

二手菸會增加 得到腎結石的機會

泌尿科
耿俊閱 醫師



「醫生，我腰突然痛起來，是不是有結石？」「醫生，我是不是結石又復發了？」「醫生，我要如何避免得到腎結石？」這些問題，幾乎是每位泌尿科醫師門診都會遇到的，因為腎結石實在是台灣人的痛，根據統計，台灣平均每10人就有1人有腎結石，此外，腎結石病人一半都會復發，實在不可不慎。目前腎結石的危險因子包含：男生、家族史、肥胖、吸菸、代謝異常(如副甲狀腺亢進)等等，然而對於二手菸跟腎結石的研究目前卻缺乏，我們這項研究就是利用台灣人體生物資料庫來探討二手菸跟腎結石的相關性。

我們從台灣人體生物資料庫收集有長期追蹤的兩萬多人，並排除原本就有腎結石的受試者以及原本就有抽菸的人，剩下19,430人進入分析，其中17,905人(92%)沒有暴露二手菸，1,525人(8%)有暴露二手菸，每週暴露二手菸的時間中位數為1.2小時，最常見暴露二手菸的環境為家中，其次為工作環境。

在約4年的追蹤裡，在沒有暴露二手菸的人裡，有2%的受試者(352位)被診斷出腎結石，然而在有暴露二手菸的族群裡，有3%的受試者(50位)被診斷出腎結石，明顯高於沒有暴露二手菸的族群。在校正各項干擾因子後(例如性別、體重)，有二手菸暴露的人得到腎結石的機會比起沒有暴露的人更是高達1.6倍，有顯著相關。其中我們也發現，每週暴露二手菸的時間越久，得到腎結石的機會越高，例如每週暴露超過1.2小時，得到腎結石的機會幾乎是沒暴露者的2倍，實在驚人(圖一)。

藉由此研究，我們重申了二手菸對人體的傷害性，尤其是許多二手菸是發生在家裡，為了保護家人，我們是否可以減少二手菸，也就可以讓親密的另一半或孩子有個更健康的未來。

(本文章刊登於Scientific Reports · IF: 4.379 · Rank:17/73: 23.3%)

(圖一)

	沒二手菸暴露	有二手菸暴露(每週1.2小時以下)	有二手菸暴露(每週超過1.2小時)
總人數	17,905	786	739
得到腎結石的人數	352 (2%)	22 (3%)	28 (4%)
風險比	1	1.4	1.9

腎結石的防治策略

- 多喝水，一天水量大概為體重乘以30(cc)，如果處在高熱環境或流很多汗則要喝更多。
- 維持正常體重，如果過重則要減重。
- 不要吸菸。
- 如果家人或工作夥伴有在吸菸，要勸他們戒菸，以減少同住家人或工作夥伴暴露在二手菸的環境。

門診時間	一	二	三	四	五	六
08:30~12:00	●				●	
13:30~17:00		●				
18:00~20:30				●		

(本表僅供參考，若有異動，請依醫院診間公告為主)

「依然舒適」專業用藥服務 -

手術前後用藥大小事， 藥師講乎您知！

文 藥學科
吳惠如 藥師



「藥師，下週要拔牙，現在有在吃心臟藥有沒有須要停藥啊？」這是日常民眾很常來藥物諮詢台諮詢的用藥問題，拔牙手術尚且都需要進行藥物的諮詢調整，更何況是如骨科換關節等大手術，藥物整合評估更是重要！

「依然舒適」療程 ERAS (Enhanced recovery after surgery) 為嶄新醫療整合照護模式包括外科、麻醉科、復健科、護理師、營養師及藥師等專業醫療團隊，以病人為中心，提升手術後恢復能力及減少併發症為目標的手術全期管理。針對參加「依然舒適」準備手術療程的病人，由藥師規劃專屬個人化用藥指引，整合用藥包含其他醫院或診所處方用藥評估，確保用藥不影響手術的安全性及長期疾病控制。

長期處方藥如心臟病之預防血栓用藥阿斯匹靈 (Aspirin)，一般建議術前7天停用，但仍須依手術種類及病情判斷是否術前停藥及停用天數，由於手術也會有血栓的風險，術後24小時可經醫師評估安全後重新開始服用阿斯匹靈。除了長期處方用藥外，日常保健食品如維他命及中草藥的使用也是要須特別注意的。

要手術，到底可不可以吃維他命呢？維他命分為脂溶性 (Vitamin A、D、E、K) 及水溶性 (Vitamin B、C、Biotin 等)，如 Vitamin E 會影響血小板凝集而增加出血風險。若無法判別所服用的維他命成分含量，建議手術前7天停用。

民眾一般認為中草藥是天然且沒有任何副作用的觀念是不正確的，中草藥所含成份也可能造成手術前後的併發症。坊間常見人參 (ginseng)、銀杏 (ginkgo biloba) 及大蒜 (garlic) 製品皆會影響血小板凝集而增加

出血風險，由於此類製品在不同的配方之濃度及純度有很大的差異，故建議至少停用7天以上較為安全。

除了上述提及維他命與中草藥製品外，尚有許多可能會影響手術周期安全性的處方藥或禁忌用藥，建議您可依手術需求諮詢「依然舒適」專業醫療團隊，有效達到術前安全用藥、術後最少併發症及加速恢復的目標。

專屬個人化用藥指引

高雄市立小港醫院
(委託高雄醫學大學經營)

姓名: [] 病歷號: [] 衛教日期: []
[預行手術日期: 2021/12/16] 藥物衛教藥師: []

安泰醫院用藥		
藥名	用法用量	手術前後使用注意事項
法瑪鎮膜衣錠 Famotidine F.C (Famotidine 20mg) 	胃藥, 抑制胃酸 每日1次, 早上飯前 每次1粒 	續用
胃默適膜衣錠 Mozapry F.C. (Mosapride 5mg) 	消化器官蠕動機能異常引起之不適症狀, 包括心窩灼熱、噁心、嘔吐。 每日3次, 三餐飯前 每次1粒 	手術當日停用
加斯朗錠 Gaslan (Dimethicone 40mg) 	消脹氣 每日3次, 三餐飯後 每次1粒	續用

如有任何疑問請向醫師或藥師諮詢。藥物諮詢電話: (07) 8036783 轉 3325

飛蚊症要緊嗎？

淺談 飛蚊症

文 眼科
林佳靜 醫師



許先生上班看電腦螢幕時，突然感覺許多黑點和線條出現在眼前，還以為是眼鏡沒擦乾淨。然而，在仔細擦拭眼鏡再戴上後，他依然看到在眼前有許多仿若漂浮物的黑點和線條，不禁感到擔憂：「我的眼睛怎麼了？」許先生一下班，便緊張地來眼科門診檢查。

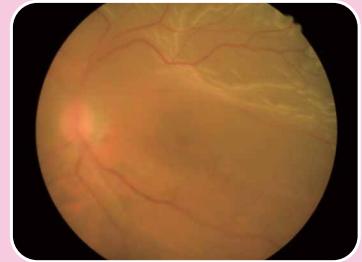
原來，許先生的症狀是俗稱的「飛蚊症」。飛蚊症顧名思義，就是彷彿在眼前看見有蚊子在飛，然而卻怎麼打也打不著。這樣的現象其實是因為眼球內玻璃體的退化而產生許多形狀不一的混濁物，有點狀、線狀、甚至圓圈或不規則形。這些混濁物在眼球的玻璃體內漂浮，視覺上相當擾人，數量過多的話也會影響到視覺品質。

至於為何玻璃體會退化呢？近視的人因為眼軸較長，在年輕時即可能經歷玻璃體的提早退化；而沒有近視的人在五、六十歲時也可能因年齡因素而自然發生。玻璃體退化也可能在過度用力、劇烈活動後，或者是眼球直接被打到後產生，病人同時也可能看到光線閃爍的現象。

那麼，該怎麼處理呢？

首先，出現飛蚊症的民眾應儘快找時間到眼科院所進行散瞳檢查。雖然大部份的飛蚊症是一般的玻璃體退化所引起，並不會影響視力，然而少部份的人在玻璃體退化的過程中，因為玻璃體牽引視網膜，而形成視網膜裂孔，進一步造成視網膜剝離而造成失明。玻璃體內也可能出血引起飛蚊症，此時經由醫師檢查才能判斷出血的原因，例如糖尿病視網膜病變、視網膜血管栓塞等等，其治療也必須對症下藥。

飛蚊症經醫師檢查後，若屬於一般的玻璃體退化，民眾即可安心。飛蚊症的症狀雖然不一定會消失，但只要不影響視力、數量沒有增加、沒有繼續看到閃電般的亮光出現，可不必過度擔心。反之，若飛蚊症變嚴重了，或是視覺上有亮光持續閃爍，則應該要再到眼科重新散瞳檢查，以確保沒有其他的問題產生。



右上角為局部視網膜剝離



造成視網膜剝離的元兇—視網膜裂孔

門診時間	一	二	三	四	五	六
08:30~12:00				●		●
13:30~17:00				●		
18:00~20:30	●					

(本表僅供參考，若有異動，請依醫院診間公告為主)