

## 腰痛就是腰子有問題嗎？

在門診經常遇到一些病人因腰痛而擔心腎臟出問題，腰痛是常見的症狀，但腰痛是否就代表腎臟有問題呢？

事實上，腎臟的位置比一般人想像的位置還高，大概在肋骨下緣，脊椎兩側，許多民眾腰痛的位置都比較低，因此腰痛和腎臟大部分是無關的。況且，許多腎臟病如急/慢性腎絲球腎炎、腎病症候群、甚至腎衰竭接近尿毒症者，很少以腰痛作為表現；即使其他腎臟疾病會出現明顯腰痛，但這類疾病經常伴隨其他症狀，如急性腎盂腎炎、通常伴隨發燒或解尿異常；腎結石則常以絞痛的形式出現，伴隨血尿存在，且通常無法明確指出疼痛部位，而且疼痛會往下傳到腹股溝。因此，若腰痛的位置主要在肋骨下緣、脊椎兩側，伴隨著上述特定症狀一起出現，才比較可能與腎臟有關，需就醫接受進一步檢查。相反地，若腰痛和腎臟無關，則必須要考慮其他可能原因。到底有什麼其他原因會造成腰痛呢？接下來，我們再為大家介紹腰痛其他可能的原因。

### 腰痛的鑑別診斷

造成腰痛的原因非常多，大致上可以從五個方向思考：

#### 泌尿系統

源自泌尿道系統的腰痛可能是感染發炎、結石或腫瘤；若是腎臟發炎造成的急性腰痛，其位置在肋骨下緣脊椎兩側，其性質多為持續性，常伴隨發燒或解尿異常感覺，如頻尿、血尿、解尿疼痛或灼熱感；若是結石造成的急性阻塞，疼痛的位置隨阻塞部位不同，可能出現在肋骨角、側腹部、或轉移至腹股溝，其性質多為間歇性的絞痛，不會隨姿勢改變，常伴隨噁心、嘔吐的症狀。早期的腎臟腫瘤通常沒有症狀，直到腫瘤變大產生壓迫或接近晚期時才會出現疼痛。病人的基本資料、生活習慣、職業及家族史也可以幫忙鑑別診斷腰痛的原因，如：急性腎盂腎炎較常發生在年輕人及女性，腎臟腫瘤以老人家居多，染劑使用與移行性上皮細胞癌有關，結石則以男性居多，家族史有痛風或結石的也較容易有尿路結石的問題。泌尿系統引起的腰痛，以單側較為常見。

#### 生殖系統

除了泌尿道系統會造成腰痛外，女性的子宮肌瘤、卵巢腫瘤、骨盆腔發炎；男性的精索靜脈曲張、睪丸扭轉、睪丸或副睪丸發炎，也都可能會有腰痛的表現，但女性病患通常會伴隨下腹疼痛，男性病患則會伴隨睪丸或腹股溝部位的疼痛。

## 神經肌肉骨骼系統

最常見造成腰痛的原因並非緣於泌尿道系統，而是因為姿勢不良造成的肌肉拉傷，或是腰/薦椎出現問題，如：骨刺、椎間盤突出、脊椎側彎等。此類的疼痛通常為單側的鈍痛或悶痛，有時會有明顯的痛點出現，而脊椎壓迫神經所導致的腰痛，甚至會延伸至臀部及大腿。改變姿勢、休息或按摩可以使症狀獲得緩解。

## 消化系統

膽結石併膽囊炎的疼痛可能會從右上腹牽扯至右後腰，性質為絞痛，類似腎結石，但通常會合併發燒及右上腹壓痛(尤其在吸氣時)，且疼痛多為持續性，不會造成血尿；胰臟炎也可能造成左腰痛，但通常會合併持續的上腹部劇痛，且身體向前傾或彎腰時疼痛會改善，此類疼痛也不會出現血尿。

## 其他

皮膚的帶狀皰疹，若其影響神經剛好是胸腰椎脊神經，因分布於肋骨後下方，一開始也常被誤以為是腰痛，但接下來幾天皮膚上會出現紅疹及小水泡，可以分辨。

腹部的主動脈剝離也可能以腰痛來表現，但其疼痛十分劇烈，常伴隨冒冷汗，有高血壓的患者要特別小心。

下腹腔手術後(如:剖腹產、子宮切除術…等)立即出現的腰痛，可能是輸尿管受到傷害，此時超音波可以發現有水腎，可用來幫助診斷。

## 結語

腰痛的原因很多，但僅有少數是和腎臟疾病有關，大部分的腎臟病，如：腎絲球炎、腎病症候群及大家最擔心的腎衰竭，很少以腰痛來表現，而會產生腰痛的腎臟病，如：發炎、結石、腫瘤，往往會伴隨其他症狀。臨床經驗指出，多數因腰痛而就醫的患者經常是肌肉筋膜炎或腰椎退化性骨刺所造成，真正因腎臟相關疾病而產生腰痛者反而是少數，因此大家不需因腰痛而過度憂慮本身罹患腎臟病；大部分的腎臟病都會伴隨其他症狀，即使嚴重至腎衰竭的患者本身雖不會有腰痛，仍然會伴隨其他臨床症狀，如：泡泡尿、水腫、高血壓、貧血、倦怠…等症狀。下次若發生腰痛，可以先仔細觀察疼痛的位置及是否出現其他症狀，再請教醫師根據情況安排適當的檢查，找出真正的原因，避免不必要的恐慌。

雲林分院內科部腎臟科主治醫師 黃瓊瑩

內科部腎臟科主治醫師 黃政文