

慢性腎衰竭 Chronic renal failure

一、什麼是慢性腎衰竭：

慢性腎衰竭是指腎臟因各種傷害造成的長期功能的下降或喪失，導致體內代謝廢物或水份的堆積，在正常情形下我們身體的代謝廢物和水份是經由小便排出體外，當腎臟功能下降或喪失，會造成排出毒素與水份的功能下降，而廢物和水份的累積便會產生臨床症狀

二、原因：

- (一)腎絲球腎炎：病人易有蛋白尿及血尿，有時會合併水腫及腎功能異常。依腎絲球腎炎的引起病因不同，可能數月或 10-20 年後，才會變成慢性腎衰竭
- (二)糖尿病：在透析的病人當中，有一部分病人是因糖尿病而引起腎衰竭，良好的血糖控制可以減緩腎功能惡化之速度
- (三)高血壓：高血壓會加速腎臟血管的硬化及受損，所以長期的高血壓易引起慢性腎功能衰竭
- (四)多囊腎：是一種遺傳疾病，腎臟內會有很多囊泡，造成正常結構受損，大部份的病人易合併高血壓、腰痛或結石等症狀
- (五)其他系統性疾病：如紅斑性狼瘡、阻塞性腎病變、先天性發育不良、惡性腫瘤或長期使用止痛劑等皆可能引起腎衰竭

三、症狀：

- (一)輕度病人臨床上無明顯症狀，血中尿素氮(BUN)、肌酐酸(Cr)值偏高，尿液檢查中可能會有蛋白質、紅血球或白血球出現
- (二)尿毒素繼續升高時，可能會有食慾不振、噁心、嘔吐、疲倦、皮膚癢或貧血等症狀
- (三)尿量減少則可能有肢體水腫、肺積水、喘、心悸、血壓升高等現象
- (四)電解質不平衡，如：高血鉀、低血鈣、高血磷

四、臨床處置：

- (一)藥物症狀治療
- (二)若有尿毒症狀、喘、意識改變或藥物控制不下來的電解質不平衡，則需要緊急進行透析治療
- (三)若進入末期腎病，則需考慮長期透析治療（包括腹膜透析或血液透析）

五、飲食：

- (一)建議低蛋白質、低鈉、低鉀、低磷飲食
- (二)蛋白質的選擇：建議選用動物性蛋白質，如：蛋、牛奶、肉類...等，儘量避免植物性蛋白質的使用，如：豆干、豆腐皮...等
- (三)勿食用醃漬物以防食入過多之鹽份
- (四)青菜最好燙後食用
- (五)含鉀離子高之水果最好不要選用，如：香蕉、柑橘類、楊桃等

六、居家照顧：

- (一)平時觀察尿液是否出現泡沫或泡沫久沖不散，並及早就醫檢查
- (二)平時勿亂服藥物：如中藥、止痛藥、健康食品、偏方等等
- (三)糖尿病、高血壓等慢性疾病應嚴格控制，若尿蛋白一天排出量大於 1g，血壓宜控制在 125/75mmHg 以下，而尿蛋白排出若一天小於 1g，則血壓宜控制在 130/85mmHg 以下，並定期檢查腎功能，以便及早診斷與治療
- (四)預防感染：感染會加重腎功能的損傷
- (五)注意營養照顧：採低鈉、低蛋白（0.6-0.8g/公斤/天）、低磷、低鉀飲食，可減緩腎臟惡化、降低尿毒、維持良好營養狀態
- (六)戒除菸、酒

七、參考資料

王瑜欣 (2019)·泌尿道系統疾病病人的護理·於廖張京棣、蔡秀鸞總校閱，最新實用內外科護理學上冊(六版，15-104 頁)·永大。