

百病中医自我疗养丛书

# 泌尿系结石

伍锐敏 编



人民卫生出版社

百病中医自我疗养丛书

# 泌尿系结石

伍 锐 敏 编

人 民 卫 生 出 版 社

## 内 容 提 要

本书通过对泌尿系结石的病因、发病机理和临床表现的分析，以及如何辨证和辨病的阐述，从而提出了中药、针灸、指压、按摩等多种有关治疗、调养护理、预防等项具体措施，使广大读者和本病患者对于应用中医中药防治泌尿系结石有一个较概括而系统的了解，并用于自身的摄护。

百病中医自我疗养丛书

泌 尿 系 结 石

伍 锐 敏 编

人民卫生出版社出版

(北京市崇文区天坛西里10号)

人民卫生出版社印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

787×1092毫米32开本 2½印张 54千字

1982年9月第1版第1次印刷

印数：1—19,400

统一书号：14048·4256 定价：0.23元

## 出版说明

为了普及中医中药知识，使广大读者对于应用中医中药防治常见病和多发病，以维护健康，祛病延年，我社特组织编写一套《百病中医自我疗养》丛书。

本丛书共介绍一百种常见病和多发病，以辨证论治的原则为指导，通过对病因、发病机理和临床表现的分析，以及如何辨证和辨病的阐述，从而提出多种有关治疗(包括中药、针灸、简易外治、自我按摩、气功导引、饮食等疗法)、调养护理、预防等方面的具体措施，以供患者选用。

本丛书所介绍的治疗方法都是通过临床实践证明疗效确切或前人用之有效且有文献可依据的。并具有容易掌握、应用简便、取材方便、不受设备条件限制、疗效稳妥可靠、适宜于家庭应用等优点。

本丛书主要供具有中等文化水平的患者，及中医爱好者阅读，也可供中西医务人员参考。

# 目 录

一、什么是泌尿系结石及其自我疗法 .....	1
二、泌尿系统的组成和功能 .....	2
(一) 肾 .....	2
(二) 输尿管 .....	4
(三) 膀胱 .....	5
(四) 尿道 .....	7
1. 前列腺部 .....	7
2. 膜部 .....	7
3. 海绵体部 .....	8
(五) 泌尿系统的生理功能 .....	9
三、祖国医学对泌尿系统的有关记载 .....	10
四、形成泌尿系结石的原因是什么 .....	10
(一) 尿液郁积 .....	11
(二) 尿路感染 .....	11
(三) 新陈代谢紊乱 .....	11
五、泌尿系结石对身体有哪些损害 .....	12
(一) 梗阻 .....	12
(二) 感染 .....	12
(三) 损伤 .....	12
六、祖国医学对泌尿系结石的认识 .....	13
(一) 膀胱湿热 .....	13
(二) 气滞血瘀 .....	13
(三) 肾气亏损 .....	14

<b>七、泌尿系结石的“三辨”</b> .....	14
<b>(一) 辨病</b> .....	14
1. 辨病 .....	14
(1) 绞痛 .....	14
(2) 血尿 .....	15
(3) 腰部胀痛 .....	15
2. 辨结石的部位 .....	15
(1) 肾盏结石 .....	15
(2) 肾盂结石 .....	16
(3) 输尿管结石 .....	17
(4) 膀胱结石 .....	17
(5) 尿道结石 .....	17
3. 诊断泌尿系结石应包括哪些项目 .....	17
(1) 病史 .....	18
(2) 体格检查 .....	18
(3) 化验检查 .....	18
(4) X线检查 .....	19
(5) 同位素肾图 .....	19
4. 泌尿系结石与其它疾病的鉴别 .....	19
(1) 急性阑尾炎与右侧输尿管下段结石伴有绞痛的鉴别 .....	19
(2) 胆绞痛与肾绞痛的鉴别 .....	20
(3) 泌尿系结石与肠梗阻相鉴别 .....	20
(4) 无痛性血尿的肾结石须与肾结核、肾肿瘤相鉴别 .....	20
<b>(二) 辨型</b> .....	21
1. 湿热型 .....	21
2. 气滞血瘀型 .....	21
3. 肾虚型 .....	22
(1) 肾阴虚 .....	22

(2) 肾阳虚 .....	22
(三) 辨虚实 .....	22
<b>八、泌尿系结石的自我疗法</b> .....	<b>25</b>
(一) 辨证论治 .....	25
1. 湿热型 .....	25
2. 气滞血瘀型 .....	28
3. 肾虚型 .....	30
(1) 肾阴虚 .....	30
(2) 肾阳虚 .....	31
4. 什么叫隐匿型尿石症，如何治疗 .....	33
(二) 其他常用单方、验方 .....	35
(三) 常用单味药 .....	36
(四) 指压疗法 .....	41
1. 什么是指压疗法，其效果怎样 .....	41
2. 指压疗法为什么能治病 .....	41
3. 压痛点部位、范围和压痛的特征 .....	42
4. 指压方法 .....	43
(五) 针灸疗法 .....	44
1. 针刺疗法 .....	45
(1) 什么是针刺疗法 .....	45
(2) 常用的一般针号有哪几种 .....	45
(3) 扎针时如何作好消毒 .....	45
(4) 如何掌握进针的角度与深浅 .....	45
(5) 针刺的感觉与强度 .....	46
(6) 体针疗法 .....	47
(7) 耳针疗法 .....	48
(8) 鼻针疗法 .....	52
2. 灸法 .....	53
(1) 什么是灸法 .....	53

(2) 艾炷与壮 .....	53
(3) 直接灸与间接灸 .....	54
(4) 艾条灸 .....	54
(5) 怎样制作艾条 .....	54
(6) 艾条的灸法 .....	55
(7) 艾灸注意事项 .....	55
(六) 拔罐疗法 .....	55
1. 什么是拔罐疗法 .....	55
2. 火罐的种类 .....	55
3. 常用拔火罐方法 .....	56
4. 拔火罐注意事项 .....	57
(七) 磁化水疗法 .....	57
1. 什么是磁化水疗法 .....	57
2. 磁化水为什么能治疗泌尿系结石 .....	57
3. 磁化水的制作及其服用方法 .....	58
(八) 运动疗法 .....	58
(九) 按摩疗法 .....	59
1. 什么是按摩疗法 .....	59
2. 按摩疗法的作用 .....	59
3. 什么叫摆动手法? 有哪儿种 .....	60
4. 什么叫叩击手法? 有哪儿种 .....	62
5. 自我按摩 .....	64
(十) 饮食疗法 .....	66
1. 食用中药疗法 .....	66
2. 根据尿结石的化学成分, 调整饮食 .....	68
3. 多饮水 .....	69
4. 注意饮食 .....	69
九、中药的煎服法 .....	69
(一) 煎药法 .....	69



(二) 服药时间 .....	71
(三) 服药剂量 .....	71
(四) 服药禁忌 .....	71
<b>十、调养与护理</b> .....	<b>72</b>
(一) 精神方面 .....	72
(二) 发作间歇期的护理 .....	73
(三) 肾绞痛发作时的护理 .....	73
(四) 多作主动或被动运动 .....	73
(五) 尿结石排出后的调护 .....	74
(六) 膳养 .....	74
<b>十一、预防</b> .....	<b>74</b>
<b>十二、什么样的尿结石患者可以采用自我疗法</b> .....	<b>75</b>
<b>十三、什么样的尿结石患者应采用手术疗法</b> .....	<b>75</b>
<b>十四、排石疗效的标准</b> .....	<b>76</b>

# 一、什么是泌尿系结石 及其自我疗法

泌尿系结石是指在泌尿系统（包括肾、输尿管、膀胱、尿道）中有石块而言。因其石所在的部位不同，而名称亦异。如石块在肾脏，称肾结石；在输尿管，称输尿管结石；在膀胱称膀胱结石；在尿道称尿道结石；统称为泌尿系结石。结石小者如砂粒、小米粒状；大者如花生米、鸡蛋、鹅蛋状。结石的数目，少者1~2个，多者可达十几个、几十个，甚者百个以上。本病为常见病、多发病，青、中年患者较多见。男性多于女性。

泌尿系结石属于祖国医学“砂淋”、“石淋”、“血淋”的范畴。结石小如砂者，称砂淋；大为石者，称石淋；结石在泌尿器官内因位置移动，损伤血管出血，引起剧烈疼痛尿血者，称为血淋。

泌尿系结石以往多采用手术治疗，近十多年来，中西医结合治疗泌尿系结石，已有了很大的发展。本书仅向读者介绍几种中医疗法及自我疗法（包括中药疗法、指压疗法、针灸疗法、拔罐疗法、磁化水疗法、按摩疗法、饮食疗法、跳跃跑步疗法等）。这些方法具有容易掌握、应用简便、取材方便、不受设备条件限制、疗效稳妥可靠，适宜于家庭应用等优点。若结石较大，出现有梗阻积水、感染及肾功能受损，非自身疗法所能奏效者，则应采用手术治疗，而不应盲目采用自身疗法，以免贻误病情。

## 二、泌尿系统的组成和功能

泌尿系统由肾、输尿管、膀胱及尿道组成（图1）。

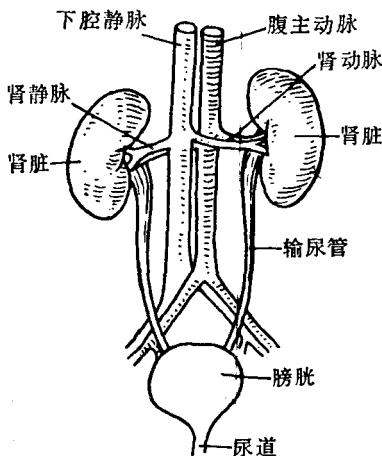


图1 肾脏、输尿管及膀胱示意图

### (一) 肾

肾脏是一对扁豆形器官，俗称“腰子”，在腹后壁腹膜后脊柱两旁的浅窝中，长10~12厘米，宽5~6厘米。男性肾平均重120~150克，女性肾稍轻。右肾的上方因有肝脏，故右肾较左肾略低1~2厘米（约半个椎体），其上端相当于第12胸椎的上缘，下端相当于第3腰椎。左侧第12肋相当于斜过左肾中部、临床上常以肋骨作为肾定位的标志（图2）。肾的外缘稍有凸出，内缘凹陷处叫肾门，是输尿管、

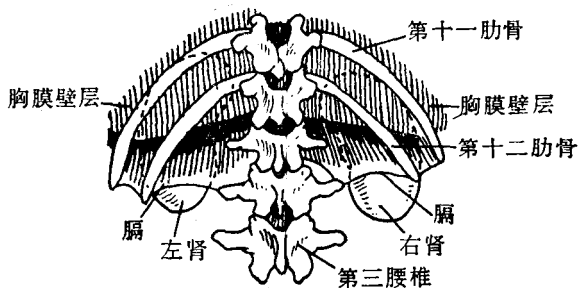


图2 肾的位置

肾动脉、肾静脉通过的地方。肾的内部是肾实质，肾实质分皮质和髓质两部分，皮质在外，富有血管；髓质在内，由15~20个肾锥体组成，其结构致密而有光泽，含有许多颜色较深的放射状条纹。锥体尖端称肾乳头，其上有许多小孔称乳头孔，肾内生成的尿液，流经乳头孔进入肾小盏。肾小盏为漏斗形的膜状小管，围绕肾乳头，每肾约有7~8个肾小盏，相邻的2~3个肾小盏合成一个肾大盏，每肾约有2~

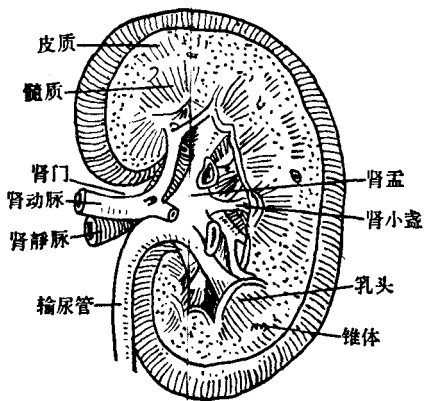


图3 肾的内部构造

3个肾大盏。所有肾大盏合成一个扁平漏斗形的肾盂。肾盂在肾门附近逐渐缩小，出肾门后移行于输尿管。肾盂的容量平均为7.5毫升（图3）。

## （二）输尿管

输尿管上接肾盂，下连膀胱，成人输尿管长25~30厘米（图4）。

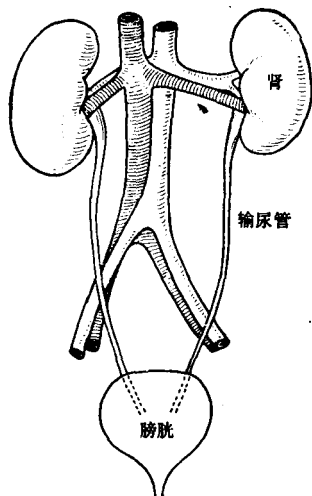


图4 肾、输尿管、膀胱

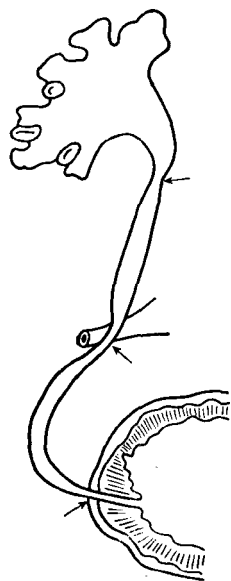


图5 输尿管的三个生理狭窄部分

输尿管位于腹膜后，沿腰大肌前面下降，向内下方斜行，越过小骨盆上缘。在此处右输尿管跨过右髂外动脉前方，左输尿管跨过左髂总动脉前方，向下均入骨盆腔，沿盆腔侧壁至盆底，再走向前内方，斜行穿过膀胱壁，长约1.5~

2 厘米，开口于膀胱（输尿管开口于膀胱，当膀胱充盈时，为什么尿液不会倒流呢？这是因为，输尿管是斜行穿过膀胱壁，当膀胱内尿液充满而压力增高时，可压扁斜行穿越膀胱壁内的输尿管，使管腔闭合，而不致使尿液倒流）。

输尿管是一对细长的扁形管状器官，全长口径不一，有三个生理性狭窄和二个扩张部分。第一个狭窄在肾盂输尿管交接处，其管腔直径约 2 毫米；第二个狭窄处在跨过髂动脉处，其管腔直径 3 毫米；第三个狭窄在进入膀胱壁处，其管直径约 1~2 毫米（图 5）。这三个生理性狭窄部位，常易将尿结石卡住。在正常情况下，直径在 1 厘米以下的结石约有 90% 均能通过输尿管进入膀胱。结石通过狭窄部位时，必然会受到一定的阻碍，阻力最大的部位在输尿管和膀胱交界处。当尿结石被卡在狭窄部位时，会引起输尿管壁平滑肌痉挛，而发生剧烈的绞痛，粗糙的结石，损伤输尿管粘膜的血管，还血引起血尿，或造成尿路梗阻，进一步导致肾盂积水和感染。

输尿管的扩张部分，一个在腰段，其管腔直径约 6 毫米；一个在骨盆段，其管腔直径约 4 毫米。

输尿管通过管壁的节律性蠕动，将尿液从肾盂输送到膀胱，正常输尿管每分钟蠕动 3~5 次。急性输尿管阻塞时，蠕动次数增多，蠕动也增强，甚至产生输尿管痉挛，这时患者就会出现剧烈的阵发性绞痛。

### （三）膀胱

膀胱为一腹膜外空腔器官，位于盆腔内，前邻耻骨联合，在男性后靠直肠、前列腺和精囊，女性后靠子宫和阴道。侧靠侧韧带系于盆侧壁底部，卧于盆底筋膜上。顶部有

盆腹膜的反折部分，随膀胱盈虚而上下，当空虚时，全部均在骨盆内，膀胱顶不超过耻骨联合上缘（图6），当膀胱充盈时，则有不同程度的上升，极度充盈时，顶部上升，可高出耻骨联合上缘，膀胱前壁与腹前壁直接相贴（图7）。

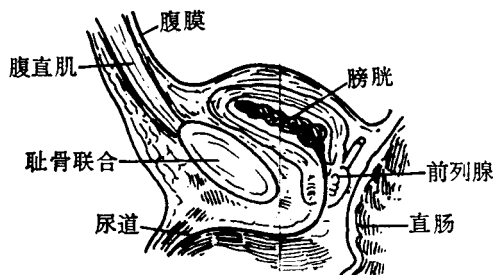


图6 空虚的膀胱

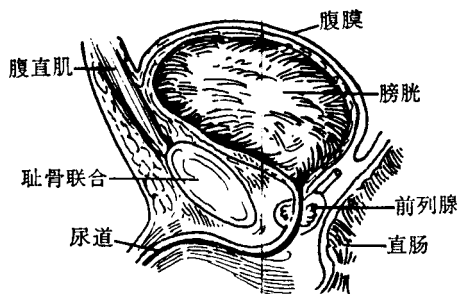


图7 充盈的膀胱

膀胱的肌肉是由纵横交错的三层肌纤维构成，称逼尿肌。各层肌肉在膀胱和尿道相连处增厚称为尿道内括约肌，该处又称膀胱颈，其管腔称内尿道口。两侧输尿管在膀胱基底部开口，两个开口和内尿道口所形成的三角区即膀胱三角。其底边为输尿管口间嵴（图8）。

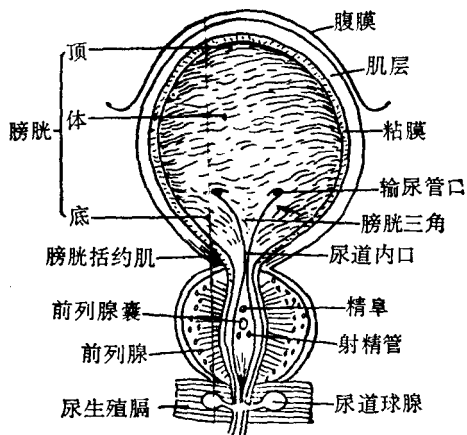


图8 膀胱三角及前列腺

膀胱的平均容量，正常成人一般约 300~500 毫升，最大容量可达 800 毫升。

#### (四) 尿道

男性尿道是泌尿系统和生殖系统的共同通道。长约 17~20 厘米，呈乙字状曲折，分为三部分：

##### 1. 前列腺部：

自尿道内口穿过前列腺达尿生殖膈的上层筋膜，底部是精阜，其上有射精管和前列腺囊的开口，长约 3 厘米（见图 8）。

##### 2. 膜部：

在尿生殖膈的两层筋膜之间，长约 2 厘米，被尿道外括



约肌所围绕，能随意控制排尿。

### 3. 海绵体部:

从膜部以下至外尿道口，长约 15 厘米。膜部以下至阴茎根部的一段尿道称为尿道球部。

临床上以尿道外括约肌为界，将尿道分为前、后尿道，前尿道即海绵体部尿道，后尿道包括前列腺部和膜部。

尿道内径大小不一，从外向内有三处生理狭窄，即尿道外口、膜部及尿道内口。并有两个弯曲，第一个弯曲位于尿道膜部，第二个弯曲位于阴茎及阴囊交界处（图 9）。

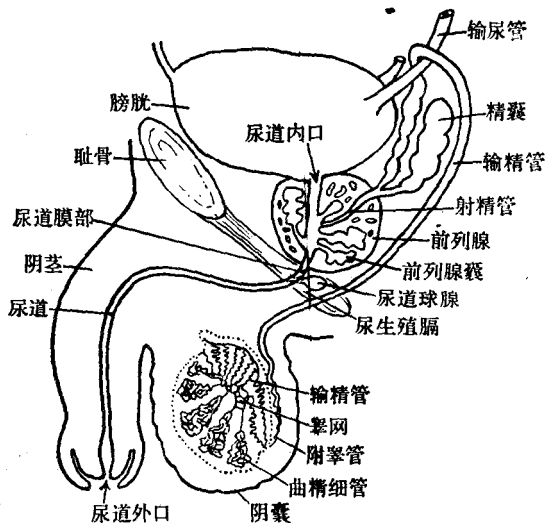


图 9 男性尿道与周围组织示意图

女性阴道是单纯尿路器官，直而短，全长 3~4.5 厘米，贴近阴道前壁（图 10）。