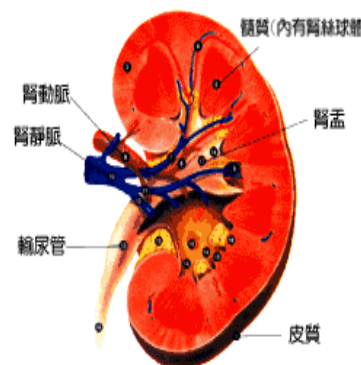


慢性腎臟病介紹

一、腎臟構造

正常人有兩顆腎臟，位於後腰部的肋骨緣下面，外形如同蠶豆狀，大小跟拳頭差不多，每個腎臟重量約 125-150 公克。

腎臟組織結構的基本單位是腎元，每個腎臟約由一百萬個腎元組成，每個腎元由腎絲球及腎小管組成。腎元的功用過濾身體的廢物、水分、及電解質，成為尿液。



二、腎臟的功能

- 清除體內代謝廢物，如尿酸、尿素氮、肌酸酐等，以及我們吃的許多藥物，最後也是經由腎臟排出體外。
- 排除體內多餘的水分，將它過濾後形成尿液排出體外。一天約製造 1000-2400cc。
- 維持人體電解質，如鈉、鉀、鈣等正常、及讓酸鹼度平衡。
- 分泌腎素：控制血壓、分泌紅血球生成素：製造紅血球、活化維生素 D：維持骨質密度與健康。

三、什麼是慢性腎臟病？

當腎臟組織長期受損達數月或數年以上，且無法恢復原有的功能，稱為慢性腎臟病。

四、腎臟病常見的檢驗項目

- ◆驗血：血液尿素氮(BUN)、血清肌酸酐(Cr)，腎功能變差兩者數值會升高。
- ◆驗尿：蛋白尿、血尿、可收集 24 小時尿液計算腎絲球過濾率得知腎臟功能。
- ◆X-光檢查：經由 X-光檢查檢視腎臟外觀，同時偵測有無腎結石和相對位置。
- ◆超音波檢查：可以得知腎臟大小、有否腎結石和腫瘤等問題。

五、腎臟病的臨床症狀

尿液型態改變，如頻尿(尤其夜間)、尿液帶血、小便起泡(可能有蛋白尿)。

身體不適，如眼瞼浮腫或臉、手腳水腫、血壓變高、貧血、皮膚搔癢、全身倦怠、心臟衰竭，肺水腫等。

六、慢性腎臟病的分期

慢性腎病的五個分期主要依據你的腎絲球過濾率值(GFR)，而腎絲球過濾率值(GFR)必需綜合考量你的年齡、性別及血清肌酸酐(Cr)，分期越大表示腎功能越不好。

病 程	腎絲球過濾率 〔GFRml/min/1.73m ² 〕		類 型	治療目標
第一期	≥90		腎功能正常但併有蛋白尿、血尿等腎臟損傷狀況。	維持腎臟功能 1. 健康飲食和規律作息 2. 積極控制血糖和血壓 3. 定期做腎功能檢查
第二期	60~89		輕度慢性腎衰竭，但併有蛋白尿、血尿等。	
第三期	3a	45~59	中度腎衰竭	減緩進入末期衰竭 1. 積極配合醫師治療 2. 健康的生活習慣 3. 預防腎骨病變：限制高磷食物攝取、使用磷結合劑 4. 改善水腫：避免喝過多湯汁及鹽份 5. 低蛋白飲食控制 6. 自我心理調適，積極主動配合醫療
	3b	30~44		
第四期	15~29		重度腎衰竭	
第五期	<15		末期腎臟病變	準備進入透析階段 1. 使用藥物改善食慾不振及惡心 2. 治療貧血，可注射紅血球生成素或鐵劑 3. 預防高血鉀 4. 減少心肺積水 5. 透析或移植準備