



慢性腎臟病

常見症狀及用藥須知

文／腎臟科 主治醫師 林崇智
草屯分院血液透析室 透析技術師 蔣美惠·廖淑娟

慢性腎臟病是文明國家主要的醫療問題及死亡原因之一。根據研究，美國在1999年的透析人口約為34萬人，到了2010年已增加到65萬人以上，幾乎成長了一倍。台灣的情況更為嚴重，近年來，腎臟病一直高居國人十大死因之林。

慢性腎臟病成為新國病

慢性腎臟病患者所以會越來越多，與人們生活習慣改變，糖尿病、高血壓等與腎臟相關的疾病隨之增加，且常濫用藥物如止痛藥或來路不明藥物，再加上人口老化等因素有關。依據美國腎病資料庫（USRDS）的最新統計，雖然在慢性腎臟病照護政策的推展下，台灣末期腎病變的發生率在2008年後已

經不是世界第一，但是末期腎病變的盛行率仍高居全球之冠，慢性腎臟病儼然成為新國病。

過去10年，台灣透析人口成長超過3倍，盛行率在2010年達到0.25%，這已不單單是末期腎病變患者的個人問題。健保署統計，目前全台洗腎人口超過6萬人，而且每年仍在持續增加中，雖僅占總人口的0.25%，但2012年的透析醫療費用便吃掉443.29億元健保給付，占重大傷病醫療費用的28.4%，占健保醫療支出的7%以上，為單一疾病支出最高者，嚴重排擠了其他醫療照護。

了解病因方能趨吉避凶

更有甚者，溫啟邦教授與美照健康管理機構的研究成果於2008年發表於英國權威雜

誌「The Lancet」，文中指出，台灣患有慢性腎臟病者約占全人口的11.9%，而罹患慢性腎臟病不只演變到末期有需要長期透析的風險，其死亡率也較一般人為高，例如嚴重的第5期慢性腎臟病，死亡率為無慢性腎臟病者的14.14倍，很多人甚至還沒接受透析就已死亡。

許多疾病都可能造成腎臟機能受損，進而導致慢性腎臟病，除了原發性的腎絲球腎炎外，糖尿病、高血壓、痛風、腎結石、先天性多囊性腎病變、藥物濫用、不當或長期自行服用消炎止痛藥或來路不明中草藥，尤其是含馬兜鈴酸的藥物等，都是造成慢性腎臟病的危險因子。

對腎病症狀須提高警覺

腎臟負責處理人體代謝後產生的廢物，以及維持電解質和液體的平衡，由於具有很

強的儲備能力，因此即使腎臟功能只剩50%，除了幾種腎臟病之外，早期多半缺乏明顯的臨床症狀，但當腎臟功能惡化降到10%以下，健康就可能會出現嚴重的問題。

初期腎臟功能異常可能有的症狀包括眼瞼、臉部或手腳容易浮腫、疲倦、頭痛或血壓偏高等，同時可能合併尿量異常、夜間頻尿、小便起泡沫、尿液帶血、後腰部的肋骨緣下方疼痛。若出現這些症狀，應該接受尿液及血清學檢驗，看看有無血尿、蛋白尿或血清腎臟功能指數異常，若未及時治療，腎臟功能持續下降，將會因為無法排除體內代謝廢物及液體，而產生噁心、嘔吐、食慾不振、水腫、高血壓、頭痛、貧血、呼吸喘、身上帶有阿摩尼亞味，甚至出現骨頭病變等尿毒症症狀。

各種治療用藥及應注意事項

高血壓用藥

降低血壓就能延緩腎功能的惡化及降低蛋白尿，理想的血壓建議控制在收縮壓／舒張壓小於130/80mmHg。常用藥物包括鈣離子阻斷劑、β阻斷劑、α1阻斷劑、利尿劑、血管張力素轉化抑制劑（ACEIs）或血管張力素受體阻斷劑（ARBs）。

其中，ACEIs/ARBs這兩種藥物除了可以降低血壓，也可以降低尿蛋白的嚴重程度，但少數病患使用ACEIs/ARBs，可能出現乾咳、臉部潮紅等副作用。服用高血壓藥物後，仍需定期監測血壓，並且避免突然改變姿勢而發生姿態性低血壓。

高血脂用藥

常用藥物為HMG Co-A reductase inhibitors（statin類藥物），研究發現它除了可以降低血脂達到保護作用，對於腎臟實質的慢性發炎也有抗發炎的效果。常見副作用為肌肉痠痛及腸胃不適，使用時需定期監測肝功能。



高血糖用藥

慢性腎臟病有40%為糖尿病腎病變，有效控制血糖可預防糖尿病導致的糖尿病腎病變惡化。研究發現，每降低糖化血色素（HbA1C）1%，便能明顯減少糖尿病慢性併發症的發生。常用的降血糖藥物中，雙胍類（Biguanides）藥物對於慢性腎臟病或腎功能異常的病患，容易引發嚴重的代謝性酸中毒，應避免使用。此外，慢性腎臟病患者因藥物及胰島素代謝速度減緩，故在服用降血糖藥物後，更應注意是否有冒冷汗、暈眩、全身無力等低血糖的症狀發生。

腎性貧血用藥

人體紅血球生成素（EPO）大部分經由腎臟製造，慢性腎臟病患的腎臟細胞受損，無法合成，因而造成貧血。此時在皮下注射紅血球生成素，能刺激骨髓紅血球生成，預防貧血。常見副作用為高血壓，若血壓不易控制，除服用降血壓藥物治療，亦可嘗試降低EPO的注射劑量。

腎性骨病變用藥

慢性腎臟病可能造成血中鈣離子降低與磷離子滯留，因副甲狀腺分泌增加而導致代謝異常，代謝性酸中毒也可能使骨質疏鬆症惡化。治療藥物為磷螯合劑（碳酸鈣或醋酸鈣）及維他命D。服用鈣片需嚼碎後再吞服，若以補充鈣質為治療目標，建議在飯前使用；若要用來降低高血磷，則在餐中與食物一併服用。

高血鉀症用藥

由於腎臟排除鉀離子的能力下降，會出現無力、虛弱、腹脹等症狀，尤其可能引發心律不整，此為慢性腎臟病最嚴重的併發症之一。患者除飲食上須嚴格控制高鉀食物的攝取之外，常用藥物為Kalimate，可增加腸道鉀離子的排除。☪