

腎疾病之十大警訊

[發表醫師] :許永和 醫師(腎臟內科)

[發布日期] :2005/9/14

台灣洗腎病人約二萬八千人，但腎臟病患者約為其十倍，很多人不知自己患了腎疾病，或已知但輕忽它，等到要洗腎時才知病情嚴重，不僅壞了自己的健康，更是浪費醫療資源。當出現一些警訊時，是提醒您當注意身體了！

在冷冷的冬月裡，中國人常有進補的習慣，而進補常令人想到補「腎」，所以在冬天時，「腎臟」是較常被人提及的器官之一。我們要如何知道自己的腎臟是否健康呢？腎臟出現問題時會如何表現呢？在此我們提出腎臟疾患的十大警訊供大家參考：

一、寡尿或無尿：

尿量變得很少或完全無尿很容易就讓人直覺腎臟出問題，但這並非完全是腎功能異常才會如此，有些疾病如心衰竭或攝護腺肥大等也會引起類似現象。此外，有時身體大量出汗、水又喝得少也可以使排尿量減少，並非真正的寡尿。

二、多尿或夜尿：

尿量過多（正常飲食狀況下一天的總尿量超過三千毫升）可因腎臟本身疾病、荷爾蒙失調、電解質不平衡或中樞神經疾病如感染或腫瘤而引起。而夜間尿量不正常增多則可能導因於腎病症候群、心衰竭或靜脈系統不全等疾病。

三、痛尿或頻尿：

小便有疼痛感覺常意味著泌尿道或生殖系統的感染或發炎，可單獨或伴隨著頻尿來表現，有些較少見的疾病如女性荷爾蒙的缺乏或全身系統的疾患也可以引起頻尿或解小便不舒服。

四、血尿或色素尿：

血尿原因相當多，例如腎絲球發炎、腎或泌尿道腫瘤、結石、感染、外傷、遺傳性疾病或藥物引起等。而色素尿是指尿中含有使尿液呈現不正常顏色的物質，這些色素的來源如溶血、橫紋肌溶解或藥物等。

五、蛋白尿：

尿中有過量蛋白質會使小便有泡沫現象，有明顯的蛋白尿主要是因腎絲球疾病而引起，常需要進一步的檢查。

六、腎絞痛或腰脇痛：

腎絞痛顧名思義腎泌尿道因阻塞膨脹而引起的疼痛，大多因腎結石、血塊或腎乳突壞死脫落而造成。而腰脇痛的原因則更廣，包括腎臟本身因各類疾病導致腫大、腎周圍組織的發炎或腰脇附近的肌肉骨骼疼痛等。

七、腎腫塊：

腹部或腰部摸到不明的腫塊可能起源於腎臟的異常，任何年齡層都可發現此種病例，常見的腫塊包括良性或惡性的腎腫瘤、嬰兒型或成年型的多囊腎、腎臟本身的感染或外傷造成的血腫等。

八、水腫：

不論是臉腫、眼皮腫或四肢水腫等，原因除心衰竭、肝硬化、慢性肺阻塞疾病、靜脈功能不全或藥物外，腎臟疾病相當重要、因腎臟是我們人體排除水份維持恆定的主要器官。

九、高血壓：

當腎功能破壞到某種程度以後會出現高血壓，所以雖然我們常見的高血壓大多屬於本態性的高血壓（即不明原因的一般高血壓），但其中因腎臟不好而引起的高血壓也不少，且在次發性的高血壓（即有原因的、可治癒的高血壓）當中，腎血管性高血壓是最常見的。

十、尿毒症狀：

尿毒的症狀可包括厭食、噁心嘔吐、失眠、肌肉抽搐、臉色臘黃、貧血、虛弱、呼吸急促或意識不清等。

腎臟疾病的表現相當多樣化，上述十項只是列舉較常見的徵狀而已，其他如主要由腎臟負責維持平衡的電解質問題或身體特殊疾病造成腎臟的病變等，則未列入討論。總之，如自己發現身體有如上述十項列舉的現象時，應儘早就醫，儘早治療。

!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。