

讀者 Q&A

問題： 請問什麼是「腎絲球過濾率」？我上次抽血報告結果是 92，這樣是不是太高了？算是第一期的腎臟病了嗎？

回覆： 抽血報告裡呈現的腎絲球過濾率(eGFR, estimated Glomerular filtration rate) 為血中肌酸酐 (CRE, Creatinine) 代入公式而得到的估算值，可視為腎臟過濾清除毒素的效率，數值越高則代表效率越好；正常的腎絲球過濾率為 100 ~ 120 ml/min/1.73m²，該數值會隨著年齡老化而逐年下降。慢性腎臟病的診斷及分期不單只依據腎絲球過濾率，同時也需評估是否有腎臟的實質傷害 (例如：血尿、蛋白尿等)，建議您可於回診時向醫師了解您腎臟的狀況，暫勿恐慌。以下為目前國際間的慢性腎臟病分期標準，供您參考。

第 1 期： 腎功能正常但有腎臟實質傷害 (例如：血尿、蛋白尿等)。

GFR： ≥ 90 ml/min/1.73 m²

第 2 期：輕度慢性腎功能障礙且有腎臟實質傷害(例如：血尿、蛋白尿等)。

GFR：60-89 ml/min/1.73 m²

第 3 期：中度慢性腎功能障礙。

GFR：30-59 ml/min/1.73 m²

第 4 期：重度慢性腎衰竭。

GFR：15-29 ml/min/1.73 m²

第 5 期：末期腎臟病變。

GFR：< 15 ml/min/1.73 m²

問題：我是一位 48 歲的女性，最近發現偶爾會出現漏尿的情況，這件事讓我很困擾，我變得不太敢出門，但面對朋友的關心時，我也是難以啟齒，覺得再這樣下去，我可能會憂鬱症...請問我這樣的問題該怎麼辦？要看哪一科？

回覆：中年婦女朋友的漏尿問題並不罕見，造成漏尿的因素很多，常見於經歷懷孕、生產或更年期期間造成的賀爾蒙改變及骨盆底肌肉鬆弛。漏尿問題的就醫延遲雖不致於導致嚴重健康危

害，但會影響個人的社交生活及心理健康。
鼓勵您不必再害羞，勇敢就醫，建議可掛診本院泌尿部張尚仁醫師、楊佩珊醫師及李苑如醫師等，由上述專業醫師為您詳細評估診療。

延伸閱讀

1. 腎功能不好怎麼辦？----談慢性腎衰竭的照護
2. 慢性腎衰竭護理指導
3. 【健康營養補給站】慢性腎臟病飲食
4. 婦女骨盆器官脫垂與婦女泌尿系統功能障礙
5. 頻尿可能原因與治療

健康教育中心