

# ◀ 孕期婦女常見的 ▶ 泌尿系統問題



柳營奇美醫院

王脩仁 | 泌尿外科 主治醫師

懷孕期間的婦女，體內產生了一系列的變化。其中包括鄰近生殖系統的泌尿器官。隨著泌尿道所產生的特殊變化，也衍生出一些常見的泌尿道症狀或疾病。以下是常見的泌尿系統問題：

尿管收縮力降低，進而導致尿液貯留於上泌尿道。此外，隨著孕期的進展，逐漸變大的子宮亦會壓迫輸尿管進而導致上泌尿道的水腫。若孕婦在產檢中發現腎盂及輸尿管擴張現象，並不需要過於緊張，若沒有尿路感染的症狀，基本上不需要加以治療。

1

## 腎盂及輸尿管擴張現象 Pyelo Ureteral Dilatation

懷孕期間最常見的泌尿道的變化，莫過於腎盂及輸尿管擴張現象，又稱為「生理性輸尿管及腎盂水腫」。這種現象一般出現在懷孕第 20 週左右。其可能的成因包括懷孕期間黃體激素（Progesterone）及前列腺素（Prostaglandin E）分泌增加，導致輸

2

## 尿路感染 Urinary Tract Infection, UTI

當子宮隨孕期逐漸增大，膀胱的基部也會被向上擠壓遠離骨盆腔。而黃體激素的大量分泌亦會導致膀胱逼尿肌收縮力降低，進一步造成膀胱容量增加以及尿滯留，以至於容易產生尿路細菌感染。這也是為何孕婦有較高的泌尿道感染機會。

孕期的尿路感染會增加早產、嬰兒低體重和周產期死亡率，嚴重威脅母子健康。若上行性感染至腎臟導致腎盂腎炎更會導致腎臟功能永久性的受損。因此即使是無症狀的菌尿症（Asymptomatic Bacteriuria）也須加以治療以降低併發症。當孕婦有頻尿之外、尿不乾淨、小便疼痛，甚至出現血尿等症狀時，就要當心可能是泌尿道感染。平常生活中可藉由多喝水、少憋尿來降低泌尿道感染的機率。

3

### 頻尿及夜尿 Frequency and Nocturia

懷孕時心輸出量大增，會造成腎臟過濾速率上升導致尿量增加。在懷孕初期，由於子宮變大擠壓膀胱，因此孕婦容易有頻尿及夜尿的現象；到了懷孕後期，胎頭下降也會壓迫膀胱並導致頻尿及夜尿。根據統計，85~90%的孕婦有頻尿和夜尿的症狀。此外，有多達二分之一的婦女曾經在懷孕期間有過尿失禁的情況。治療方面，可以用膀胱過動症藥物加以控制，這些狀況多半能在產後6~12個月恢復到產前狀態。

### 妊娠性高血壓

4

### Pregnancy-induced Hypertension 或子癇前症 Pre-eclampsia 引起的腎臟損害

懷孕期間由於腎臟內腎絲球的基底膜（Basement Membrane）增厚、腎絲球的微血管內膜細胞增大及微血管內徑變窄，產生一些連帶性的臨床病徵：蛋白尿、水腫和循環系統內的血漿容量（Plasma Volume）

不足，進而呈現出血液濃縮的現象。若發生妊娠性高血壓及子癇前症，對母體及胎兒的影響非常大，除了腎臟的病變之外，母體的心臟血管系統、血液成分、肝臟功能等，也都會受到波及。由於胎盤也有病變，造成胎兒的養分及氧氣來源不足，會導致胎兒生長遲滯，嚴重時甚至造成胎兒死亡。唯有依靠定期產前檢查，注意血壓及體重變化及尿液檢查，才能早期發現病徵，早期介入治療。

5

### 應力性尿失禁 Stress Urinary Incontinence

懷孕期間子宮的增大會直接壓迫骨盆底肌肉，導致在用力咳嗽、大笑、打噴嚏時容易有尿液不自主流出的狀況。而黃體素的上升亦會導致骨盆底的支撐力下降，更加重應力性尿失禁的症狀。因此建議在孕期應少提重物，避免便秘而使解便時用力過度，產後坐月子期間應好好休息，才能使骨盆底肌肉及泌尿系統充分的恢復。

### 結語

孕期發生泌尿疾患的比例相當高，只要適當的追蹤便可以加以預防。這些症狀大多數在產後皆可以恢復，倘若產後仍有惱人的泌尿問題，如骨盆器官脫垂、頻尿或是尿失禁，應立即請教婦女泌尿專科醫師，防微杜漸以便早期介入治療。