

药物与尿液的“色彩互动”

文 / 辽宁省金秋医院 杨济睿

关键词：尿液颜色；尿色异常；不良反应；注意事项；药物代谢

清晨起床去卫生间时，不少人会下意识观察自己的尿液颜色。在大家的认知中，淡黄色的透明尿液通常意味着身体水分充足、代谢正常。但是，在服用某些药物后，尿液会突然变成鲜黄色、红色或蓝色。这种“变色”现象常常引发恐慌：我是不是肾脏出了问题？是不是药物中毒了？

其实，多数药物导致的尿液变色属于正常生理反应，与药物在体内的代谢过程密切相关。那么，哪些药物会引起尿液变色？不同颜色背后又隐藏着哪些信息？接下来，我们就来揭开药物导致尿液变色的科学真相。

一、尿液颜色的“密码”

要理解药物为何会改变尿液颜色，首先需要了解正常尿液颜色的来源。健康人的尿液之所以呈淡黄色，主要与一种叫“尿胆原”的物质有关。尿胆原是红细胞破坏后产生的胆红素在肠道内被细菌分解的产物，经肝脏处理后随尿液排出。尿胆原浓度越高，尿液颜色越深。

尿液颜色会受多种因素影响：喝水少、出汗多时，尿液浓缩，颜色加深；大量饮水后，尿液被稀释，可能接近无色；食用甜菜根、火龙果等食物后，尿液可能呈

现粉红色；剧烈运动后出现肌红蛋白尿时，尿液可呈茶色。这些变化大多是暂时的，无须过度紧张。

二、引起尿液变色的常见药物及背后原因

1. 鲜黄色尿液：维生素B族的“杰作”

服用复合维生素B、维生素B₂（又称核黄素）后，尿液常会呈现明亮的黄色，甚至橙黄色。这是因为核黄素经人体吸收后，约有50%会以原形随尿液排出。核黄素本身呈黄色且水溶性强，当摄入量超过机体所需时，多余的部分便会随尿液排出，使尿液被染成鲜明的黄色。

这种变色对健康无害，停药后1~2天即可恢复正常。有趣的是，核黄素的排泄速度很快，服用后1~2小时就可能引起尿色变化，这也成为判断药物是否被吸收的“天然指示剂”。

2. 红色或粉红色尿液：警惕但不必恐慌

很多人看到红色尿液会立刻联想到血尿，但某些药物也会造成这种“视觉冲击”。抗结核药利福平是典型代表，它的代谢产物呈橙红色，不仅会让尿液变红，汗液、眼泪甚至乳汁都可能被染色。曾有患者使用利福平后发现佩戴的隐形眼镜被染成橙红色，这正是药物代谢产物“渗透力”的体现。

治疗尿路感染的呋喃唑酮、治疗腹泻的柳氮磺吡啶,也可能使尿液呈现橘红色或棕红色。这些药物的代谢产物含色素基团,随尿液排出时便会改变尿液的颜色。与血尿不同,药物导致的红色尿液通常不伴有尿频、尿急、尿痛等症状,显微镜下检查样本也不会发现红细胞。

3.蓝色或绿色尿液:罕见但特征鲜明

蓝色尿液相对少见。治疗胱氨酸尿症的青霉胺,其代谢产物在尿液中可能呈现蓝色;镇静药水合氯醛、抗抑郁药阿米替林过量服用时,也可能使尿液变绿或变蓝。

更为特殊的是一种叫亚甲蓝的药物。它本身呈深蓝色,小剂量用于治疗高铁血红蛋白血症时,尿液会呈蓝色;大剂量使用时,受代谢产物影响,尿液可能变成绿色。这种颜色变化曾被用于评估肾小管功能——若亚甲蓝导致的蓝尿持续超过24小时,则可能提示肾小管重吸收功能异常。

4.棕色或黑色尿液:代谢产物的“深沉表达”

某些药物会让尿液呈现深棕色或黑色。治疗帕金森病的左旋多巴,其代谢产物多巴胺的氧化产物呈棕黑色,可能使尿液颜色变深;抗疟药奎宁、抗精神病药氯丙嗪,也可能使尿液呈棕色。

最需要注意的是含铁的药物。例如,治疗缺铁性贫血的硫酸亚铁,部分患者服用后尿液会呈深棕色,这是铁离子在尿液中氧化的结果。此外,治疗便秘的药用炭,因含有黑色颗粒,也可能使尿液呈灰黑色,但这种情况多伴有粪便颜色变黑。

5.暗褐色尿液:警惕药物性肝损伤

少数情况下,药物导致的尿色改变可能是病理信号。例如,服用过量对乙酰氨基酚,或使用抗真菌药酮康唑等药物后,若尿液呈暗褐色,同时伴有皮肤巩膜发黄、乏力、食欲缺乏等症状,则可能提示药物引起了肝细胞损伤,导致胆红素升高,形成“胆红素尿”。出现此类情况应及时就医检查肝功能,避免肝损伤加重。

三、如何区分药物性变色与病理变色

面对变色的尿液,可通过以下三个步骤初步判断原因:

1.回顾用药史

查看最近是否服用过可能导致尿色改变的藥物,

对照藥物说明书中“不良反应”或“注意事项”部分关于尿色变化的描述。

2.观察伴随症状

药物性尿色改变通常不伴有不适症状,而病理情况(如血尿、胆红素尿)常伴有疼痛、水肿、皮肤发黄等表现。

3.做简单检测

用透明容器收集尿液,静置后观察是否有沉淀,或使用尿液试纸条检测。血尿可使试纸条的“隐血”项呈阳性,胆红素尿则会使“胆红素”项呈阳性。

若停药后尿色仍未恢复正常,或伴有异常症状,应及时就医,通过尿常规、肝肾功能等检查明确原因。

四、科学看待药物与尿液的“色彩互动”

药物导致的尿色改变,本质上是人体代谢过程的“可视化呈现”。这些代谢产物大多不会被人体吸收,最终随尿液排出,对肝肾功能没有损害。了解这一原理,既能避免不必要的恐慌,也能通过尿色变化判断药物是否被有效吸收。

当然,并非所有尿色改变都与药物相关。如果未服药却出现持续的尿色异常,或伴有其他症状,应提高警惕。尿液作为人体健康的“晴雨表”,其颜色变化既可能是药物代谢的“痕迹”,也可能是疾病发出的“信号”。只有学会分辨这两种情况,才能更好地守护自身健康。

药物与人

本文编辑:王佳昕

