

名医教您防治小儿疾病系列

名医教您

名醫原創

防治小儿遗尿

万力生 编著



金盾出版社

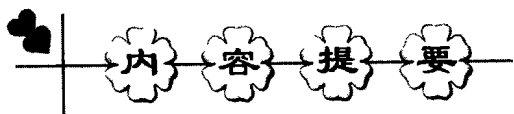
名医教您防治小儿疾病系列

名医教您防治小儿遗尿

万力生 编著



金盾出版社



本书以问答形式,详细介绍了小儿遗尿的病因、临床诊断、中西医治疗方法、预防措施及护理知识等内容,并回答了患儿家长所关心的相关问题。其内容丰富,科学实用,是遗尿患儿家长必读书,也是基层医生临症参考书。

图书在版编目(CIP)数据

名医教您防治小儿遗尿/万力生编著.--北京:金盾出版社,2012.4

ISBN 978-7-5082-7341-9

I. ①名… II. ①万… III. ①小儿疾病:遗尿—防治 IV. ①R726.94

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第269799号

金盾出版社出版,总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京凌奇印刷有限责任公司

正文印刷:北京军建印刷有限责任公司

装订:海波装订厂

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:5.5 字数:89千字

2012年4月第1版第1次印刷

印数:1~8000册 定价:13.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页,倒页,脱页者,本社发行部负责调换)

写在读书前面的话



医生是一个受人爱戴的职业，名医更加令人肃然起敬。名医的名望从何而来？是由于他们具有治病救人的高尚情怀、呕心沥血的敬业精神、一丝不苟的工作态度和炉火纯青的医疗技术，从而获得患者的感激和大众的赞誉。许多患者千方百计到大医院，半夜排队挂专家号，就是为了找名医看病。他们认为，看病找名医心里才踏实，所以在医院的名医诊室前总是排着等待看病的长龙。

为什么患者会热衷看名医呢？据调查主要有三大原因：第一，名医的医学知识渊博，临床经验丰富，不用说头痛脑热，就是疑难病症也能明确诊断，对症下药，不会耽误治疗。第二，名医拥有高尚的职业道德，不用担心上当受骗，花冤枉钱。第三，名医服务周到，把病人当亲人，药还没吃，病就轻了几分。

儿童是祖国的花朵，民族的希望。孩子生病，全家不安。凡病都到大医院找名医，虽嫌偏颇，但其心情不难理解。为此，我们邀请深圳市儿童医院博士、主任医师、学科带头人万力生教授，在繁忙的医疗工作之余，编撰“名医教您防治小儿疾病”系列丛书，献给广大的家长朋友，

以解决看病难、看名医更难的需求。本系列丛书将从多角度、全方位告诉您怎样去呵护孩子,让孩子保持最佳状态;怎样治疗已经发生的疾病,让您的宝宝茁壮成长。

《名医教您防治小儿遗尿》是本系列丛书之一,具有很强的科学性和实用性。万教授针对遗尿患儿家长最关心并想问的遗尿病因、遗尿诊断、中西医治疗方法、饮食调养及遗尿的预防措施等问题,以问答形式作了详细的阐述。其内容深入浅出,通俗易懂,方法简便可行。手中有这样一本书,就等于把名医请到了家,也如同身边有了一位高级的保健医生。

有病早治,未病先防,从这个意义上讲,本书不仅适宜于患儿家长阅读,对所有读者都会是开卷有益的。愿本书能成为您永远的朋友!



目 录

一、认识遗尿

1. 什么是小儿遗尿症? (1)
2. 尿量和遗尿的次数与孩子发育有何关系? (2)
3. 在什么情况下的遗尿令人担心? (3)
4. 遗尿不治疗能好吗? (4)
5. 遗尿不治疗会伤害孩子的自尊心吗? (5)

二、遗尿的病因

6. 造成孩子遗尿的原因有哪些? (8)
7. 遗尿是怎样造成的? (12)
8. 遗尿的真正原因是什么? (13)
9. 先天性尿道狭窄会引起遗尿吗? (15)
10. 隐性脊柱裂会引起遗尿吗? (16)
11. 哪些肌肉与排尿有关? (18)
12. 排尿反射是怎样形成的? (19)
13. 原发性遗尿与继发性遗尿的发病原因有何
不同? (21)



14. 遗尿与神经性尿频有何关系? (23)
15. 孩子为什么上了小学还会遗尿? (24)
16. 尿量是通过什么来调节的? (26)
17. 遗尿与睡眠有何关系? (27)
18. 睡得越香,抗利尿激素就分泌得越多吗? (29)
19. 小儿遗尿与心理因素有何关系? (30)
20. 孩子突然发生遗尿是怎么回事? (31)
21. 为什么接受诊治遗尿的年龄高峰在 10 岁左右?
..... (31)
22. 遗尿会拖到成年吗? (32)
23. 为什么遗尿患儿每到第二性征期就突然好了?
..... (34)
24. 膀胱太小会导致遗尿吗? (35)
25. 为什么睡得太死并不是遗尿的原因? (37)
26. 久咳会并发小儿遗尿吗? (38)
27. 长期腹泻会并发小儿遗尿吗? (39)
28. 糖尿病可导致小儿遗尿吗? (40)
29. 为什么孩子每到冬天就遗尿? (41)
30. 小儿惰性对遗尿有什么影响? (42)
31. 小儿受惊对遗尿会有影响吗? (44)
32. 意识障碍对小儿遗尿有何影响? (45)

三、遗尿的诊断

33. 遗尿的孩子应该做哪些检查? (47)



34. 通过尿液检查可以了解遗尿的严重程度吗? (49)
35. 如何判断遗尿的轻重程度? (50)
36. 遗尿发生在睡眠中的什么时间? (53)

四、遗尿的西医治疗

37. 哪些西药可以治疗小儿遗尿? (55)
38. 雌激素可以治疗遗尿吗? (62)
39. 遗尿电子预警仪器可以治疗遗尿吗? (63)
40. 如何治疗先天性尿道狭窄导致的遗尿? (64)
41. 治疗遗尿症有哪些误区? (65)

五、遗尿的中医治疗

42. 中医如何辨证治疗小儿遗尿? (67)
43. 如何用经皮导药治疗机治疗小儿遗尿? (69)
44. 遗尿患儿的肾气不足与成人的肾气不足有何
不同? (71)
45. 治疗小儿遗尿的中成药有哪些? (72)
46. 桑螵蛸散合缩泉丸方是如何治疗遗尿的? (74)
47. 治疗小儿遗尿有哪些专方验方? (77)
48. 民间有哪些偏方可治疗遗尿? (86)
49. 怎样用拔罐法治疗小儿遗尿? (87)
50. 怎样用针刺法治疗小儿遗尿? (91)



51. 怎样用头针法治疗小儿遗尿? (92)
52. 怎样用耳穴贴压法治疗小儿遗尿? (94)
53. 隔药饼灸可以治疗肾虚小儿遗尿吗? (95)
54. 手法推拿可以治疗小儿遗尿吗? (97)
55. 足心敷贴可以治疗遗尿吗? (99)
56. 脐疗可以治疗小儿遗尿吗? (99)

六、遗尿的行为治疗

57. 纠正遗尿怎样进行行为训练,尤其是如何进行膀胱训练? (102)
58. 婴儿遗尿是无意识的行为吗? (104)
59. 教育遗尿的孩子要遵守哪些原则? (105)
60. 为什么叫孩子起夜会使遗尿成为习惯? (106)
61. 孩子自己要求叫醒他也不要叫吗? (107)
62. 什么情况下叫起夜无妨? (108)
63. 为什么说对遗尿的孩子着急是徒劳的? (109)
64. 为什么对遗尿的孩子进行斥责没有用? (110)
65. 遗尿与智力发育有关吗? (112)
66. 为什么有些小孩会产生在梦中小便的错觉?
..... (113)
67. 压力对遗尿会产生多大的影响? (113)
68. 遗尿与“身体”及“精神”的关系如何? (115)
69. 遗尿患儿有什么样的性格特征? (116)



70. 遗尿患儿的自卑性格是先天的,还是后天形成的? (117)
71. 为什么孩子遗尿并不是家长的责任? (118)
72. 为什么不要给遗尿孩子灌输劣等感的想法?
..... (119)
73. 为什么家长晚上叫醒孩子排尿是错误做法?
..... (120)
74. 遗尿患儿如何从心理压力中解放出来? (121)
75. 遗尿患儿可以参加集体活动吗? (123)
76. 遗尿患儿参加集体活动要做好哪些准备? ... (124)
77. 月经初潮的女孩子每周遗尿 1~2 次还能
治好吗? (126)
78. 14 岁女孩还没有月经初潮,遗尿还能治好吗?
..... (126)
79. 17 岁男孩每晚遗尿,性格内向怎么办? (127)

七、遗尿的饮食疗法

80. 不吃早饭、吃夜宵的习惯果真是遗尿的罪魁祸首吗? (129)
81. 如何限制遗尿患儿的饮水量? (130)
82. 摄取盐分过多会使遗尿加重吗? (132)
83. 小儿遗尿宜吃忌吃哪些食物? (133)
84. 治疗小儿遗尿的食疗汤有哪些? (135)



85. 治疗小儿遗尿的食疗糕有哪些? (139)
86. 治疗小儿遗尿的食疗菜肴有哪些? (140)
87. 怎样利用食盐治疗小儿遗尿? (143)
88. 怎样利用陈醋治疗小儿遗尿? (144)
89. 治疗小儿遗尿的食疗粥有哪些? (144)
90. 治疗小儿遗尿的药膳茶有哪些? (152)

八、遗尿的预防与护理

91. 在日常生活中如何对遗尿的孩子进行生活管理? (154)
92. 如何防治心理因素引起的遗尿? (155)
93. 家长如何对待孩子的遗尿问题? (156)
94. 遗尿儿患神经性尿频怎么办? (157)
95. 小儿遗尿应如何护理? (158)
96. 小儿排尿训练在多大年龄最好? (160)
97. 遗尿患儿的家长要注意什么? (160)
98. 为什么说小儿遗尿提示可能有尿路感染? ... (161)
99. 刚入睡就遗尿与快天亮时遗尿有何不同? ... (162)
100. 孩子尿湿的睡衣该不该换? (164)
101. 晚上的尿布什么时候应该撤掉? (165)
102. 带遗尿患儿在外住宿有何对策? (165)
103. 怎样才能防止孩子尿湿被褥? (166)



一、认识遗尿

1. 什么是小儿遗尿症？

患儿母亲咨询：我儿子5岁了，每晚都遗尿，家里老人说孩子长大就好了，不是什么病，不要太在意。可是我在报纸上看到您的报道，说小孩子遗尿要积极治疗。请问：什么是小儿遗尿症？我儿子是不是患有遗尿症？



万教授：

您的儿子是遗尿症。根据1998年国际儿童尿控协会(ICC)的诊断标准，原发性夜间遗尿症(PNE)是指年龄大于5岁，连续不间断发生夜间遗尿(尿床)，每周总尿床3次，持续时间达6个月以上的儿童。小儿遗尿分为原发性和继发性两种类型。

(1)从发病的机制上看：①原发性遗尿是指孩子神经系统排尿中枢的控制能力弱或脊髓及各神经传导通路障碍、抗利尿激素(ADH)分泌减少、膀胱功能发育延迟、尿道的关闭功能不全、遗传、睡眠觉醒功能障碍等原因导致了遗尿。②继发性遗尿是指曾经形成过控制排尿的能力，但后来由于精神创伤、行为问题，以及继发于膀胱或



全身的疾并等出现了遗尿。

(2)从起病的年龄上看:①原发性遗尿是指出生后一直遗尿者。②继发性遗尿指患儿在5岁以内,曾有一段时间(3~6个月)不遗尿,尔后再发生遗尿者。

2. 尿量和遗尿的次数与孩子发育有何关系?

患儿母亲咨询:我儿子8岁,以前每晚都遗尿,次数都是2次,尿量多得把褥子弄湿一大片。最近每星期只有3~4日遗尿,而且只遗尿1次,尿量也少,只是湿内裤,我想可能是孩子发育了。请问:尿量和遗尿的次数与孩子发育有何关系?



万教授:从遗尿的次数来看,以前每晚遗尿2次,现在1次;以前每晚遗尿,现在每星期有3~4日遗尿,遗尿次数是减少了,就说明发育情况较好。遗尿的次数,一般地说,都是要经过多次反复的,从长远来看还是逐渐减少的情况比较多。

从尿量来看,以前是多得把褥子都弄湿了,现在是仅仅湿了内裤,因此从尿量上也可知发育的情况。只尿湿一点儿,是因为睡得不太沉时突然收缩膀胱所致。睡觉时分泌的抗利尿激素是让遗尿不治而愈的重要物质,有



时会在半梦半醒期间产生抑制作用。

小贴士——

遗尿症的发病率有多少？

据统计，遗尿症的发病率较高，欧美等国均报道在5~10岁儿童中，发病率高达10%，成人中也有1%的发病率。日本统计5岁儿童中原发性遗尿症占19%，随着年龄的增长患病率每年下降15%，到11岁时原发性遗尿症只占6%。此症在小儿中常见，其发病率报告虽有差异，但大多数人认为，5岁儿童发病率约为15%，7岁儿童约为10%，虽每年以15%的比例逐渐减少，但仍有1%~2%的患儿症状持续至成年，给患儿带来严重的心理创伤，影响患儿及其家庭的生活质量。

3. 在什么情况下的遗尿令人担心？

患儿母亲咨询：我女儿5岁了，仍遗尿，别家的同年龄的小孩已经不遗尿了，奶奶说长大就会好的，可我还是很担心，女儿长大会不会遗尿。请问：在什么情况下的遗尿令人担心？



万教授:

如果 5 岁了每晚还遗尿的话,建议去儿科或专科门诊就诊。不必担心的遗尿,是夜里产生的尿量逐渐减少的清晨遗尿型,或偶尔遗尿的类型。与此相反,令人担忧的遗尿是夜里尿量多,刚刚睡下就遗尿且一晚上尿两三回的类型。

如果孩子到了 6 岁还是每晚入睡即遗尿的话,可算是重症了。如果放任不管的话,孩子进了小学、中学以后仍会是这样。因此,对这种类型的遗尿患儿,家长最好去儿科医生或者遗尿专科医生处咨询一下。患儿的年龄、遗尿次数、家长的担心程度等与遗尿的相互关系见表 1,供参考。

表 1 遗尿的次数与家长的担心程度

年龄	每晚	每晚	每周
	遗尿 2 次以上	遗尿 1 次	遗尿 2~3 次
2 岁	需要注意	不必担心	不必担心
3 岁	需要注意	需要注意	不必担心
4 岁	要看医生	需要注意	不必担心
5 岁	一定要看医生	要看医生	需要注意

4. 遗尿不治疗能好吗?

患儿母亲咨询:我是东莞的一位年轻妈妈,我儿子现在 5 周岁了,孩子从小一直遗尿,现在每晚 1~2 次,白天尿



的时候也比较急,经常白天尿湿裤子,我曾带孩子在我们当地医院治疗过多次,效果都不明显。听朋友介绍您对小兒遗尿症很有研究,故特意从东莞赶来,请问:万博士我儿子的遗尿症还需要治疗吗?遗尿不治疗能好吗?



万教授:

您的孩子是典型的遗尿症。最好继续接受治疗。过去多数家长对孩子的遗尿习以为常,都以为这个毛病长大了自然会好,其实不然,遗尿症不治疗,每年仅有 15% 的患儿会自行痊愈,且遗尿严重程度不同的患儿日后自愈的可能性也不同。病情越严重、遗尿越频繁的患儿日后自愈的可能性越小。为了保证孩子身心健康成长,及时治疗是很有必要的。

5. 遗尿不治疗会伤害孩子的自尊心吗?

患儿母亲咨询:我儿子 6 岁了,还遗尿,家里老人说孩子长大就会好,不用治疗。可孩子再过一年就要住读,遗尿不治疗会伤害孩子的自尊心吗?



万教授:

毫无疑问,孩子的自尊心肯定会受伤害。许多人以为孩子是怕黑、做噩梦等心理因素才遗尿,调查显示,有 75% 的遗尿原因出在抗利尿激素、脑部苏醒中枢等体质因素,另有 25% 是器官障碍或疾病。因此,严格地说,遗尿的原因是生理因素多于



心理因素。

人在睡眠时所分泌的抗利尿激素是白天的 2.5 倍，所以晚上尿液会自动浓缩。国内调查却发现，遗尿孩子的抗利尿激素分泌不足，晚上的浓度不到白天的 1.4 倍，他们的尿液比较清淡。

在大城市，小孩子跟着大人一起熬夜不是新闻，家长还半夜带孩子出去玩，而这样会让孩子的内分泌系统紊乱，遗尿的情形更难以控制。

有些孩子会在遗尿前梦到自己要去上厕所，或是梦见自己淹在水中，这类孩子的大脑苏醒中枢不够警醒，尿意敌不过睡意；如果连梦都没有做，不知不觉睡到天亮，这种孩子的大脑苏醒中枢障碍就更加严重。

还有的孩子因先天膀胱容量较小、神经系统发育迟缓、家族遗传等原发性体质因素，真的不是故意要遗尿。家长在脱口骂人责打前想想孩子平时的排尿习惯，免得冤枉了无辜的孩子。

长期遗尿会影响到孩子的心理，造成孩子行为障碍，亲子关系紧张，父母应以理解代替责罚，必要时送医院治疗。目前也有用三环类抗忧郁药、抗利尿激素等药物治疗，再配合行为矫治及排尿训练，可帮助患儿度过治疗期。

父母若发现孩子 6 岁以后还遗尿，每周有 3 次、每晚