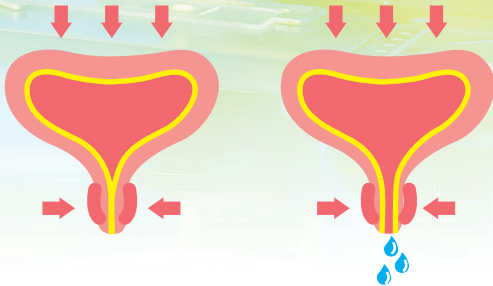


婦女醫學部

腹腔壓力增加

腹腔壓力增加



外尿道括約肌閉鎖
不會漏尿

括約肌鬆弛易漏尿

婦女泌尿 Q&A

專科護理師 林子涵

Q：台灣有多少女性有尿失禁問題？

A：依據國民健康署的統計，台灣 45 歲以上女性人口，約莫有 30% 等於 132 萬人有漏尿問題，甚至更多，很多人羞於啟齒而拒絕就醫，或認為這是自然現象而遲遲沒有就醫治療，接受治療的女性也僅僅是冰山一角，主動就醫者不到三成。

Q：咳嗽大笑的時候漏尿了？聽到水聲小便也會不自主地漏出來，甚至來不及走到廁所就尿下去了！

A：常見女性尿失禁疾病因素，一是骨盆底的肌肉鬆弛，尿道閉鎖能力降低，當骨盆底肌鬆弛時，腹部壓力上升（咳嗽或大笑）就容易有漏尿情形發生，為應力性尿失禁；另一因素則是膀胱的逼尿肌不自主收縮，造成尿液急迫感，甚至來不及如廁，為急迫性尿失禁。上述兩類尿失禁同時存在，為混合型尿失禁。

Q：我是屬於哪種尿失禁，如何檢查？

A：需藉由尿路動力學（膀胱功能）檢查：將極細尿管經由尿道進到膀胱，慢慢灌注無菌生理食鹽水，模擬人體的生理性漲尿，檢查膀胱的儲尿及解尿功能。此檢查門診可做，不需麻醉，約 60 分鐘可完成。檢查人員會用棉墊來測試漏尿的程度，讓病人在內褲上墊上護墊，喝水 600-800cc，然後開始跳躍，咳嗽、爬樓梯、下樓梯等，模擬生活中可能的活動，測量棉墊的重量，依漏尿程度，可分為輕度、中度、重度及極重度尿失禁。

Q：尿失禁一定要手術嗎？

A：輕中度的尿失禁，可以求診婦女泌尿專科醫師（婦產科），有儀器學習正確的凱格爾運動，就可以改善輕度尿失禁的症狀。當然也可以接受最新的陰道雷射治療來改善輕中度的尿失禁；若是有重度以上的尿失禁情況才需要接受手術治療，手術的方式由婦女泌尿專科醫師做詳細的說明。

Q：什麼是生殖道脫垂？

A：生殖道脫垂類型：1. 膀胱脫垂 2. 子宮脫垂 3. 直腸脫垂。

上述生殖道器官會由陰道脫出，造成下泌尿道症狀，如頻尿、夜尿、尿失禁、甚至解尿困難。嚴重程度分為四個等級。

Q：脫垂一定要開刀嗎？

A：輕度的生殖道脫垂，可以經由儀器學習正確的凱格爾運動，可以延緩疾病進展；對於三度四度脫垂或是已有明顯的下泌尿的症狀如頻尿尿失禁，甚至無法解出小便，必須接受子宮托置入（不手術的方式），或接受手術治療，手術治療方式建議諮詢婦女泌尿專科醫師。

Q：女性尿失禁或生殖道脫垂，要看什麼科？

A：婦女泌尿專科（婦產科）

尿失禁是不會致命的疾病，但是卻會嚴重影響生活品質，包括社交生活；尋求婦女泌尿專科醫師的協助，可改善漏尿對生活的影響，當然就能擁有美好生活品質及健康的身體了。