

慢性腎臟衰竭的治療

◎中國醫藥大學附設醫院/腎臟科 郭基亮醫師

初期腎臟病的病人症狀並不明顯，很多病人在肌酐清除率小於30cc/min以前根本沒有症狀，因此忽略了控制。等到噁心、嘔吐、浮腫水、心悸不整或昏迷不醒之後，才知道已經到了末期腎衰竭，非得透析治療不可。由於慢性腎臟衰竭並無特別的治療，初期腎臟病的病人首重控制，而控制內容主要是原發疾病以及飲食的控制。

1. 腎臟功能惡化的原因及控制

a. 腎小球腎炎

持續的腎小球腎炎會造成腎臟功能惡化，必須根據腎臟切片的結果，使用藥物抑制腎小球腎炎。但有些種類的腎小球腎炎並沒有特別的藥物能控制。

b. 慢性腎小管腎炎

持續的慢性腎小管腎炎也會造成腎臟功能惡化，慢性腎小管腎炎可能是感染或藥物的毒性所造成，必須立刻治療感染或移除毒害之物質，有時候必須加上類固醇的抗發炎藥物。

c. 糖尿病

慢性糖尿病以及血糖控制不良會引起腎臟功能惡化，糖尿病患者要依據糖尿病的控制原則來控制血糖，糖化血色素要控制在6.5%以內。

d. 高血壓

高血壓會持續的傷害腎臟，有高血壓的患者必須將血壓控制在130/80 mmHg以下，才能減輕高血壓對腎臟的傷害。

e. 痛風

痛風的尿酸會沉積在腎臟，造成腎臟功能惡化。痛風患者必須遵守低普林飲食，或合併服用降尿酸的藥物。

f. 系統性紅斑狼瘡

系統性紅斑狼瘡的患者必須使用免疫抑制劑來降低紅斑狼瘡的活性，避免腎臟功能惡化。

g. 藥物及毒物

由於過量服用止痛劑、不當使用抗生素、草藥、草魚膽、重金屬中毒（如水銀）等引起的腎臟損傷。此類患者必須立刻避開這些藥物及毒物。

h. 泌尿道結石及腫瘤

泌尿道結石及腫瘤會導致尿液排洩途徑的阻塞，因此毒素持續的累積而腎臟衰竭。此類患者必須儘快打透阻塞處，或將尿液引流，否則腎臟功能將永遠無法復原。

i. 先天性構造異常

如逆流性腎病變會因尿液逆流引起腎損傷，必須以外科方式矯正此類異常。

j. 遺傳性疾病

如多囊腎的腎組織被囊腫破壞，此類患者目前並無特殊治療可用。

2. 飲食的控制

a. 蛋白質

減少蛋白質的攝取可以減輕腎臟功能惡化，但攝取不足會造成貧血、水腫、抵抗力降低及肌肉無力，目前建議慢性腎衰竭患者蛋白質的攝取量，應每天每公斤0.6公克。蛋白質的來源至少要有2/3來自高品質的動物性蛋白質，如：蛋、魚、牛肉、豬肉、家禽類、牛奶，因其含有較多的必需氨基酸可以被身體完全利用。

b. 水份的控制

水份攝取量必須根據個人每日尿量、出汗量、溼

動量和季節性的不同來作調整。對於尿量減少的患者應少於800cc加上該患者的尿量。

c. 鹽份的控制

過多的鈉會造成水份滯留，引起高血壓、水腫、腹水、心衰竭，所以必須儘量減少鹽份攝取，每天鹽份攝取量應控制在5-8公克。

d. 鈣的控制

鈣離子過高會造成心律不整，引發突然死亡，鈣攝取量需限制在每天不超過2000毫克。血鈣過高的患者必須服用鈣結合劑，增加鈣離子從糞便排除。低鈣通常含有過多鈣離子，腎臟功能不佳的患者不可使用。

e. 磷的控制

腎功能衰竭時腎臟磷酸排除的功能降低，血中磷明顯上升，尿中鈣排出增加，造成血鈣下降引起骨病變。可服用鈣片或腎乳片(氫氧化鋁)並配合低磷飲食，來降低血中的磷。每日磷的攝取量限制在800-1000毫克以下。

3. 腎臟替代療法

當病人的肌酸酐濃度小於10cc/min，尿毒的症狀通常十分嚴重，所以患者必須接受腎臟替代療法來減輕尿毒的症狀。

a. 血液透析

血液透析是將血液引流至透析機作廢物移除，是目前治療慢性腎衰竭採用最多的方式。

優點：

- (1) 可以有效及迅速的移除廢物及水份。
- (2) 由專業的醫護人員負責執行。

缺點：

- (1) 需每週三次到透析中心接受治療，每次4小時。

(2) 每次治療都需扎針。

(3) 透析治療後可能會覺得疲勞無力，尤其是脫水量較大的患者。

(4) 必須嚴格限制飲食及水份。

b. 腹膜透析

將透析藥水灌入腹腔腔，利用腹膜作物質交換。

優點：

- (1) 可在家自行執行透析治療，治療時間比較有彈性。
- (2) 治療時不需扎針。
- (3) 飲食限制較少，為連續性、較溫和的透析方式。
- (4) 透析時可自由活動、外出、旅遊方便。

缺點：

- (1) 腹部需置置一永久性導管。
- (2) 每天需自行執行4-5次換液。
- (3) 若換液技術不當容易造腹膜炎。
- (4) 透析效果可能受到腹膜功能的影響。
- (5) 營養流失較多。

c. 腎臟移植

優點：

- (1) 不需透析治療，可有效改善身體健康狀況。
- (2) 飲食的限制最少。
- (3) 有較好的生活品質。

缺點：

- (1) 必需長期服用抗排斥藥物，可能發生嚴重的細菌或病毒感染。
- (2) 抗排斥藥物有副作用。
- (3) 可能發生排斥，漸漸失去移植的腎臟功能。

醫師簡介

郭慧亮 醫師

中國醫藥大學附設醫院/腎臟科

