。同时，老年妇女尿道控制排尿的肌肉也会发生一定程度萎缩，更加重了尿失禁的程度。

苏雨霞

老年性尿失禁怎样治

对于老年性尿失禁，首先要查明其引发原因，方可采取相应的防治措施。如男性尿失禁患者可使用阴茎夹，或用与阴茎相连的储尿袋；昏迷老年患者可留置导尿管，同时使用抗生素，以防止并发症，同时可在医生指导下服用抗胆碱类药物，如普鲁本辛 15 毫克，每日 3 次等。女性患者可服用雌激素治疗，常会收到一定疗效。另外，尿失禁患者还应积极治疗某些易引发

该症的疾病，如膀胱炎、膀胱结石及肿瘤等。平时注意少用镇静和安眠药，如安定、鲁米那、速可眠等；不用利尿剂如双氢克尿噻、氨苯喋啶等。长期尿失禁的患者，要经常用温水清洗会阴部，保持干燥卫生，以防出现褥疮。

轻度尿失禁，一般不需要特殊治疗。患者可进行膀胱控制训练，适当延长排尿间隔时间。每天晨醒下床前和晚上就寝平卧后，深深吸

一口气，然后用力做 45-100 次紧缩肛门和上提肛门活动，每次时间为 8-10 秒钟。长期坚持此方法可以明显改善尿失禁症状，甚至恢复正常。而那些对生活已造成十分不便的重度尿失禁患者，可以进行相应的手术治疗。

同时特别提醒，尿失禁患者不能少喝水，饮水应以每天 5-8 杯为宜，其中包括每日三餐的汤水。

薛光