

窗外嗒嗒雨聲，與廁盆涓滴聲互相呼應。唉！今夜已是第三次了！只瞌睡不足三句鐘，更遑論安睡。自從登「陸」（年屆六十歲）以後，夜間便溺次數逐漸頻密，夜不能眠，活受罪！

應該是尋醫的時候了！

常聽說年齡大了，小便出現問題是理所當然。可是，老吳最近不是確診患上前列腺癌變嗎？我鼓起勇氣，見過專科醫生；經他一番檢查，詳細解釋後，令我茅塞頓開，稍釋心中重負。原來，夜尿的起因是如此複雜，真猜不透。

「夜尿」這位老朋友，原來有位遠親。當因失眠而不斷起床小便，這不是泌尿科中的夜尿。只要心靈安舒，夜能酣睡，困擾當解。可是，心靈安舒，談何容易？

還有一顆小如榛子的腦下垂體，雖然貌不驚人，但它所分泌眾多賀爾蒙中，竟然有一員在夜間遏止腎臟排尿，而它卻在六十歲後開始「減產」。它的影響雖然因人而異，但也足以令人夜尿頻仍。應對方法，就是夜間睡前減少飲水。

新陳代謝失調，也能導致夜尿狀況，其中表表者當首推糖尿病。此外，心臟功能衰退，甚至衰竭，也是成因之一。幸好我一向著重飲食健康，定量運動，所以這兩方面的風險不大。

經過診斷，發現有其他下尿道症狀，並確診良性前列腺增生，暫時只需服藥。吃藥兩週，初步反應良好，症狀已得舒緩了。真後悔當初諱疾拖延了那麼久，枉受煎熬。病向淺中醫，真是至理名言。小小一個夜尿症狀，竟是如此千絲萬縷，扣扣相連。人身四肢百骸，五臟六腑，定時生息，運作無間，又豈是偶然巧合而成。感恩之餘，想起一句話：「我要稱謝你，因為我的受造奇妙可畏；你的作為奇妙，這是我深深知道的。」（詩篇139篇14節）執筆至此，該尋夢去了！

佚名/泌尿科

*經文引用《聖經新譯本》



環球天道傳基協會

Tien Dao Worldwide Christian Media Association

如對文章有任何回應或查詢，歡迎登入《醫學人生》
網頁分享<http://www.tdww.org.hk/cmdf/index.html>



香港基督徒醫生及牙醫團契
The Christian Medical and
Dental Fellowship of Hong Kong