

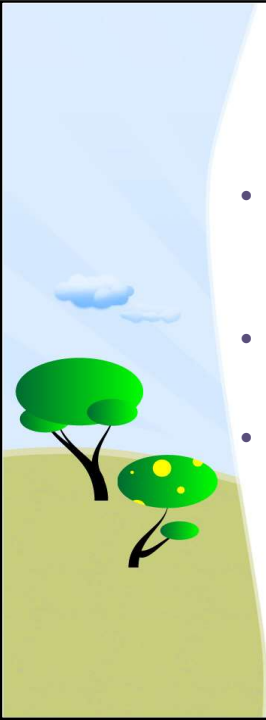
末期腎臟病 治療選擇

台北市立關渡醫院腎臟科



為什麼要洗腎

- 當腎功能下降至正常值15%以下，也就是腎指數 (eGFR)約15分時，定義為第5期/末期腎臟病。
- 您可能逐漸浮現尿毒症狀，包括：食慾不振、噁心、嘔吐、皮膚搔癢、臉部及四肢水腫、口腔尿騷味、疲倦、喘不過氣....等
- 此時須「洗腎」來移除尿毒素與多餘水分，改善體內酸鹼值與電解質失調。
- 洗腎不僅改善症狀，更是延續生命的方法。



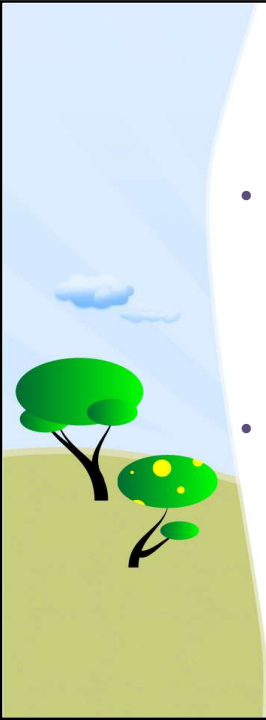
透析方式：血液透析

- 俗稱「洗腎」，利用機器將血抽出後，流經「人工腎臟」以濾除其廢物及水份，再將處理過的血液送回體內。
- 每週需至醫院進行3次治療，每次時間為4~5小時。
- 選擇血液透析必須有良好的血管通路，以便抽取足量血液進行。



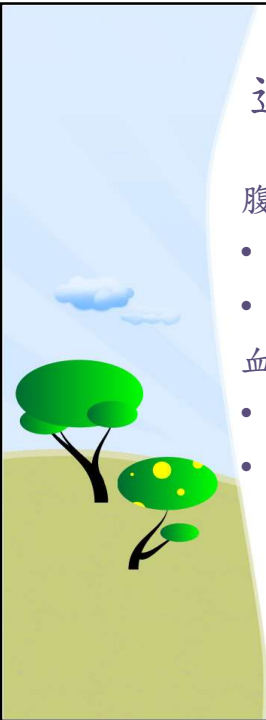
透析方式：腹膜透析

- 俗稱「洗肚子」，藉由導管將透析液灌入肚子，利用自身腹膜作為半透膜，析除體內過多的水份及代謝廢物。
- 引流及灌進透析液的腹膜導管是外科醫師用手術植入腹腔。
- 您不用到醫院，只要在家中或適當場所，一天自行操作4~5次換液，每次換液約20~30分鐘。



透析方式：腹膜透析

- 每次換液時，先將腹腔內放到已飽含廢物的透析液引流出來，再灌入新鮮透析液，新鮮透析液在腹腔內停留4~6小時，進行廢物清除後，才需再進行下次換液。
- 透析液留置的這段期間，您可以上班、上學、從事家事或其他輕便活動等。



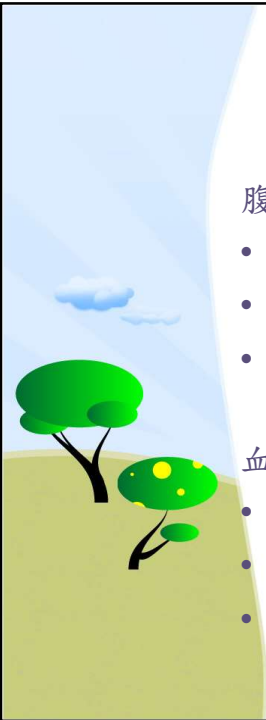
透析方式比較：人員場地

腹膜透析

- 本人或家屬操作
- 住家，或工作場所乾淨的空間

血液透析

- 醫護人員操作
- 醫療院所的血液透析室



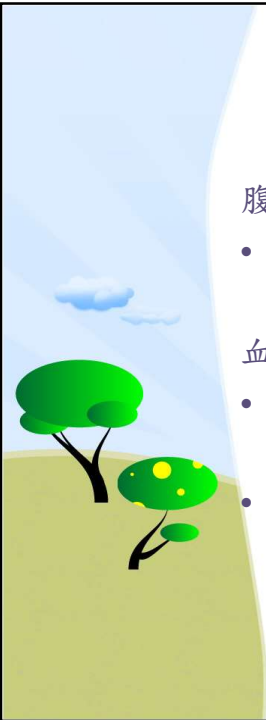
透析方式比較：時間

腹膜透析

- 每日執行4~5次換液
- 每次換液約需20~30分鐘
- 依自己作息彈性調整（但每日換液不可偷懶而少於4次）

血液透析

- 每週三次治療（週135或週246）
- 每次透析時間約4~5小時
- 依照醫院安排的固定時間



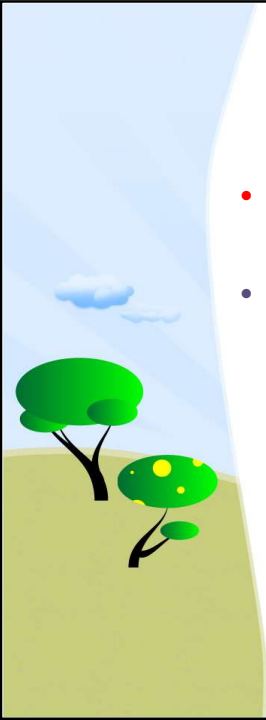
透析方式比較：清除

腹膜透析

- 24小時緩慢持續清除多餘水分與毒素，血壓比較平穩。

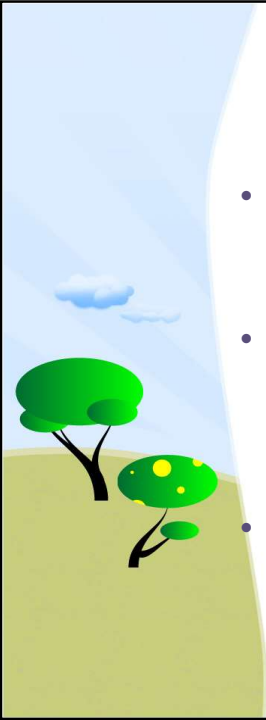
血液透析

- 4小時快速移除兩三天累積的水分與毒素，容易有血壓與滲透壓的變動。
- 洗腎前常血壓偏高，洗腎後易偏低。



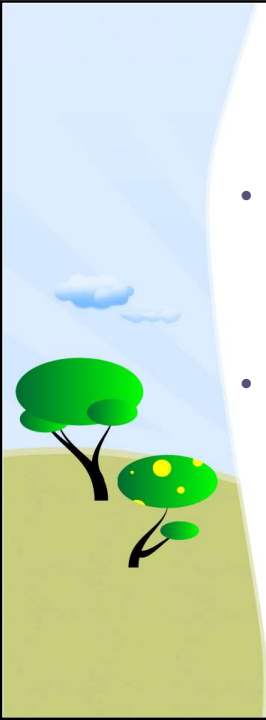
如何選擇透析方式

- 以存活率而言，腹膜透析與血液透析之間沒有明顯差異。
- 如何選擇全看您的個人取捨；影響選擇的因素包括：
 - ★個人生活型態
 - 須上班上學可選腹膜透析
 - 愛游泳泡澡可選血液透析
 - ★自理/自我照顧能力
 - ★就醫的便利性/交通接送
 - ★家庭/個人價值觀



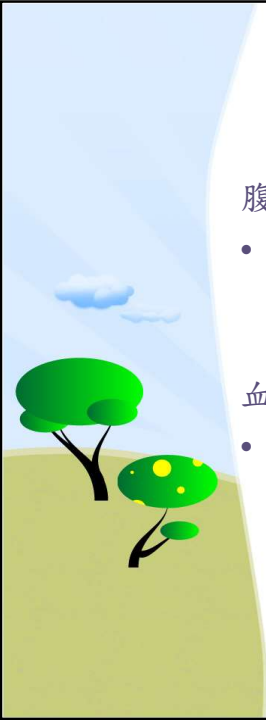
如何選擇透析方式

- 如果您是學生、上班族、未來想接受腎臟移植，或行動不便家中有專人照護者，腹膜透析是最佳的選擇。
- 如果您有糖尿病，但血清白蛋白 ≥ 3.5 ，糖化血色素 $\leq 7\%$ ，壞膽固醇(LDL) ≤ 100 ，沒有冠心病，仍有殘餘腎功能，建議您優先考慮腹膜透析。
- 如果您自我照顧能力不佳，家人又沒辦法協助您洗肚子，請考慮血液透析。



如何選擇透析方式

- 整體而言，腹膜透析的時間安排比較有彈性，沒有扎針痛苦，且保有較久的殘餘腎功能（排尿），所以有較佳的生活品質。
- 若透析治療前接受衛教並有自由選擇的機會，則約有45 %的病人會選擇腹膜透析。



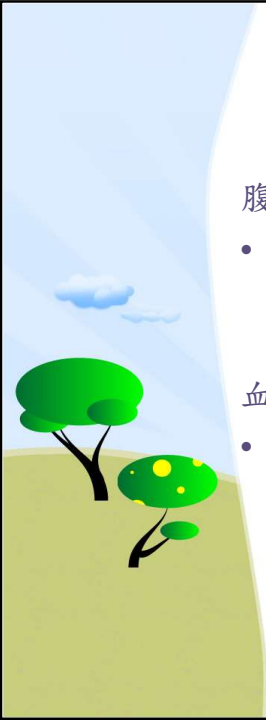
透析飲食比較：醣類

腹膜透析

- 利用葡萄糖液進行滲透，需調整澱粉主食類（如：米飯、麵條、麵包等）及水果等醣類食物的攝取。

血液透析

- 依照生活型態和活動量的需求攝取



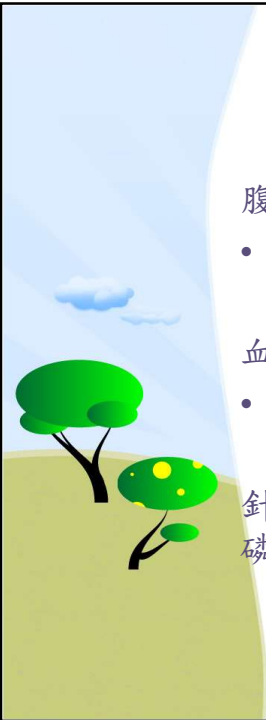
透析飲食比較：蛋白質

腹膜透析

- 透析液會將濾出部分的蛋白質（約8～12公克），飲食上比血液透析需要更多蛋白質攝取量。

血液透析

- 依照飲食建議攝取適量的肉、魚、黃豆製品、蛋等高生物價蛋白質食物。



透析飲食比較：鉀／磷

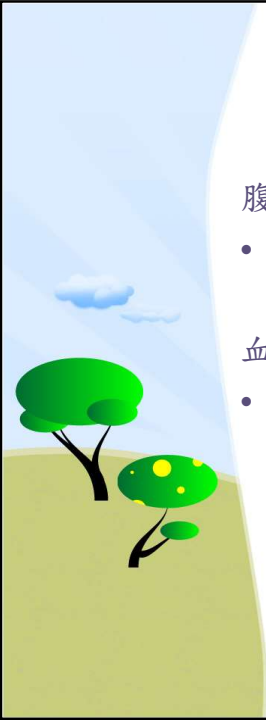
腹膜透析

- 血鉀通常偏低，所以蔬菜類不需要特別川燙。

血液透析

- 血鉀容易偏高，必要時須川燙蔬菜類，避免喝菜湯，不要湯汁拌飯。

針對血磷，兩種透析方式皆同樣要做高磷的食物限制。



透析飲食比較：水分

腹膜透析

- 每天分段進行3~4次的換液，水份控制比較寬鬆。

血液透析

- 限制比較嚴格，兩次透析間不可超過乾體重的5%，避免累積過多水分，造成洗腎不舒服。



參考資料

- 腎臟與透析(2022)，34(3)，142-145。
- Am J Kidney Dis. 2021 Oct; 78(4):489-500.
- 腎臟與透析(2021)，33(4)，164-167。
- 醫療品質(2020)，8(2)，62-73。
- 內科學誌(2019)，30(2)，86-95。