

结石为啥疼到让人直打滚

◎重庆中医药学院附属九龙坡医院 李毅

结石，简单说就是体内某些物质在特定条件下形成的固体晶体，咱们常见的有尿路结石和胆道结石。平时它可能安安静静不惹事，但一旦堵住尿道、胆道这些“通道”，就会让人疼到怀疑人生。到底结石为啥能引发这么剧烈的疼痛？为啥有时疼得几乎没法忍？今天就带大家好好弄明白结石疼痛的来源、形成过程以及影响因素。

先搞懂：结石是怎么长出来的

结石的“诞生”：结石的形成，核心原因是体内某些物质浓度太高，超出了溶解限度，就会沉积下来慢慢形成结晶，最后聚集成结石。比如尿路结石，尿液里的钙、草酸、尿酸等矿物质，如果浓度过高，就会“抱团”结晶；胆结石则多和胆汁里胆固醇过高，或是胆汁成分失衡有关。另外，尿路结石的形成还常和喝水少、尿液里矿物质浓度偏高脱不了关系。不管是哪种结石，本质都是物质“太浓”或“溶解失衡”导致的。

不疼不代表没事：并不是所有结石都会让人疼。尺寸小的结石，大多能顺着尿道或胆道顺利排出体外，过程中可能没啥明显不舒服，甚至有人都不知道自己体内曾有过结石。其实结石本身不含神经，所以它自己不会直接引发疼痛。疼痛的关键，在于结石是否对周围组织造成物理压迫，或是引发了炎症。要是结石小、没堵住“通道”，尿液或胆汁能正常流动，自然就不会疼，或只疼一点点；可一旦结石变大，或是跑到狭窄的通道里，就会压迫组织、堵住通道、刺激神经，剧烈疼痛就来了。

哪些情况会“点燃”结石疼痛：结石疼起来，主要是因为它带来的机械性压迫和局部炎症。当结石堵住尿道、胆道这些排泄通道

时，通道里的压力会突然升高，刺激周围的神经末梢，疼痛感一下就上来了。尤其是结石在移动、想排出去的时候，疼痛还会加剧。另外，结石要是破裂或磨损周围组织，会进一步加重炎症，让疼感更强烈。这种疼通常是一阵一阵的绞痛，常常伴有恶心呕吐、冒冷汗等症状，让人根本扛不住。

揭秘：结石疼到要命，到底是什么在“搞鬼”

物理“堵路”：结石让人疼得最常见的原因，就是“堵路”和压迫。一旦结石堵住体内的通道，比如尿道或胆道，体内的液体（尿液、胆汁）就排不出去，通道里的压力会急剧上升。这种压力会刺激通道周围的神经末梢，带来强烈的疼痛感。就说尿路结石，要是卡在肾脏和膀胱之间的输尿管里，尿液排不出去，输尿管壁会被过度拉伸、压迫，立马就会引发剧烈绞痛；胆结石要是堵住胆道，胆汁流不动，同样会让人肚子疼到不行。

炎症+感染：结石不只会物理“堵路”，还会引发局部炎症。结石表面大多粗糙，很容易刮伤通道内壁，造成小范围组织损伤，进而引发炎症。炎症会让局部血管扩张、血流量增加，还会释放前列腺素等化学物质，这些物质会让疼感更明显。要是结石在体内待久了，

还可能成为细菌的“藏身地”，引发感染。感染会让局部组织更肿、炎症更重，疼痛自然也会“雪上加霜”。

结石“乱跑乱撞”：结石会移动，这也是疼的重要原因。尤其是在输尿管这种狭窄的通道里移动时，结石会不断和管壁摩擦、碰撞，强烈刺激周围组织。移动过程中，不仅通道内压力会升高，结石边缘要是锋利，还可能割伤、磨损管壁，让炎症更严重，疼痛也停不下来。很多人说结石疼是“绞痛”，就是因为它会一阵一阵发作，疼起来特别剧烈。横向的机械摩擦与纵向的压力冲击交织，如同十字利刃反复割裂组织，这种双重刺激正是绞痛感的根源。

结石疼到让人难以忍受，其实是物理压迫、梗阻、炎症、感染和结石移动等多种因素“联手”的结果。虽然结石形成时不一定会疼，但只要它影响了体内的“通道”，导致液体积聚、组织损伤或感染，疼感就会变得特别强烈。

搞懂这些原理，能帮我们更清楚结石的危害，也能提醒大家：要是发现结石，早治疗早好，既能缓解疼痛，还能减少结石带来的健康风险，避免出现更严重的问题。早诊早治，远离石痛！☺