

# 腎臟病患日常保健

修訂日期：110 年 4 月

## ◆ 腎臟病常見的症狀：

- 一、高血壓。
- 二、尿蛋白：尿液常會起泡沫。
- 三、小便困難、頻尿、尿量減少或無尿。
- 四、血尿：尿液帶有血絲、血塊或顏色變紅、變褐。
- 五、水腫：常見眼皮浮腫、下肢水腫或體重增加。
- 六、其他：如貧血、食慾不振、疲倦等。

## ◆ 日常生活保健應注意事項：

- 一、適當的運動與休息避免勞累和緊張。
- 二、定期測量體重及血壓，監測水腫及高血壓的情形。
- 三、特殊醫療由醫師診治後決定：如特殊藥物、透析治療或換腎。
- 四、正確的飲食攝取：腎臟病患者的飲食隨疾病之不同而異，須遵照醫師和營養師的指導。
- 五、養成正確的醫療觀念：
  - (1) 有病勿亂投醫，要找固定的醫師治療，若有任何不適，及應與專科醫師聯繫，千萬不要迷信偏方延誤治療。
  - (2) 按時服藥，遵照醫師指導，不可自動停藥或加藥，以致使病情惡化或產生副作用。
- 六、婦女如欲計劃懷孕應當與專科醫師諮商，在懷孕期間需常追蹤檢查，早期發現腎功能變化以免危害母體及胎兒。
- 七、腎臟病患者的追蹤檢查：定期的追蹤檢查可以評估其功能是否穩定或繼續惡化，以便早期做進一步的治療。
- 八、預防感染：避免細菌感染，一旦感染發生易導致腎臟病的惡化，例如：呼吸道感染、發燒……等，此時應找醫師診治，不可疏忽。

～ 如對內容有疑問，請洽詢護理人員或醫師 ～

清海醫院護理科  
地址：台中市石岡區金星里下坑巷 41-2 號  
電話：(04)2572-1694

