

## 我的「腰子」(腎臟)有問題嗎?

門診剛開始就急忙衝進診間來的林小姐神情看起來很焦急，她語氣急促，一下子就問了醫師一連串的問題：「醫師，我發現我最近小便有很多泡泡，我的腎臟有問題嗎？我這樣很嚴重嗎？我下午或晚上腳常常會腫腫的，是不是腎臟病？我是不是快要洗腎了？我還能撐多久呢？」

一般民眾常以為「尿中有泡泡」或是有「水腫」就是代表有「腎臟病」，而對自己的健康狀況十分擔心憂慮，可是實際上並非如此。「尿中有泡泡」有可能其實僅只是水喝得少，尿液較濃，而使得剛解完尿的馬桶中可見到較多泡沫，所以「尿中有泡泡」並不一定就是代表「蛋白尿」或甚至是「腎臟病」。至於有泡泡的尿液中，是否真有異常量的尿蛋白，就需要進一步檢驗才能知道；另外一方面，「水腫」除了可能是腎臟病的徵兆之外，也可因為其他問題所引起，例如心臟衰竭、肝硬化，甚至糖尿病、過度肥胖、部分藥物的作用或飲食中鹽分過多，甚至只是站得太久，都有可能造成下肢水腫，所以發現自己有水腫，並非就能代表是腎臟出了問題，而需要進一步的仔細詢問和檢查，才比較能確定真正的原因。

其實，「腎臟病」有很多種類，較常見且大家聽過較多的一大類是「慢性腎臟病」，是腎臟因長期受各種慢性病如糖尿病、高血壓等影響，有腎臟疾病卻沒有持續追蹤治療，或長期受具有腎毒性的藥物影響，使腎臟功能慢慢變差。在「慢性腎臟病」這類的情況下，一開始患者通常不會有明顯的特徵或症狀，要直到腎臟功能已經下

降到相當嚴重的程度，才會開始有所謂的「尿毒症狀」。腎臟功能喪失嚴重時，往往會需要透析，也就是俗稱的洗腎治療來解除症狀和維持身體健康，稱為「末期腎病」。此時的症狀常會相當明顯，因為腎臟無法從尿液排除體內代謝產生的毒素，故這些症狀常被稱為「尿毒症」。

最常見的症狀包含噁心、嘔吐、食慾不振、口腔有尿騷味等異味，此外，貧血和肺部積水可能引起蒼白、喘、無力、咳嗽，病人也可能有倦怠無力、昏睡。下肢或甚至全身浮腫、皮膚癢、容易瘀血和肌肉抽搐等等尿毒相關的問題。除了上述的慢性腎臟病之外，也可能因為一些急性的原因，如感染、休克或具有腎毒性的藥物等，讓腎臟排毒排水的功能，在幾天內就急速下降，這種情況發生的症狀可能在較短的時間就會變明顯，於是上面所提到的症狀都有可能會在較短的時間內出現。

另外一類的腎臟病，腎臟排除毒素的功能並沒有大幅下降，反倒是因腎臟本身的發炎、某些藥物、感染或疾病等，造成腎臟排出的尿液裡，出現異常的蛋白尿或血尿，有些程度輕微，在健康檢查的時候才會意外被發現；但少數患者程度則較嚴重，甚至產生腎病症候群或腎炎症候群等狀況。其中腎病症候群是大量蛋白從腎臟流失所造成，除了可能出現尿中泡沫較多且持久不散的情形，也常會產生明顯的下肢或甚至全身水腫，並伴隨全身性的其他問題；另外的腎炎症候群，則會出現高血壓、血尿，以及腎功能異常等狀況，需要進一步積極處理。這些症候群若未適當處理，都可能會對腎臟持續產生傷害，長期之後則可能會使腎功能變差。

若有相關症狀或問題，可至腎臟內科門診就醫，由醫師詳細詢問病史及藥物使用史等，並做詳細的身體檢查，以利安排進一步的實驗室或影像檢查評估，找出可能的

診斷，以使患者能早日接受適當的治療。

內科部腎臟科主治醫師 楊紹佑

NTUHF