

讀者 Q&A

健康教育中心

問題：自從前兩個禮拜做完腹部電腦斷層檢查之後，我觀察到我的小便尿量開始變少，以前我喝一杯 300c.c.的水，大概一小時後就會尿出 300c.c.，但現在卻變成可能只有 150c.c.。我認為我的腎臟出了問題，但昨天回診時醫師說我的抽血和驗尿的指數都是正常的，請問現在該怎麼辦？

回覆：尿量變少確實要留意，但尿量並非看單次小便的多寡，較準確的方式是記錄整天的總尿量，並且觀察每天體重的變化，來評估是否體內有過量水分滯留。而尿量本身會受到很多因素影響，像是天氣熱流汗多、吃得比較鹹等等，都可能讓尿量和以前不太一樣，不一定就是腎臟出問題。建議您可以先觀察幾天，如果依然非常擔心，可以掛號家庭醫學部或內科部腎臟內科門診，由醫師為您詳細評估處理。但若腹瀉次數頻繁、症狀超過三天未改善，或伴隨嚴重症狀（例如：

血便、劇烈腹痛、體重下降、貧血等)，以及出現排便或糞便型態明顯改變 (原本正常，近期卻常突然拉肚子或便秘交替)，則應儘快就醫，可掛診消化內科，由醫師詳細評估診療。

問題：這一個多禮拜以來，我的小腿變得很容易水腫，而且兩隻腳都腫，腫到鞋子都變緊了，很不舒服。樓下鄰居告訴我說這可能是心臟病的前兆，叫我要趕快去檢查，請問這種情況我該掛哪一科？

回覆：造成下肢水腫的原因很多，例如：腎臟問題、心臟衰竭、肝臟疾病、周邊血管循環不良或藥物副作用等。若無明顯可鑑別症狀，建議您可以先掛診家庭醫學部，由醫師為您詳細評估診療。若出現水腫伴隨呼吸困難、胸悶、突然體重快速增加或小便量明顯減少，則建議盡快就醫，甚至前往急診尋求協助，以避免延誤治療。