

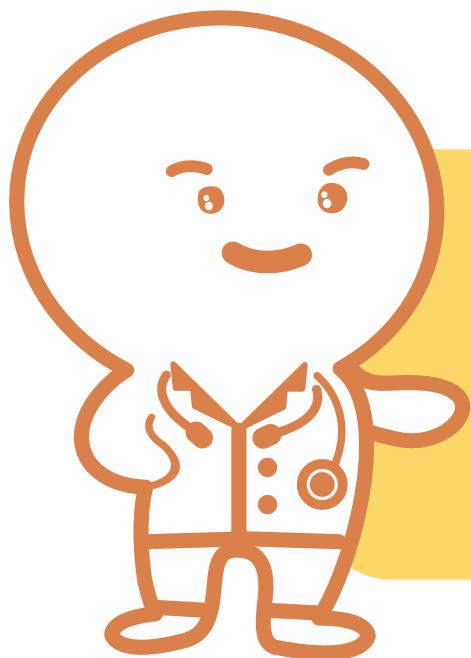
我得了  
**尿毒症**

我該選擇哪一種  
**透析方式**



# 我得了尿毒症， 我該選擇哪一種透析方式？

當醫師診斷您得了尿毒症(已經需要長期洗腎)時，您心中一定充滿了擔憂、無助、惶恐，也不知道要選擇哪一種的替代療法(例如：血液透析、腹膜透析或是腎臟移植)；這份表單將帶領您了解疾病及治療方式：



- ★認識尿毒症(末期腎臟病)
- ★認識治療方式：血液透析  
、腹膜透析、腎臟移植

請您跟著我們一起來瞭解自己的需求，我們將盡最大力量協助您、陪伴您，期望能幫助您找到適合自己的治療方式。有任何疑問都可以隨時跟您的醫療團隊提出諮詢。

# 尿毒症治療方式 適用的對象及狀況？

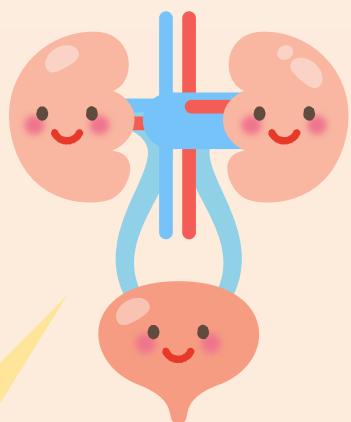
適用  
對象▶

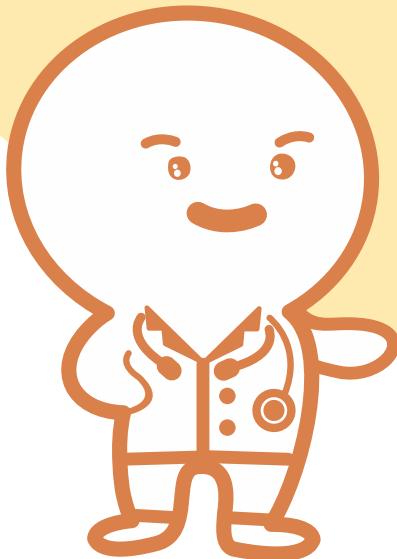
第四、五期末期  
腎臟病患者

適用  
狀況▶

腎臟功能只剩不到15%，無法正常代謝及維持體液平衡，會出現尿毒症的症狀。

腎臟位於後腰部脊椎兩側，也就是在最後一根肋骨（第十二根）與脊椎相接的夾角地區。





# 認識腎臟功能

排毒▶

排泄體內多餘廢物（如尿素、尿酸等）、藥物或有毒物質。

造血  
作用▶

腎臟可分泌紅血球生成激素，刺激骨髓製造紅血球。

調節  
血壓▶

腎臟可分泌賀爾蒙來調節血壓。

活化  
維生素D▶

腎臟可活化維生素D，促進鈣質吸收，維持骨骼之正常構造。

# 慢性腎臟病 的病程進展



	第一期	第二期	第三期	第四期	第五期
分期	腎功能正常但出現蛋白尿或血尿	腎功能輕微下降	腎功能中度下降	腎功能重度下降	腎衰竭(尿毒症)
腎絲球濾過率GFR (ml/min/1.73m <sup>2</sup> )	≥90	89-60	59-30	29-15	<15
腎臟功能	有正常人的60%以上		只有正常人的15-59%		只剩不到15%
臨床症狀	少有臨床症狀。但可經由尿液或血液檢查得知有血尿、蛋白尿或腎功能異常。		可能會有泡沫尿、水腫、高血壓、貧血和倦怠等症狀。		食慾不振、嘔吐、營養不良、心衰竭、肺水腫、走路呼吸急促、意識障礙。

# 尿毒症疾病介紹



## 什麼是尿毒症？

當腎臟功能只剩下不到正常人的十分之一時，體內的代謝廢物和水份無法被腎臟有效地排除，導致毒素和水份滯留在體內所引發的一種病症。



## 尿毒症有哪些症狀？

當腎臟功能只剩下不到正常人的十分之一時，體內的代謝廢物和水份無法被腎臟有效地排除，導致毒素和水份滯留在體內所引發的一種病症。

### 神經系統

疲倦、頭痛、頭暈、無力、抽筋、思睡、注意力及記憶力減退。

### 心血管系統

呼吸困難、全身水腫、尿量減少、肺臟積水、心包膜積水、高血壓、心臟衰竭。

### 腸胃系統

噁心、嘔吐、食慾不振、打嗝、口腔有氨味、胃腸出血、便秘、腹瀉。

### 血液系統

貧血、出血傾向、免疫機能變差。

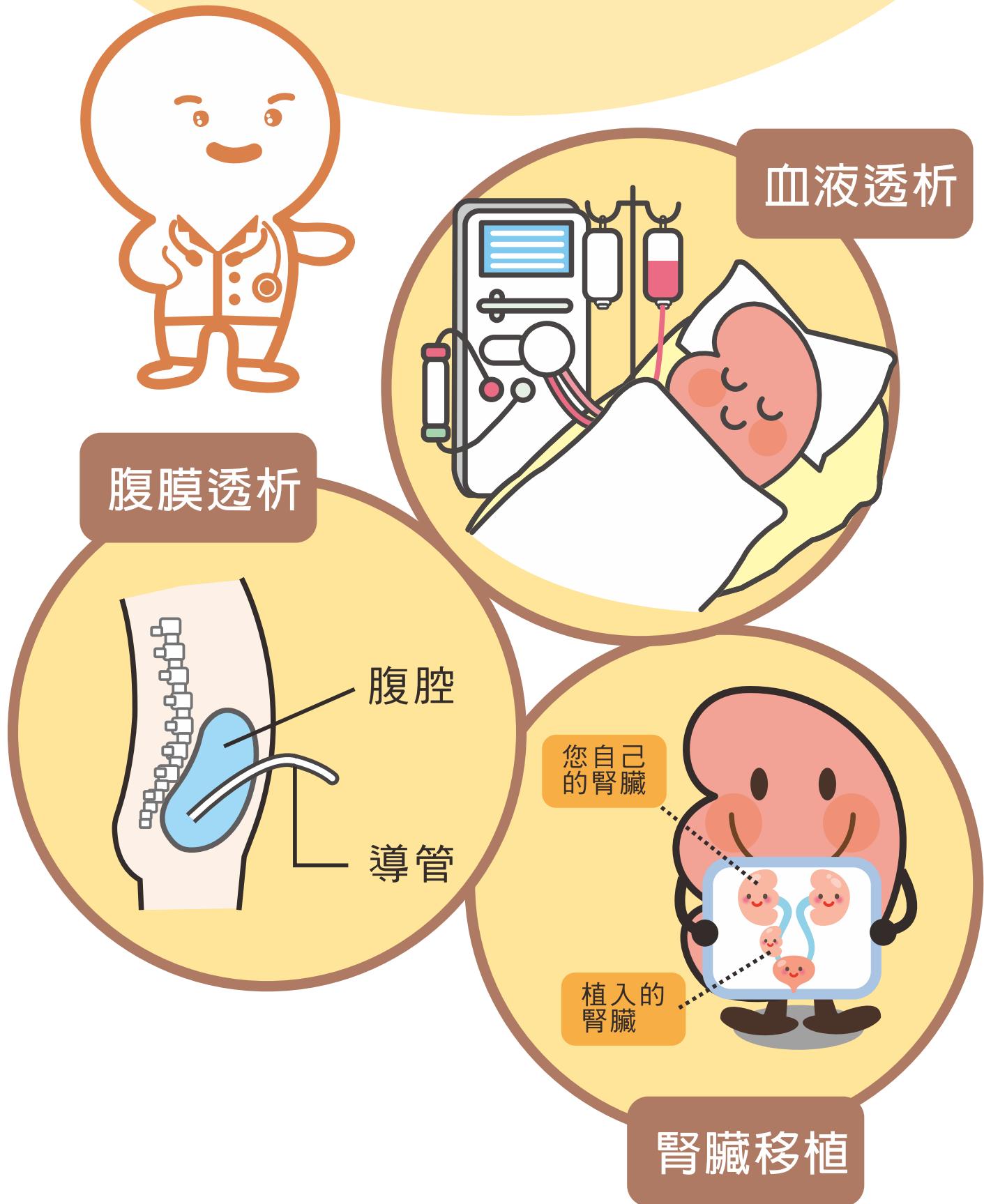
### 皮膚系統

皮膚搔癢、膚色變深。

### 泌尿道系統

頻尿(尤其夜間易發生)，尿量減少；小便帶血或白色帶泡(可能有蛋白尿)。

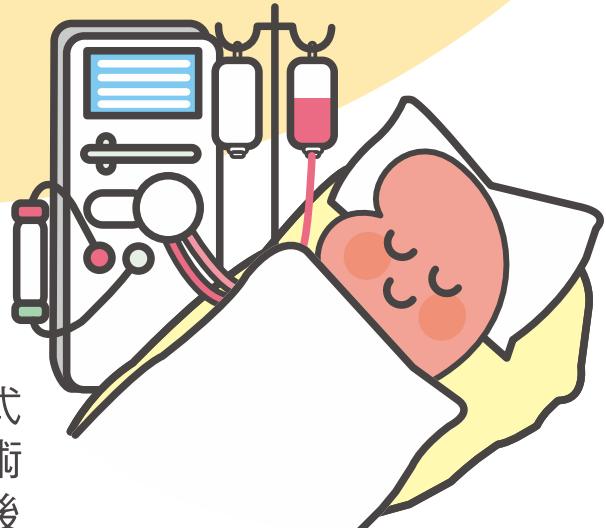
# 尿毒症的治療方式



# 醫療選項介紹

## 血液透析是什麼

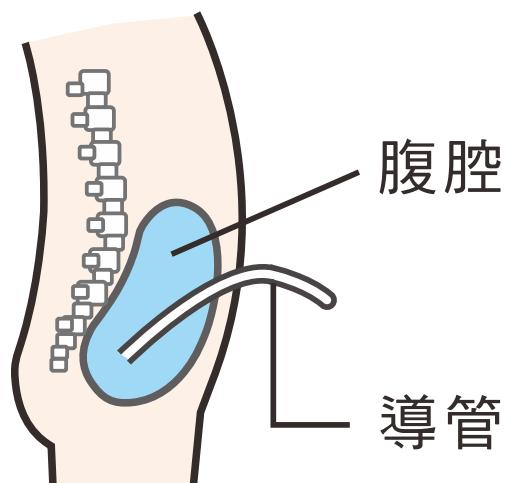
血液透析指的是應用體外循環的方式來進行血液進化，必須先由外科手術建立動靜脈瘻管，經過一至三個月後才可進行透析治療。治療時在瘻管處插入兩支針頭，血液由其中一支針頭流向體外，進入人工腎臟，將身體的「毒素」和水分移除，淨化後的血液再由另一支針頭流回體內。每週需要回醫院的血液透析室進行3次的治療，每次需要4小時。因為血液透析無法像正常腎臟般連續性的清除血中廢物，所以病人在飲食上必須有所限制，尤其需要嚴格限制鹽分、水分及鉀離子的攝取。



## 腹膜透析是什麼

腹膜是腹腔內一層包覆在內臟器官的薄膜，有豐富的微血管分佈。腹膜透析就是利用腹膜作為過濾、排除體內水分及廢物的一種方式。

執行腹膜透析前，需要先在您的肚子(腹腔)植入一條永久性的導管，經由導管將透析液灌入腹腔存留一段時間，以腹膜作為透析的半透膜，將體內廢物及水分移除至腹腔內的透析液中，再引流出來。換液的技術，護理人員會不斷給予教導與重複練習，讓您可以獨立執行居家腹膜透析治療。

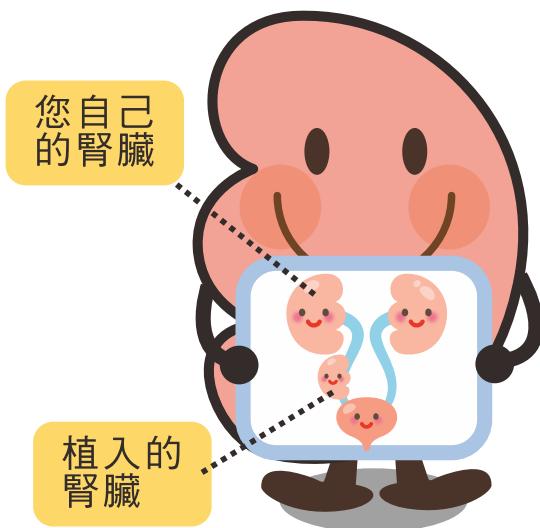


但是～腹部若曾有大手術、使用人工肛門、腹膜功能不良、無法自我照顧者，則不建議採用腹膜透析。

# 醫療選項介紹

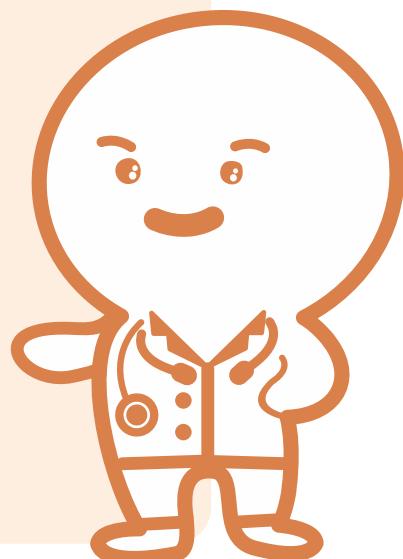
## 腎臟移植是什麼

就是俗稱的「換腎」，這是讓病人最接近原有生活的治療方式。由腹部開刀，原有的腎臟不會摘除，而是在患者體內植入另一個健康的腎臟，代替原有已損壞的腎臟功能。

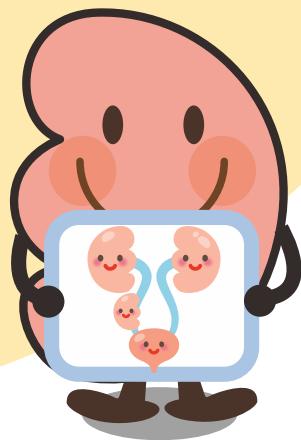


### ⚠ 受腎者必須具備之條件：

1. 年齡在10~65歲之間的末期尿毒症患者。
2. 除了原發性腎疾外無其他嚴重性疾病如癌症、活動性感染或先天性泌尿系統異常。
3. 能完全瞭解移植的成功率、危險性、合併症等，並自願接受移植手術及承擔一切後果和手術後的自我照顧。
4. 膀胱及尿道正常。



# 移植腎臟的來源



腎臟移植可由五等親內捐贈或是腦死病患的腎臟捐贈。需先抽血做組織配對，相合後才能進行移植手術。

## 捐腎者方面

來自於活體親屬捐贈	來自於腦死者之捐贈
<p>捐贈者須具備的條件：</p> <ol style="list-style-type: none"><li>必須是受腎者家屬的一員，包括父、母、子、女、兄、弟、姐、妹。</li><li>年齡在20~60歲之間的健康成人。</li><li>兩個腎臟功能皆正常。</li><li>無糖尿病、高血壓等疾病，或患癌症的病史（腦瘤除外）。</li><li>自願捐出腎臟，而且動機單純。</li></ol>	<p>病危病人的捐腎者也必須具有以下的條件：</p> <ol style="list-style-type: none"><li>年齡在1~60歲之間的病危病人。</li><li>在腦死前腎功能正常。</li><li>沒有惡性腫瘤、傳染性疾病或動脈硬化、高血壓、糖尿病等疾病（腦瘤除外）。</li><li>必須經捐腎病人或其家屬之同意。</li></ol>
如果是健康親屬捐贈，一年的手術成功率为50~90%。	若是由無親屬關係的病危病人捐贈，則成功率為60~85%

移植患者需長期服用抗排斥藥物。在尚未接受腎臟移植前，患者仍須接受透析治療以維持正常生理功能，而腹膜透析可以保持較佳的生理狀況及殘餘腎功能，以準備接受換腎手術。



您目前比較想要  
選擇的方式是....

腹膜透析

血液透析

腎臟移植

目前  
還不清楚

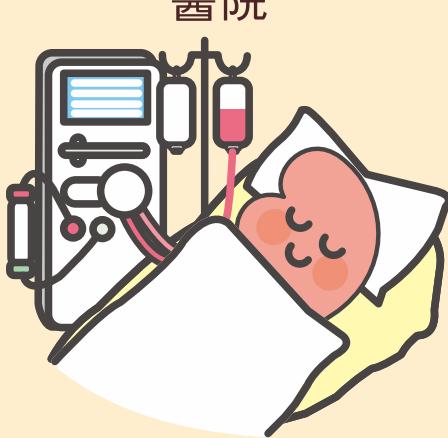


為了讓您更確定自己的選擇，

透過以下的 **4** 個步驟讓我們來幫助您做決定

**步驟 1** 比較每個選項的優點、缺點、風險、副作用(併發症)、可能的費用。

## ●治療的方便性

透析比較	血液透析(洗腰子)	腹膜透析(洗肚子)
執行者	護理人員	自己或照顧者
場所	醫院 	住家或工作場所 乾淨的空間 
透析時間	每兩天到醫院透析一次 每週三次，每次4~6小時 【受限於醫院透析時間表】	每天4~5次換液 每次約20~30分鐘 一個月才回診一次 【可自行調配換液時間】
方法	【須扎兩針，體外透析】 在動靜脈管上扎入兩根針管，一根將血液抽出體外接人工腎臟機器進行血液淨化，另一根針把淨化後的血液注回體內。	【免扎針，體內透析】 藥水經導管注入腹腔留置4~6小時以淨化血液，再將腹中的藥水引流出來，再注入一袋新鮮藥水留置4~6小時(重覆4~6次)。

## ●身體形象的改變

透析比較	血液透析(洗腰子)	腹膜透析(洗肚子)
透析通路	<p><b>自體動靜脈瘻管</b> 病人必需預先接受手術，將一條動脈血管與一條靜脈血管以開刀方式接合。</p>	<p><b>腹膜透析導管</b> 病人必需預先接受手術，將一條特別的導管植入腹腔內。這根導管是提供透析液進入腹腔的通路。</p>

## ●生活品質與飲食限制

透析比較	血液透析(洗腰子)	腹膜透析(洗肚子)
生活品質	較低	較高
飲食限制	<ul style="list-style-type: none"> <li>●限鉀、磷、鹽和水份</li> <li>●蛋白質適度(<math>1.0 \sim 1.2 \text{gm/kg}</math>)</li> <li>●不限糖分(糖尿病除外)</li> </ul> <p><b>【較嚴格限制】</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●食物、引水比較自由</li> <li>●鼓勵較高蛋白質飲食(<math>1.2 \sim 1.5 \text{gm/kg}</math>)</li> </ul> <p><b>【不需嚴格限制】</b></p>
血壓	透析前後血壓變異大	持續緩慢脫水， 血壓平穩

## ●治療過程中的疼痛程度及可能的後遺症

透析比較	血液透析(洗腰子)	腹膜透析(洗肚子)
透析前不舒服	因毒素堆積，可能會感到不舒服	較少
透析中扎針	需要，2次	不需要 【適合血管細小或心臟不好的人】
透析中/後不舒服	因水分與毒素快速移除，較易產生不適如：頭痛、抽筋等。	因水分與毒素平穩的移除因此較無不舒服情形。
可能合併症	腎性骨病變、心血管疾病、腎性貧血、皮膚搔癢、透析不平衡症候群、動靜脈管阻塞。	腹膜炎、疝氣、陰部及腹壁水腫、背痛、營養不良、骨骼病變、脂質代謝異常、低鉀血症。
感染可能性	血液感染可能性較高	血液感染機會低，但有感染腹膜炎可能。
注意事項	廈管是將動脈、靜脈連接起來的對外通路，相當脆弱，萬一破裂，出血量每分鐘可達500cc，3分鐘內就可能會休克。	

## ●對腎臟的影響與治療後的存活率

透析比較	血液透析(洗腰子)	腹膜透析(洗肚子)
殘餘腎功能	殘餘腎功能喪失快	延長保留殘餘腎功能時間
對腎臟傷害	較多	較少
存活率	5年/54.3%，10年/33.8%	5年/55.5%，10年/35%

## ● 經濟考量

不管您是選擇血液透析(洗腰子)或是腹膜透析(洗肚子)，皆不需要額外付費，因為目前健保會支付所有費用。

### 步驟 2 您選擇醫療方式會在意的項目有什麼？ 以及在意的程度為何？

(請圈選下列考量項目，0分代表對您完全不在意，5分代表對您非常在意)

考量項目	完全 不在意	在意程度 →					非常 在意	備註： 如果您非常在意這 件事，建議您可以 考慮選擇的方案
治療的方便性	0	1	2	3	4	5		
透析時間的長短 (對工作的影響)	0	1	2	3	4	5		腹膜透析治療
身體形象的改變	0	1	2	3	4	5		
治療過程中的疼痛程度	0	1	2	3	4	5		腹膜透析治療
生活品質與飲食限制	0	1	2	3	4	5		
手術風險與治療的 後遺症	0	1	2	3	4	5		
治療後對腎臟的影響	0	1	2	3	4	5		腹膜透析治療
怕排不到腎臟器官	0	1	2	3	4	5		

# ► 步驟 3

## 您對醫療選項的認知有多少？

### ● 血液透析治療

1. 選擇血液透析(洗腰子)一週需要到醫院透析三次。

對 不對 不確定

2. 血液透析(洗腰子)就是在手臂上扎針接管子洗腎。

對 不對 不確定

3. 血液透析病人比較容易有血液流失的機會，貧血程度較嚴重。

對 不對 不確定

### ● 腹膜透析治療

1. 選擇腹膜透析(洗肚子)治療，自主性較高，可以盡可能維持原有的生活型態及工作？

對 不對 不確定

2. 接受腹膜透析(洗肚子)，可以維持較久的殘餘腎功能？

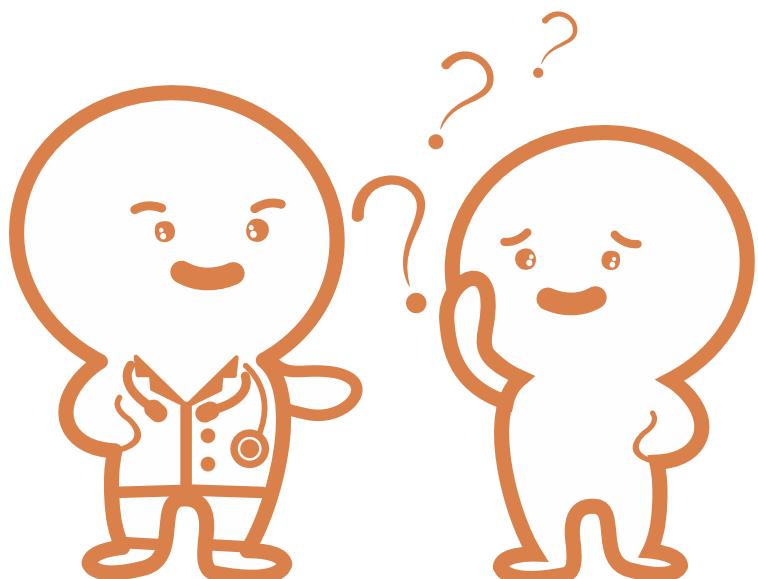
對 不對 不確定

3. 較能依照自己作息來調整治療的是腹膜透析，透析環境也相對有彈性。

對 不對 不確定

4. 除了血液透析或腹膜透析治療以外，還有腎臟移植(換腎)也是另一種治療。

對 不對 不確定

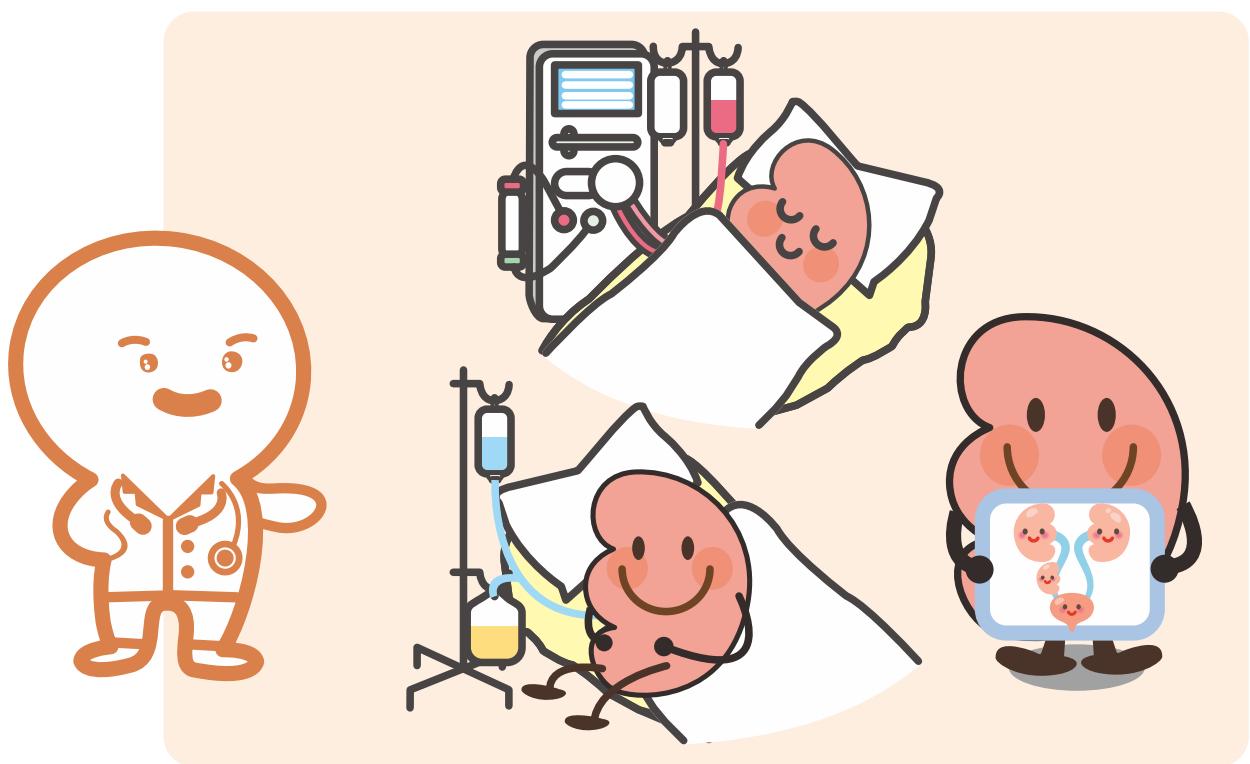


## ► 步驟 4 您現在確認好醫療方式了嗎？

我已經了解相關的知識及建議並可以做決定了嗎？

- 可以
- 血液透析治療
- 腹膜透析治療
- 腎臟移植(等待換腎)
- 不進行任何治療，我想安寧療法，原因：\_\_\_\_\_

- 不可以：
- 我想要再與配偶、家人或朋友討論我的決定。
- 我想要再與我的主治醫師討論我的決定。
- 我的問題：\_\_\_\_\_
- 對於以上治療方式，我想要再瞭解更多，我的問題有：\_\_\_\_\_



# 瞭解更多資訊及資源

如果這份資料仍無法滿足您對疾病以及治療上的疑問，  
您可以參考以下網站：

醫病共享決策平台



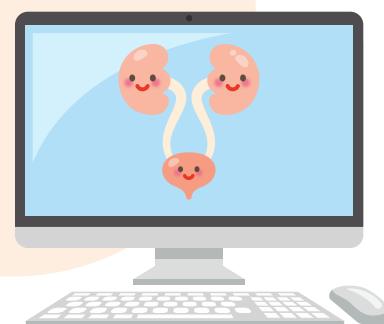
財團法人器官捐贈移植登錄中心

<https://www.torsc.org.tw/index.jsp>

台灣腎臟醫學會

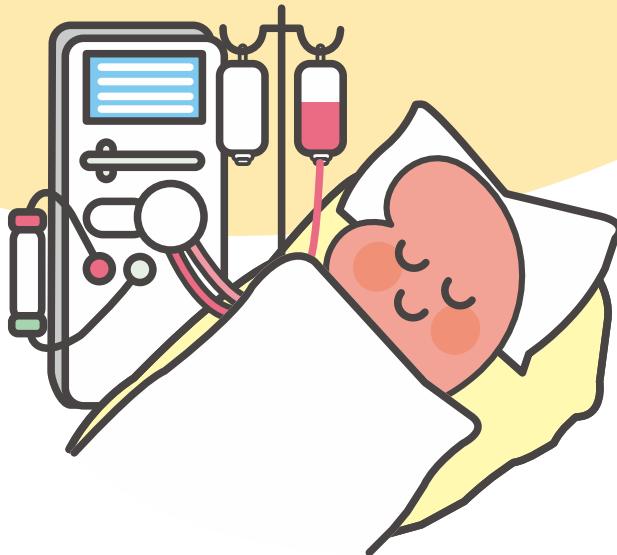


台灣腎臟醫學會(民衆衛教網)



完成以上評估後，請您下次回診時  
攜帶此份結果與您的主治醫師討論。

# 血液透析 Q & A



**Q 洗腎當中可能會有哪些不舒服？**

**A** 血壓下降或上升、噁心、嘔吐、頭暈或頭痛、抽筋、胸悶、胸痛、冒冷汗、皮膚癢、腹痛、背痛。

**Q 洗腎病人可存活多久？**

**A** 基本上沒有極限，每個人差異很大，但關鍵在於良好的照護與病人對於治療計畫的配合，在文獻上存活30~40年都有紀錄過。

**Q 洗腎真的會"黑乾瘦"嗎？**

**A** 以前病人會「黑乾瘦」主要是腎臟負責製造紅血球生成素荷爾蒙分泌減少，身體無法正常產生紅血球，就會貧血；另外，食慾不好也是原因之一。現在醫院對貧血病人都會施打紅血球生成素荷爾蒙，"黑乾瘦"已改善。

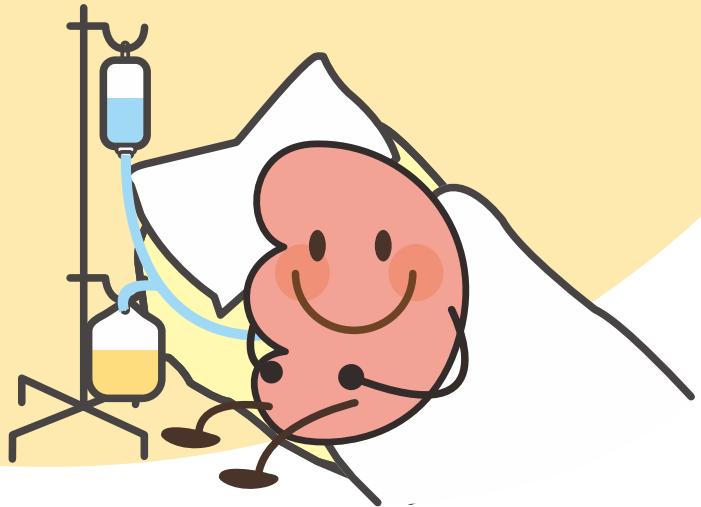
**Q 洗腎會傳染嗎？**

**A** 不會，洗腎是慢性病，不是傳染病。

**Q 我有計畫出國玩，能在國外進行透析治療嗎？**

**A** 可藉由本院腎臟科醫師開立透析摘要，並透過旅行社協助至國外相關醫療機構詢問並安排透析事宜。

# 腹膜透析 Q & A



**Q 我沒讀過什麼書，手腳也不是很靈活，想選擇腹膜透析又怕學不來，怎麼辦？**

**A** 腹膜透析操作學習起來並不困難，有七十歲的腎友仍每天自行換藥水，不識字也沒問題。大部分腎友在適當教導下，大約五天就能上手，而換一次藥水含事前準備及事後紀錄，大概三十分鐘左右。若在選擇透析方式時仍有疑慮，可以請醫師幫您安排至腹膜透析室，我們有模擬圍裙，可以掛在身上試做，也可以請熱心腎友現身說法，解除您的疑慮。

**Q 腹膜透析，肚子有導管，那要怎麼洗澡？可以游泳或泡溫泉嗎？**

**A** 做腹膜透析的腎友，不建議泡澡或泡溫泉，最好用淋浴。我們會教導腎友使用一種人工肛門袋，在洗澡前貼在導管出口處，可以達到防水的效果，洗澡沒有問題，如果真有游泳習慣，也是用同樣的方法來保護導管。

**Q 如果選擇腹膜透析，常常要換藥水，那居家環境有沒有什麼限制？**

**A** 換藥水沒有特別的空間限制，一般的房間、辦公室甚至車上都可以換藥水，環境盡量保持乾淨，換藥水時必須關閉門窗並停掉空調，避免閒雜人等進出，以防止空氣流動造成灰塵飛揚，污染管子而造成感染。另外家裡必須有置放藥水的空間。

**Q 我想選擇腹膜透析，可是聽別人說很容易得腹膜炎，非常危險，是真的嗎？**

**A** 只要確實遵照醫護人員指示操作換藥水的步驟，感染腹膜炎的機會是相當低的。根據統計，一般一個腎友平均六年以上才會感染一次腹膜炎，而且腹膜炎經過適當的治療，大部分都會痊癒。飛揚，污染管子而造成感染。另外家裡必須有置放藥水的空間。

**Q 既然腹膜透析有那麼多好處，有哪些人不適合做腹膜透析呢？**

**A** 腹膜透析是利用腹膜來做透析，所以如果曾動過腹部大型手術，造成腹膜損失或沾黏，或有活動性腸疾導致腹膜功能不佳，則不適合做腹膜透析。腹膜透析特別適合出門不易、行動不便，或居住偏遠地區，不喜歡到醫院或怕痛的患者。