

尿濁濁的……該怎麼辦？

「醫生啊！我的尿看起來很混濁，不知道有沒有什麼毛病啊？」在泌尿科門診中，常見的症狀之一就是尿液混濁，病患常會因此覺得很不安，甚至懷疑自己的腎臟是否壞掉了、或是得了慢性病（例如：糖尿病等）。其實，尿液正不正常是必須經過醫師的詳細檢查，才能確定是否真的有問題。

欲確定尿液是否混濁，首先必須要把尿液放在乾淨的杯中才看得出來，而一般最快、最方便且正確收集尿液的方法，是留取「中段尿液」。那什麼是「中段尿液」呢？就是小便時先排掉前面小部分的尿液，然後收集中間部分的尿液。之所以這樣做的原因是要避免一些外在因素的影響，像是男性前段有些分泌物，女性則因其尿道開口和陰道相近，可能會有一些細胞或細菌參雜其中。對於一些無法自行解尿的病患，可以使用尿管導尿的方式，留取尿液做檢查，或利用膀胱穿刺的方式取得，不過這是需要醫護專業人員來執行的，如果是小孩子可以考慮用集尿袋貼緊外陰部的地方來留取尿液。而留取做檢查的尿液之最佳時間，是早上起床的第一泡尿液。

通常，尿液是淡黃色而透明的，而且還有點阿摩尼亞（Ammonia）的味道，顏色的變化可以從透明無色、淺黃色直到深黃

劉鐘琪
醫師



色，這可能跟喝水的多少或流失多少的水分有關；當然，若收集的尿液在環境中放太久，也是會濁濁的。尿液中含有：尿酸、磷酸、草酸、碳酸等鹽類，然濁尿大都因為尿液裡的磷酸鹽或尿酸濃度高而沉澱所引起的，但如果病患其他的症狀（如腰酸背痛的情形），那就要詳細地檢查是否有尿路結石存在的可能性。

另外，泌尿道感染所引發的疾病也會發生濁尿的現象，如：尿道炎、膀胱炎、腎臟病變、攝護腺炎等（其中以膀胱炎最常見），且通常還會合併頻尿、尿急、解尿疼痛、發燒等症狀。至於泌尿道感染的病原，以大腸桿菌最為常見，有 90 % 的感染細菌是來自肛門，因上行性感染到尿道，進而侵犯到膀胱，嚴重時甚至會感染到腎臟。

再者，血尿也會造成濁尿，但有些血尿外觀是看不出來的，必須用顯微鏡才看得清楚。引起血尿最常見的原因就是泌尿道結石，當然還有少數是因腎臟腫瘤出血所引起的；另外，腎絲球體局部發炎或劇烈運動後，也會有血尿的產生。

有時候，在膀胱腫瘤病人的尿液裡，會因細胞掉落而使得尿液裡有白白的沉澱物出現之情形。但如果尿液出現有濁濁乳白色的現象，則可能是因為腎臟淋巴阻塞，導致淋巴液滲入尿液中，稱為乳糜尿，最常見的原因是由寄生蟲裡的絲蟲、外傷、結核病、或後腹腔腫瘤造成這樣的病變。

這樣說來，那尿液的顏色改變都是疾病所引起的嗎？其實也不一定。有些食物或藥物也會引起尿液顏色的變化，例如：常用來治療尿道發炎疼痛的藥 Urogen (pyridium) 或者是治療結核的藥 (Rifampin)，都會使尿液呈現橘紅色的現象；而大量的

維生素B，則會呈現亮黃色的尿液。尿液的顏色會因藥物、食物或疾病的關係而有所變化，就連藍綠色的尿液都有可能發生的。

總而言之，如果有濁尿的情況，甚至合併其他的症狀，都應該去做尿液檢查。一般的尿液檢查有：外觀；試劑反應（包括尿酸鹼度、尿比重、尿糖、尿酮體、尿膽紅素、尿蛋白、尿潛血、尿中硝酸鹽反應等）；以及尿液檢體離心後，尿中沉澱物的顯微鏡檢查等項目。醫師可以由此做初步的判斷，需要時再安排進一步的檢查或檢驗，這樣除了可以解決疑問、求放心外，更可以達到早期發現，早期治療的功效。

