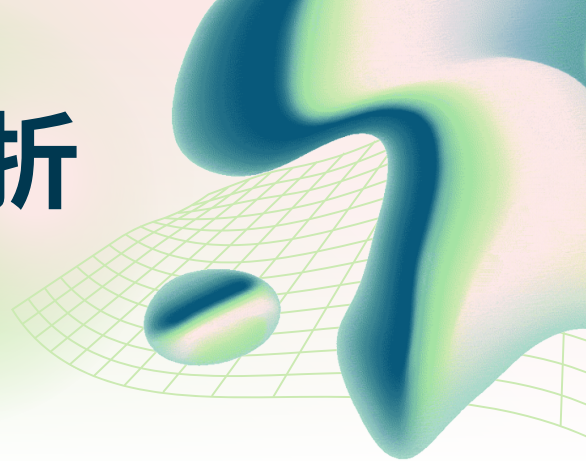


膀胱過動症與老人骨折



恩主公醫院泌尿科 王炯琨副院長



前總統馬英九的母親，之前曾因為骨折住院治療，從大眾媒體報導來看，似乎大家認為『骨質疏鬆症』就是造成骨折的最大原因，但是老人家通常會合併許多疾病，其中【膀胱過動症】就是造成老人家骨折很相關的因素，如果只從考慮增強骨骼強度去治療，可能沒辦法預防下次骨折。

膀胱過動症根據國際尿失禁協會的定義：是指患者主要有急尿症狀，同時通常伴隨著頻尿、夜尿或尿失禁等症狀。由於經常有尿急感或急迫性尿失禁，為了預防尿溼褲子，不論白天或夜間必須急著如廁，對行動遲緩的老人家而言，匆匆忙忙間容易增加肢體骨折的機會。根據美國加州大學舊金山分校研究追蹤約6000位社區老年女性三年，平均年紀79歲，結果發現約1500人（25%）有尿急性尿失禁；55%曾經跌倒，而其中8.5%導致骨折。尤其夜間起床兩次以上者，會增加骨折機會30%以上，這和夜間視力不良、意識較模糊及缺乏家人協助等都有關。同時夜尿太多次的老人，因為睡眠不足，白天容易疲勞，也容易造成白天活動時注意力不集中，進而增加發生骨折的機會。



夜間起床兩次以上者，會增加骨折機會30%以上

膀胱過動症的治療必須從行為治療、藥物治療，甚至手術治療等多方面著手。以夜間多尿而言，行為治療包括：睡前少喝水；睡前少吃利尿性食物，如含咖啡因、酒精的飲料；不要吃太鹹的食物；白天適度的運動等，都有助於改善膀胱過動症。至於藥物治療或手術治療則需進一步和醫師討論，針對個別狀況選擇適合的治療方式。改善老人家膀胱過動症所造成的下泌尿道症狀，以獲得下泌尿道健康，才能進一步避免骨折的發生。

膀胱過動症的治療



 **我要掛號**

 **了解更多**

“

「活要活得美好」
— Live beautifully

”