

文／陳潮宗 中醫師

# 小便有泡泡怎麼辦？



不論是何種疾病，用藥物之前，  
請一定要和合格的中醫師諮詢，  
以釐清病因，再根據不同的體質症狀來用藥，  
才不致造成健康上的遺憾。

我們每天一早起床，第一件事要做什么？我想大多數人起床後的第一件事就是先去小便，然後才開始一天要做的事。如果這時發現，小便出來的尿液都呈現泡沫狀、渾濁、有腥臭味，心中免不了懷疑，我是不是「敗腎」了！？

「敗腎」或「腎虧」是東方文化對小便混濁、腰酸、注意力不集中、容易累等一種說法。許多人就將很多身體的不適都歸因於「敗腎」，不少的男士更是深信性能力的不佳和敗腎有關。其實大家所講的「腎虧」，就是中醫所指的「腎虛虧損」、「腎氣虛虧」，這種疾病由來已久，恐怕早自有人類以來，即開始困擾著許多的患者。

而婦女朋友們未嘗沒有這方面的問題。中醫將女性的小便白濁歸類於帶下病，《傅青主女科》云：「帶下俱是濕」。所以，不管男性或女性朋友，一定要注意身體上所發生的小警訊，因為這很可能是重大疾病的前兆。

## 現代醫學對尿液顏色異常的分析

顏色	異常的原因
乳糜狀或混濁	膿尿、脂肪尿、尿液混濁往往只是尿液鹼性所引起的混濁。
黃褐色	肝疾患，如黃疸所引起的急性腎炎、熱性疾病、尿液濃縮（發燒、燙傷）。
紅色	血尿是一種危險的信號，不可忽視。與疾病有關的有泌尿道結石、腫瘤、膀胱炎、溶血症候群（因劇烈運動）。
黑褐色	膽色素所引起的，如溶血、肝病。黑色尿素所引起的。
青綠色	尿道感染綠膿桿菌
無色至白黃色	尿液稀釋（大量飲水、尿崩症）

## 中西醫論「腎」大不同

中、西醫皆講腎，但西醫所言的腎病症候，指的是位於腰部的腎臟病變，屬於一個專科項目。而此腎和中醫所談的腎到底有何異同呢？往往令人產生混淆與不解。以下就以中醫領域的腎虛虧的整體表現，以及現代醫學所稱腎之實質的病變做一探討。

一段民眾對於腎虧，會將諸如小便白濁有泡沫、小便遺精、多尿頻尿、陽萎早洩、夢遺、性慾減退、未老先衰等等，均歸之於腎虛虧損的症候表現。由此可知中醫所謂的腎，是指人體的生理功能。

以西醫的觀點來說，如將前面所提的小便白濁症狀做探討，現今的西醫不一定認為是腎出了問題。尿中出現蛋白質並不一定是不正常，此種小便白濁還得看程度是否嚴重，正常而健康的人，尿中也會排泄少量蛋白質，每天約100~150毫克。

蛋白質的排泄主要來自腎臟，但也可來自下泌尿道，甚至包括精液的。所以小便白濁、尿中

有蛋白質排泄是與身體的情況有關，如急性發燒、腹部急症，嚴重貧血、中樞神經病變等，均可引起「短暫性尿液白濁」；而如站立過久、脊椎過度屈伸、運

中醫對於尿液顏色的辨證						
尿色	無色透明	白色黏狀、尿中帶精液	紅色而混	深黃色尿液	棕褐色尿液	乳白色尿液
證型	飲水過多、尿崩	腎虧、膏淋	實熱、血淋	熱淋	勞淋、黃疸	膏淋

動後及處於忽冷、過熱之環境或精神緊張等，可引起「間歇性之尿液白濁」之象。因此並不會全然腎臟出了毛病才會罹患小便混濁不清。

## 經由小便，知寒熱明虛實

中醫辨證論治，講求望、聞、問、切，四診合參。而虛實寒熱，除了可由望診、聞診、脈診探索外，更可通過小便問診來辨別。

### 1. 無色尿液

當水喝太多時，會使得尿中尿色素的比例變小，尿色變淡，大眾則不必過分擔心。但若非因飲水過多的問題，則可能是尿崩症、糖尿病或慢性間質性腎炎的前兆。中藥可用「茯菟丹」治療（菟絲子5錢，五味子、山藥4錢，茯苓、石蓮肉各3錢）。

### 2. 乳白色尿液

若伴有排尿異常、腰痛、發熱時，應懷疑是嚴重泌尿道感染、化膿，如腎盂炎、尿道炎、膀胱炎、腎結核等，均可使尿液呈現乳白色。此種在中醫屬「膏淋」實證範疇，是由於溼熱下注、阻滯絡脈引起，治療以清熱利濕、分清泄濁為主，可用「治濁固本丸」治療（黃

蓮、蓮鬚各4錢，黃柏、益智草、縮砂仁、半夏、白茯苓各2錢，豬苓、甘草各5錢）。

### 3. 白色黏液狀尿液

由於男性尿道是精液與尿液的共同出口，所以成年男性偶爾會從尿道中排出白色黏液狀的尿液，這是正常現象，不需多慮。但若經常排出白色黏液狀尿液，則可能是罹患前列腺炎、淋病、非淋菌性尿道炎等症，應及早就醫治療，否則易經由性交傳染給配偶，引起生殖器官發炎，嚴重還可造成不孕。

小便呈白色黏液狀，在中醫屬於膏淋虛證範疇，是由於腎虛不固，不能制約脂液而入膀胱隨尿出。治療以補虛固澀為主，可用中藥「膏淋湯」取自張錫純《醫學衷中參西錄》治療（黨參、地黃各4錢，山藥、芡實、白芍各5錢，龍骨、牡蠣各3錢）。

### 4. 深黃色尿液

食用大量胡蘿蔔、木瓜等食物，或維他命、中藥大黃等藥劑時，尿液顏色就會變深，只要停止食用即可恢復正常。此症屬於中醫「熱淋」範疇，是由於濕熱蘊結下焦、膀胱氣化失調所致。治療以清熱利濕為主，可用「八正散」治之

一本匯集了人類智慧與老祖宗經驗的絕妙好書  
還有許多台灣近代客家生活史料與您分享

# 客家時空珍語

宋細福／編著

本書紀錄1937至1990年代台灣的社會現象，內容包含：客家族群農村生活與傳統家常美食、中西醫藥保健常識、宇宙宗教觀、人文社會和民間生活點滴……等。

作者活躍於食用菇發展史舞台近五十年，書中有關靈芝、香菇等各類菌種培製技術均極為精闢獨到，可作有意研究或生產蕈類者為重要參考依據。全書347頁，16開平裝。

定價：480元



豐年社 台北市溫州街14號 電話：02-23628148 分機30.31。郵政編號：郵政局號碼郵資60元。

(車前子、瞿麥、梔子各3錢，木通、大黃各2錢，滑石4錢，甘草1錢)。

#### 5. 棕褐色尿液

一般嚴重燒傷、輸錯血型的血液、溶血性貧血、急性腎炎、急性黃疸性肝炎等患者，會排出如同醬油般顏色的尿液。此種尿色在中醫屬於「勞淋」範疇，以小便不甚赤澀為主要臨床表現，是由於脾腎兩虛所致，以健脾益腎為治療原則，可用「無比山藥丸」-取自張錫純《醫學衷中參西錄》治療（山藥、茯苓、澤瀉、熟地各3錢，山茱萸、菟絲子、八戟天、杜仲、肉蓯蓉各2錢，牛膝、五味子、赤石脂各1錢）。

#### 6. 紅色尿液

此種屬於中醫「血淋」範疇，若尿中有血或尿時夾有血塊，小腹疼痛甚巨者，屬實證，是因濕熱下注膀胱、熱盛迫血妄行所致；若尿色淡紅，疼痛不甚者，屬虛證，是因腎陰不足，虛火擾動陰血所致。實證治療以清熱、涼血、止血為主，可用「小蘗飲子」合「導赤散」治之（生地8錢，小蘗、滑石5錢，木通4錢，竹葉、當歸、山梔子各3錢，甘草梢2錢）；虛證以滋陰清熱、止血為主，可用「知柏地黃丸」治療（熟地黃8兩，山藥、山茱萸4兩，澤瀉、丹皮、茯苓各3兩，知母、黃柏各3錢。製成丸劑）。

#### 7. 黑色尿液

罹患急性血管內溶血，如惡性瘧疾的病人，會排出黑色尿液；酚中毒或罹患色素瘤、尿黑酸病時，也會排出黑色尿液。中藥治療可用「止血粉」治療（川貝1兩、阿膠珠3兩、三七粉5錢）。

#### 8. 綠色尿液

是因大量服用消炎藥或尿內有綠膿桿菌滋生時，即會排出綠色尿液。可用中藥「小蘗飲子」治療（生地7兩，小蘗、木通、滑石各5錢，草蒲黃、淡竹葉、當歸、山梔子各3錢，藕節4錢，炙甘草1錢）。

### 改善尿液排泄障礙之茶品

#### 黑豆薏仁湯

薏苡仁、黑豆各約6錢，水煎服用、可平肝、療腎水腫作用。

#### 翠玉五物湯

材料：清華桂、黑豆、黑棗、冬瓜皮、黑糖各適量煮湯食用。

功效：有補肝增強腎功能之效。

另外，對於尿液排泄方面，經過臨床實驗證明，菟絲子、枸杞、白朮、黨參、山茱萸、生地、黃耆、元參、赤芍、川芎等等，皆具有增加腎血流量，改善腎臟功能，幫助尿液代謝、循環的作用。

雖然民間存在著豐富治療腎疾的偏方，但不論是何種疾病，用藥物之前，請一定要和合格的中醫師諮詢，以釐清病因，再根據不同的體質證狀來用藥，才不致造成健康上的遺憾。

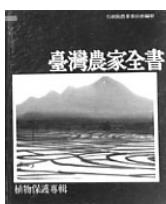
### 不可忽視身體上的小警訊

尿液顏色的改變，與人體發燒的意思相同，都是為了警報體內可能有某些病變，提醒您該注意身體，並應立即前往就醫診治，早期診斷，早期治療，以防延誤治癒時間，而造成不可彌補的遺憾。



### 四月特價書籍

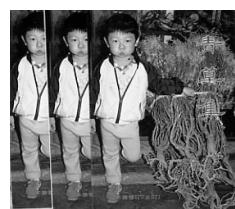
1 台灣農家全書  
定 價：800元  
優待價：640元



2 花卉害蟲彩色圖說  
定 價：470元  
優待價：370元



3 青草集  
定 價：320元  
優待價：255元



豐年叢書 內容豐富實用  
敬請讀者訂購 利用（郵購另加掛號郵資60元）

豐年社  
台北市溫州街14號 郵撥帳號00059300財團法人豐年社 洽詢電話：(02) 23628148分機