

3

尿床的流行病學

◆ 王炯堃醫師 / 恩主公醫院泌尿科

三、四十年前，在台灣近視的人很少，如果有一名國中生或國小生有戴眼鏡（一種粗粗黑色鏡框），就會被同學取綽號叫做「眼鏡仔」，聽起來有些取笑和捉弄的味道。可是演變到現在，台灣已經變成了全世界的「近視王國」，流行病學調查顯示：國中生已有大於50%的同學戴眼鏡，因此這個綽號再也沒有辦法頒給特定同學了！還記得孔子說過：「德不孤，必有鄰。」如果大家知道尿床兒童竟有如此的高普遍性和盛行率，那麼這些有尿床困擾的小孩們，就再也不用感到不好意思或丟臉了！

根據內政部統計司和台大醫院小兒科對國小學生的調查顯示：全國國小一年級至六年級的學生在民國八十九年約有十六萬四千人會尿床，其中男生約占 94,300 人，女生約占 69,700 人（表一），男生和女生的比例約是 2：1，亦即平均每 100 名國小兒童中就有 8 名兒童會尿床，而這 8 名尿床兒中更有 1 名兒童，他每週的尿床次數還多於 3 次以上，所以如果國小學生會尿床，不要感到很孤獨，因為全國還有 16 萬名小朋友和你一樣。

大家可能都知道，像經常吃糖果、甜食、可樂者容易蛀牙；而愛看電視、打電動玩具、上網者容易近視；不吃早餐的小朋友發育較差、長得比較矮；而哪些因素是會影響到尿床與否的呢？根據研究顯示：較熟睡的小孩、父母親有尿床病史、父母親離婚或分居導致家中的小朋友較沒有安全感的，容易尿床。要特別一提的是，家中的經濟情況並不會影響到家裡的小孩是否會尿床，意思也就是說，富有者如：王永慶、郭台銘等人的小孩或孫子們一樣有可能會尿床。

事實上，很多疾病在特定的國家中有較高的發生率，例如：在台灣，肝癌是十大死亡原因的榜首，這是因為在台灣，B 型肝炎的盛行率很高；而在美國，攝護腺癌則為男性第一名的死亡原因，究其原因，這都和飲食及生活型態有密切的關係。至於台灣的小孩和國外小孩的尿床比率比較起來，並沒有任何的差別。看起來，上帝是公平的！不過像北歐地區，冬天都比較寒冷，尿床兒尿床後可能就會結成一枝尿冰棒，因此比起台灣尿床小孩的後果可能會更慘！所以全世界研究尿床較進步的國家，例如：瑞典、丹麥、荷蘭等，都是位在較寒冷的地

區。

最後再談一些有趣的研究發現：一樣是雙胞胎，同卵雙生(也就是兩人的長相一模一樣)比起異卵雙生(兩人的長相不同)一同會尿床的比率是68%：36%；而如果父母或祖父母會尿床，那麼他們的小朋友會比一般的小孩子要晚了一年半才不會尿床。從上面的研究統計數據中可以知道，遺傳是導致尿床很重要的原因。

上了國中還會尿床的青少年，部分有暴飲暴食或厭食症的現象，所以會尿床的小朋友一定要養成良好的飲食習慣，三餐吃得飽，少吃零食和甜飲料，以免到了國中還會尿床。

表一、89年度台灣地區國小學童尿床調查統計表

對對看！有多少小朋友和你一樣還在尿床！									
年底別	性別	總計	6歲	7歲	8歲	9歲	10歲	11歲	總計
89年	合計	22,276,672	323,006	327,157	320,997	319,084	335,510	311,214	
	男	11,392,050	168,183	169,805	167,917	167,261	175,781	161,943	
	女	10,884,622	154,823	157,352	153,080	151,823	159,729	149,271	
估計值	尿床男童		26,909	23,731	20,150	13,380	5,273	4,858	94,301
	比率		16%	14%	12%	8%	3%	3%	
	尿床女童		21,672	18,882	13,777	7,591	4,791	2,985	69,698
	比率		10%	9%	6%	4%	3%	1%	

◎【資料來源：內政部統計司和台大醫院小兒科】