

慢性腎病知多少

資料來源: ISN / IFKF世界腎臟日網頁

1. 甚麼是慢性腎病Chronic Kidney Disease (CKD) ?
 2. 慢性腎病有幾常見呢?
 3. 甚麼原因引致慢性腎病?
 4. 怎樣檢查出慢性腎病?
 5. 如慢性腎病被忽略了會引致甚麼後果?
 6. 慢性腎病流行性不斷增加為社會帶來甚麼代價和影響?
 7. 怎樣偵查、預防和治療慢性腎病和心血管病?
-
-

1. **甚麼是慢性腎病(CKD)?**

- 當發現小便中排出的蛋白質增加,又或者腎功能或腎小球濾過率(GFR)大幅下降時,表示慢性腎病已經存在。這會導致一些併發病如高血壓,貧血和心臟、血管疾病。

[回上](#)

2. **慢性腎病有幾常見呢?**

- 全球超過五億人,或者是普通人口中大約每十個成年人就有一個患有某類型的慢性腎病。

[回上](#)

3. **甚麼原因引致慢性腎病?**

- 全球引致慢性腎病最常見的原因,曾經是腎臟的腎性或炎性疾病,尿路感染或梗阻和遺傳性疾病如多囊性腎病。現時在先進和發展中國家,已變成是糖尿病和高血壓。這些同時亦是引致心血管病(CVD)最常見的原因。

[回上](#)

4. **怎樣檢查出慢性腎病?**

- 以小量血液樣本和尿液做一些簡單的實驗室測試,去量度肌酐含量,計算腎小球濾過率和白蛋白排泄量。

[回上](#)

5. **如慢性腎病被忽略了,會引致甚麼後果?**

- 第一是有發展成腎功能漸失以至腎衰竭和需要進行透析治療及腎臟移植的風險。第二是因相關的心血管病而過早死亡。
- 被發現有慢性腎病而之前表面看來健康的人,無論他們有沒有發展至腎衰竭,因心血管病(冠心病,腦血管病,周邊動脈病變和心臟衰竭)而過早死亡的風險至少是普通人的十倍。全世界每年有超過一千二百萬人因慢性腎病而導致心血管病。這些數字因為全球第二型糖尿病發率增加而在迅速上升中。

[回上](#)

6. **慢性腎病流行性不斷增加為社會帶來甚麼代價和影響?**

- 需花費在末期腎病的費用仍在估計中。在世界各地現時有超過一百五十萬人通過血液/腹膜透析或腎臟移植而延續生命,預測未來十年內人數會是雙倍,而全球用於透析治療和腎臟移植之累積費用預測會超過一萬億美元。在先進國家,這經濟負擔會對其醫療預算費用構成壓力,而在較低收入國家,是沒有可能支付這樣的費用。
- 超過 80%接受腎臟替代治療(RRT)的人生活在先進國家,因為在發展中國家,是很大程度上負擔不起。在一些國家如印度和巴基斯坦,少過 10%有需要的病人能接受到腎臟替代治療。在很多非洲國家,病人只有很少甚至沒有機會得到腎臟替代治療,即是很多人只有死亡。
- 這樣的經濟負擔對發展中國家來說尤為嚴重。部份原因是慢性腎病通常發生在較年輕的歲數。例如在危地馬拉,接受腎臟替代治療的病人年齡低於 40 的佔 40%。在中國,由慢性血管和腎病引致死亡和傷殘所帶來的影響,在未來十年令經濟上將會損失 5580 億美元。

7. 怎樣偵查、預防和治療慢性腎病和心血管病?

偵查

- 已有簡單測試可以檢查血清肌酐,計算腎小球濾過率和尿白蛋白,令慢性腎病得以及早發現
- 大多數初期慢性腎病患者沒有得到診斷,特別是在發展中世界更常發生。提早察覺腎臟損害至為重要,讓患者在腎臟受損或透過其他併發病顯現出情況變壞之前得以適當治療。

預防和減緩進展

- 被認為處於腎臟疾病高風險的人士,應優先進行篩查,他們是:
 - * 糖尿病和高血壓患者
 - * 肥胖或吸煙人士
 - * 50歲以上人士
 - * 有糖尿病、高血壓和腎病家族史人士
 - * 有其他腎臟疾病的患者
- 現行的腎臟防護性治療應擴展至早期腎衰竭患者。
- 一些關鍵性的預防措施已經定出,並証實能成功地防止腎臟和心血管疾病。
 - * 以血管緊張素轉換酶抑制劑(ACEIs)/血管緊張素受體拮抗劑(ARBs)改善蛋白尿和降低了的腎小球濾過率。
 - * 降低高血壓 – 較低的血壓,較低的腎小球濾過率衰退
 - * 控制血糖,血脂和貧血
 - * 戒煙
 - * 增加體力活動
 - * 控制體重

治療

- 過去十年的臨床研究顯示,以ACEIs和ARBs阻斷腎素血管緊張素系統可能減少心血管病,糖尿,高血壓和慢性腎病,大大地減低因此等疾病帶來的經濟負擔,而成本相對地較低。血管緊張素轉換酶抑制劑有效地防止腎功能逐步下降,血管緊張素受體拮抗劑減低蛋白尿和防止進行性腎衰竭。