

腎臟做哪些事情？

1. 排泄體內廢物

血液中的廢物是由吃進人體的食物代謝形成或是由肌肉活動與新陳代謝所產生，這些廢物由腎臟過濾後由尿液排除。

2. 調節水分

腎臟每天過濾液體約**160-190**公升，其中大部分皆回收體內，僅**1~2**公升形成尿液離開身體。



腎臟做哪些事情？

3.調節酸鹼度、維持體液電解質的平衡

維持人體鈣、磷、鈉、鉀等電解質平衡及調節身體代謝所產生的酸，若腎功能變差，排酸能力減少，容易造成酸中毒。

4.分泌荷爾蒙

- 1.分泌腎素—控制血壓
- 2.分泌紅血球生成素-製造紅血球
- 3.活性維生素D-保持骨頭的密度與健康