

1 尿床：一個被忽視的疾病

楊緒棣醫師 / 佛教慈濟綜合醫院台北分院泌尿科

長大後，尿床不一定會自己好喔！

多數人想到尿床的直接反應是"長大就會好！"，因此不需要接受治療。尿床長大以後真的自然就會好嗎？國內外許許多多的研究顯示：小學一年級(7歲)學生中，10個仍有1個會尿床，而到小學畢業時，這些尿床兒中仍有20%還在尿床。在成人世界中，每一百個人仍有0.5-1.0個人還在尿床，所以"尿床可不一定會自己好喔！"

小孩的壓力

尿床兒當中，雖然有80%約在國小畢業時會痊癒，但是在這個成長的過程中，因尿床所帶來的心理壓力與創傷是非常明顯的，特別是已西化的台灣生活型態，尿床兒每一次的外宿，都是一次嚴峻的考驗。因為此項隱疾使得尿床兒不敢參加期盼已久的畢業旅行，更是尿床兒心中永遠的痛。因此積極地治療尿床不僅能幫助孩子建立信心，改進學習效率，更能促進良好人際關係的建立。

媽媽的壓力

冬天洗被單，寒夜中喚醒沉睡的小孩，是媽媽最可憐的差事了。常常半夜起床叫小孩去尿尿的媽媽，隔日上班的精神常是無精打采，容易發呆的。媽媽工作不順，心情不好，尿床兒就難逃一頓責罰。而尿床的情形卻未見改善，因此尿床的治療也是幫助媽媽減輕生活負擔，促進家庭和諧，多些精神處理公務，增加生產力。

積極接受治療，迎向乾爽人生

尿床的原因非常複雜，治療也必須因人而異。從藥物、復健到手術，針對特別的病因給予特別的治療方法，才能痊癒，而不能只用一招半式去闖江湖，或者痴痴地等尿床消失。

尿床的原因很多，有一小部分是因為膀胱出口阻塞所造成的，只有使用手術才能解決根本的問題，進而改善膀胱功能，使得尿床不再發生。所以尿床的治療也有很困難的！

膀胱出口阻塞

膀胱出口阻塞的問題主要是發生於男生，可能的型態有：膀胱擴約肌不協調、膀胱頸狹窄、後尿道膜、前尿道瓣等等。由於這些疾病都是出生時就發生的，父母不容易察覺。膀胱出口阻塞會使得小便速度較慢，尿尿時間較久，而且尿不乾淨。由於常伴隨不自主的膀胱收縮而有急尿、頻尿乃至於尿失禁的現象，細心的父母，有時可以觀察到這些變化。有些小孩子會自我限制水分的攝取，以避免前述不舒服的現象發生，此時唯有靠仔細的記錄小便日記才能發覺。

懷疑有膀胱出口阻塞的現象時，必須依賴錄影尿動力學及膀胱鏡檢查作雙重的確認，才施行手術治療。至於膀胱括約肌不協調則需作復健治療。手術主要是使用鋁雅鉻 (Ad:YAG) 雷射精細地切開阻塞部位，使整個泌尿系統恢復暢通。由於雷射光纖維很細，因此可以使用細小的小兒膀胱鏡或輸尿管鏡來達成目的，而不需要正式的"開刀"。

最近三年來，已有19位男童接受這類手術，其中小便速度增快，尿尿順暢者超過85%，而尿床痊癒者也有七成以上。因此正確診斷與適當的治療，才能根治頑固性尿床。