



สมาคมอุรวิทยา

“บริการดี มีน้ำใจ ชื่อสคัญ”

www.thatoomHSP.com

Tel.0-4459-1126

งานสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์ รพ.ท่าตุ้ม

นิ่วในกระเพาะปัสสาวะ (Vesical calculi)

นิ่วในกระเพาะปัสสาวะ (Vesical calculi หรือ Urinary bladder stone หรือ Bladder stone) พบประมาณ 5% ของนิ่วในระบบทางเดินปัสสาวะ (ไต หลอดไต และกระเพาะปัสสาวะ) ทั้งหมด และพบในทุกอายุ ตั้งแต่เด็กไปจนถึงผู้สูงอายุ โดยพบในผู้ชายบ่อยกว่าในผู้หญิง

นิ่วในกระเพาะปัสสาวะเป็นโรคพบประปรายในประเทศที่พัฒนาแล้ว แต่พบน้อยพอควรในบ้านเราโดยเฉพาะในคนภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

นิ่วในกระเพาะปัสสาวะมีได้ตั้งแต่ขนาดเล็กกว่า 1 เซนติเมตร (ซ.ม.) ไปจนถึงใหญ่ได้มากกว่า 5 ซ.ม. อาจมีก้อนเดียวหรือหลายๆก้อน อาจมีลักษณะแข็งมาก แข็งพอประมาณ จนถึงค่อนข้างนุ่ม ทั้งนี้ขึ้นกับชนิดหรือสารที่เป็นส่วนประกอบของนิ่ว

นิ่วในกระเพาะปัสสาวะมีได้หลายชนิด ทั้งนี้ขึ้นกับสาเหตุ ถิ่นที่อยู่อาศัย และอาหาร ชนิดของนิ่วที่พบได้คือ

- แคลเซียมออกซาเลต (Calcium oxalate) ซึ่งพบได้บ่อยที่สุดประมาณ 80 %
- แคลเซียมฟอสเฟต (Calcium phosphate)
- แอมโมเนียมยูเรท (Ammonium urate)
- กรดยูริก (Uric acid)
- แมกนีเซียมแอมโมเนียมฟอสเฟต (Magnesium ammonium phosphate) และ
- ซีสเทอีน (Cysteine)

โดยนิ่วแต่ละก้อนอาจประกอบด้วยสารใดสารหนึ่งเพียงชนิดเดียว หรือสารหลายๆชนิดผสมปนกัน

นิ่วในกระเพาะปัสสาวะเกิดได้อย่างไร?



กลไกการเกิดโรคนี้ในกระเพาะปัสสาวะคือ จากมีการตกตะกอนของสารที่ประกอบขึ้นเป็นนิ่ว(ดังกล่าวแล้ว)ในกระเพาะปัสสาวะ เมื่อเกิดเรื้อรัง สารเหล่านี้จึงรวมตัวกันเกิดเป็นก้อนซึ่งคือนิ่วนั่นเอง โดยสาเหตุที่ทำให้สารเหล่านี้ตกตะกอนได้ง่ายมักเกิดจากหลายสาเหตุร่วมกัน แต่อาจเกิดจากสาเหตุเดียวได้ สาเหตุต่างๆได้แก่

- จากมีการกักค้างของปัสสาวะเรื้อรังในกระเพาะปัสสาวะ
- จากมีปริมาณสารตกตะกอนต่างๆสูงดังกล่าวแล้วในปัสสาวะ
- จากกระเพาะปัสสาวะมีการระคายเคืองเรื้อรัง
- จากมีนิ่วหลุดลงมาจากไตแล้วมาสะสมโตขึ้นในกระเพาะปัสสาวะ

ก. จากการกักค้างของปัสสาวะเรื้อรังในกระเพาะปัสสาวะ: ที่พบได้บ่อยคือ

- จากมีการอุดตันทางเดินปัสสาวะ เช่น จากท่อปัสสาวะตีบแคบอาจตั้งแต่อำเนต (โรคทางพันธุกรรม) ซึ่งเป็นสาเหตุหนึ่งของนิ่วในกระเพาะปัสสาวะในเด็ก หรือ
- จากโรคต่อมลูกหมากโตในผู้ชายตั้งแต่วัยกลางคนขึ้นไป หรือ
- จากโรคสมองหรือโรคทางเส้นประสาทที่ทำให้ปัสสาวะไม่คล่อง เช่น โรคอัมพฤกษ์/อัมพาต หรือ
- โรคกระบังลมหย่อนในผู้หญิง หรือ
- จากดื่มน้ำน้อย

ข. จากมีปริมาณสารตกตะกอนต่างๆสูงในปัสสาวะ: เช่น

- จากดื่มน้ำน้อย
- จากกินอาหารที่มีสารเหล่านั้นสูง เช่น
- แคลเซียม จากการเสริมอาหารด้วยเกลือแร่แคลเซียมในปริมาณสูง
- จากกินอาหารที่มีออกซาเลตสูงหรือสูงปานกลางต่อเนื่อง เช่น โยเกิร์ต ถั่วรูปไต ถั่วเหลือง งา ลูกนัท ผลเบอร์รี่ต่างๆ มะเดื่อ แครอท บัทรูป มะเขือ ผักกะหล่ำ หน่อไม้ฝรั่ง บรอกโคลี หัวหอม มะเขือเทศ ผักกะเฉด และยอดผักทั้งหลาย

ค. จากกระเพาะปัสสาวะมีการระคายเคืองเรื้อรัง: เช่น

- กระเพาะปัสสาวะอักเสบเรื้อรัง
- การใส่สายสวนปัสสาวะเรื้อรัง เช่น ในผู้ป่วยอัมพาต หรือ
- มีโรคถุงในกระเพาะปัสสาวะ (Diverticulum)

ง. จากมีนิ่วหลุดจากไตแล้วมาโตในกระเพาะปัสสาวะ: กรณีนี้จะตรวจพบนิ่วในไตร่วมด้วยเสมอ

นิ่วในกระเพาะปัสสาวะมีอาการอย่างไร?

อาการบ่งชี้ของโรคนี้ในกระเพาะปัสสาวะคือ มักไม่ค่อยมีอาการ แพทย์ตรวจพบโดยบังเอิญจากเอกซเรย์ช่องท้องจากโรคอื่นๆ เช่น ปวดท้องหรือปวดหลัง

แต่เมื่อมีอาการ อาการที่พบได้บ่อย คือ

- ปวดท้องน้อยเรื้อรัง อาจร่วมกับปวดหลังเรื้อรัง

- อาจปัสสาวะเป็นเลือด อาจขุ่นผิดปกติ อาจมีก้อนนิ่วหลุดออกมาด้วย
- การปัสสาวะผิดปกติเช่น บ่อย เบ่ง ปวดแสบปวดร้อน สะดุด กลั้นปัสสาวะไม่อยู่
- กระเพาะปัสสาวะอักเสบบ่อย (ปวดท้องน้อย ปวดหลัง ปัสสาวะปวดแสบปวดร้อนโดย เฉพาะตอนปัสสาวะสุด มีไข้ ปวดเนื้อตัว อาจปวดข้อร่วมด้วย)

แพทย์วินิจฉัยนิ่วในกระเพาะปัสสาวะได้อย่างไร?

แพทย์วินิจฉัยโรคนี้ในกระเพาะปัสสาวะได้จาก

- การซักถามประวัติทางการแพทย์ของผู้ป่วย ที่สำคัญ เช่น ประวัติอาการ ประวัติการบริโภค อาหาร วิตามิน/เกลือแร่เสริมอาหาร
- การตรวจร่างกาย
- การตรวจปัสสาวะ (URL ในเว็บ haamor.com คือ ปัสสาวะ-การตรวจปัสสาวะ)
- การเอกซเรย์ภาพช่องท้อง และ
- อาจมีการตรวจอื่นๆเพื่อการสืบค้นเพิ่มเติม ทั้งนี้ขึ้นกับอาการผู้ป่วยและดุลพินิจของแพทย์ เช่น
- การตรวจเลือดดูการทำงานของไต
- การส่องกล้องตรวจกระเพาะปัสสาวะ

รักษานิ่วในกระเพาะปัสสาวะอย่างไร?

แนวทางการรักษาโรคนี้ในกระเพาะปัสสาวะขึ้นกับ อาการของผู้ป่วย, ขนาดก้อนนิ่ว, และสาเหตุของนิ่ว

ก. การรักษาก้อนนิ่ว: มีได้ตั้งแต่

- ดื่มน้ำมากๆเมื่อก้อนนิ่วมีขนาดเล็กกว่า 1 ซม.เพื่อช่วยให้ขับนิ่วออกมาเอง
- การสลายนิ่วด้วยคลื่นเสียง ไปจนถึงการผ่าตัดกระเพาะปัสสาวะเพื่อเอานิ่วออกเมื่อก้อนนิ่วมีขนาดใหญ่

ข. การรักษาสาเหตุ: เช่น

- ดื่มน้ำมากๆเมื่อโรคเกิดจากดื่มน้ำน้อย
- การผ่าตัดต่อมลูกหมากเมื่อมีต่อมลูกหมากโตอุดกั้นทางเดินปัสสาวะ และ
- แนะนำการบริโภคอาหารที่มีสารประกอบของนิ่วต่ำ (แพทย์ทราบได้จากการสอบถามเรื่องอาหารและการตรวจก้อนนิ่วทางห้องปฏิบัติการเพื่อดูสารประกอบของนิ่ว)

ค. การรักษาตามอาการ: เช่น

- ยาแก้ปวด
- ยาลดไข้ หรือ
- ยาปฏิชีวนะเมื่อมีกระ เพาะปัสสาวะอักเสบติดเชื้อแบคทีเรียร่วมด้วย

มีผลข้างเคียงจากนิ่วในกระเพาะปัสสาวะอย่างไร?

ผลข้างเคียงจากนิ่วในกระเพาะปัสสาวะ คือ

- ทางเดินปัสสาวะอุดตันจากก้อนนิ่วหลุดเข้าท่อปัสสาวะ: ซึ่งอาการต่างๆมักเกิดอย่างเฉียบพลัน และมักรุนแรงจนต้องพบแพทย์เป็นการฉุกเฉิน อาการ เช่น
- ปวดท้องรุนแรง
- ปวดเบ่งปัสสาวะมาก
- ปัสสาวะไม่ และ
- กระเพาะปัสสาวะอักเสบติดเชื้อเรื้อรัง (เป็นได้ทั้งสาเหตุและผลข้างเคียง) และ
- บางครั้ง ถ้าก้อนนิ่วอยู่ในตำแหน่งอุดกั้นปากท่อไตที่เปิดเข้ากระเพาะปัสสาวะอาจส่งผลให้เกิด
- ภาวะไตอักเสบติดเชื้อเรื้อรัง และไตวายได้
- นอกจากนั้น การอักเสบติดเชื้อของกระเพาะปัสสาวะจากนิ่ว อาจลุกลามเป็นการอักเสบติดเชื้อของไตและ/หรือการติดเชื้อในกระส่โลหิต/ ภาวะพิษเหตุติดเชื้อได้

นิ่วในกระเพาะปัสสาวะรุนแรงไหม?

โดยทั่วไปนิ่วในกระเพาะปัสสาวะเป็นโรคไม่รุนแรง รักษาได้เสมอ แต่โรคจะรุนแรงขึ้นเมื่อมีนิ่วในไตร่วมด้วยหรือมีผลข้างเคียงดังกล่าว

ดูแลตนเองอย่างไรเมื่อมีนิ่วในกระเพาะปัสสาวะ? ควรพบแพทย์เมื่อไร?

การดูแลตนเองและการพบแพทย์/มาโรงพยาบาลเมื่อมีนิ่วในกระเพาะปัสสาวะ คือ

- ปฏิบัติตาม แพทย์ พยาบาล แนะนำ
- ดื่มน้ำมากๆอย่างน้อยวันละ 2 ลิตรเมื่อไม่มีโรคที่ต้องจำกัดน้ำดื่ม หรือดื่มน้ำตาม แพทย์ พยาบาล แนะนำ
- จำกัดอาหารที่มีออกซาเลตสูง
- ไม่ซื้อแคลเซียมเสริมอาหารกินเอง ควรปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกรก่อนเสมอ
- ป้องกันการเกิดเป็นนิ่วซ้ำ (โอกาสเกิดสูง) หลังรักษาหายแล้ว ดังจะกล่าวถึงในหัวข้อ การป้องกันนิ่วในกระเพาะปัสสาวะ
- กรณีทราบแล้วว่าเป็นนิ่วในไต/พบแพทย์แล้ว ควรพบแพทย์/มาโรงพยาบาลตามแพทย์นัดเสมอ และ
- รีบพบแพทย์/มาโรงพยาบาลก่อนแพทย์นัดเมื่อ
- มีอาการต่างๆเลวลง
- อาการต่างๆผิดปกติไปจากเดิม
- กังวลในอาการ
- กรณีไม่เคยทราบว่าเป็นนิ่วในกระเพาะปัสสาวะ ควรรีบพบแพทย์/มาโรงพยาบาลเสมอเมื่อ
- มีอาการทางปัสสาวะและอาการไม่ดีขึ้นภายใน 2 - 3 วันหลังดูแลตนเอง เช่น ปวด เบ่ง ชัด สะดุด ปัสสาวะเป็นเลือด

ป้องกันนิ่วในกระเพาะปัสสาวะได้อย่างไร?

วิธีป้องกันนิ่วในกระเพาะปัสสาวะ รวมทั้งการป้องกันนิ่วย้อนกลับเป็นซ้ำ ที่สำคัญ คือ

- ดื่มน้ำสะอาดมากๆ แพทย์บางท่านแนะนำวันละประมาณ 2 ลิตร บางท่านให้อย่างน้อยไม่ต่ำกว่าวันละ 10 แก้ว
- ไม่กลั้นปัสสาวะเพื่อลดการคั่งค้างของปัสสาวะและลดโอกาสเกิดกระเพาะปัสสาวะอักเสบ
- จำกัดอาหารที่มีออกซาเลตสูง
- กินแคลเซียมเสริมอาหารเฉพาะตามคำแนะนำของแพทย์
- เมื่อมีอาการผิดปกติทางการถ่ายปัสสาวะควรพบแพทย์เสมอหลังดูแลตนเองแล้วไม่ดีขึ้นใน 2 - 3 วันเพื่อป้องกันการเกิดกระเพาะปัสสาวะอักเสบเรื้อรัง

บรรณานุกรม

1. Hammad, F., Kaya, M., and Kazim, E. (2006). Bladder calculi: did the clinical picture change?.Urology. 67,1154-1158.
2. <https://emedicine.medscape.com/article/2120102-overview#showall> [2020,Sept 19]
3. <https://www.upmc.com/-/media/upmc/patients-visitors/education/unique-pdfs/low-oxalate-diet.pdf> [2020,Sept 19]
4. https://en.wikipedia.org/wiki/Bladder_stone [2020,Sept 19]



“สุขภาพดีของท่าน คือบริการของเรา”
รอบรู้เรื่องสุขภาพง่ายๆ แค่นั่งนี้...คลิกมา...

www.thatoomhsp.com

งานศึกษาและประชาสัมพันธ์โรงพยาบาลท่าตูม
โทร.044-591126 ต่อ 116



โรงพยาบาลท่าตูม จังหวัดสุรินทร์