



尿床治不好 怎麼辦？



談頑固性尿床

恩主公醫院泌尿科 王炯琨副院長

尿床的世界流傳著這個故事，在古老的王國，英俊的國王和高貴的皇后有位可愛活潑的王子，王子樣樣都好，除了一件事，他已經滿十歲了，卻還會尿床，國王立下重賞遍尋全國名醫醫治，但皆無效，有位老太太居然自告奮勇說：「殿下，給我二年的時間，我有信心可以治好。」果然，經過二年的時間，王子尿床的情形就消失了。



老太太有這麼神奇嗎？她有什麼好方法呢？其實並沒有，她只是等待，讓時間來治療。沒錯，**尿床的小孩，每年約有十五%不需治療就會自動變乾爽**，但如果給予適當的治療，乾爽的比率會提昇至六、七成以上，但臨床上還是會遇到怎麼治療都無效之情形，則稱為**頑固性尿床**。

要談頑固性尿床前，首先要了解尿床的分類有二種：

1.多症狀尿床

指從出生到現在，除了尿床外，還伴隨著日間尿溼褲子、排尿障礙、便秘、泌尿道感染或神經學病變等情形

2.原發性單一症狀尿床

指僅是會尿床，同時並沒有伴隨其他排尿問題。

而頑固性尿床在兩者皆會發生，一般認為前者較多，其治療的對策，則需根據主要造成尿床之三大原因，逐一加以解決，今分述如下：

一、夜間腎臟製造過多尿液的對策：

正常小孩隨著年齡增加，腎臟製造尿液會受到大腦分泌「抗利尿激素」的影響而有日夜晨昏的節奏，到了晚上分泌會增加而導致尿液減少，如果是「抗利尿激素」分泌不足之原因引起尿床的小孩，會有清晨尿液比重輕，晚上尿量佔全日尿量比率高的情形，治療上除需記錄二十四小時喝水量及尿量，以排除心因性劇渴症或尿崩症外，採取服用人工合成的抗利尿激素補充其不足，並配合睡前二小時限水，才能有效減少尿床。



二、功能性膀胱容量太小的對策：

導致膀胱容量太小的原因有很多，如泌尿道感染、排尿功能失調、膀胱出口阻塞、逼尿肌不穩定、懶惰性膀胱、神經性膀胱、先天性泌尿道異常、便秘、脊髓神經病變等，這些致病原因有時也會合併出現，治療上除需根據各別原因去解決外，還需多喝水，多吃蔬菜水果，不要憋尿且定期排空膀胱，並養成良好排便習慣等。



三、腦部覺醒中樞較遲緩的對策：

睡覺睡太沈，感覺不到膀胱脹而尿床，可以藉由睡前排空尿液，尿床鬧鐘，或父母叫小孩半夜起床排尿來治療，但常常是全家人都被吵醒了，尿床兒卻仍熟睡。有些小孩甚至會有白天注意力不集中、過動症等現象，則需藉由兒童精神科或神經科醫師之幫助，父母對於尿床小孩採取責備懲罰或愛心輔導的方式，都會影響小孩腦部發展。



總而言之，關於頑固性尿床的治療對策，醫療上需一一診察可能的原因再加以治療，以避免腎臟、膀胱功能永久損害，因為頑固性尿床或許只是小孩泌尿系統有問題的冰山一角表現呢！



“

「同理孩子，站在他們的角度看世界」

— 平安心語

”