

北醫附醫建議慢性腎臟病患者選擇合適的替代療法，重拾健康人生！

據統計，臺灣慢性腎臟病的人口約占 9~12% 左右，即 20 歲以上成人中，每 10 位就有 1 位患有慢性腎臟疾病。尤其高血壓、高血糖、高血脂的三高民眾罹患腎臟病的機率更是非三高患者的 1.7~2.4 倍，更至導致末期腎病須終身洗腎的主要原因。



臺灣每年新增 2~3 萬名初期慢性腎臟病患者，患者初期的照護至關重要，應避免迷信偏方和尋求草藥治療，謹慎使用成藥和止痛藥，特別是可能影響腎臟功能的藥物，並按照醫師的建議，定期追蹤腎臟功能以延緩疾病進展。

不幸的是，每年仍有數千人會進展到末期腎臟病，須尋求腎臟替代療法，例如洗腎方仍維持生命。目前臺灣洗腎人口已超過 9 萬人，且每年洗腎患者數量以驚人的速度增加，洗腎盛行率高居全球第一。當病程發展至洗腎階段，為維持生命及生活品質，絕多數病人必需依個人的身體狀況、生活方式和個人偏好，選擇血液透析或腹膜透析。但事實上，還有一種可以脫離定期洗腎恢復健康的方式，即是腎臟移植。【左圖：臺北醫學大學附設醫院內科主任暨腎臟內科陳錫賢醫師】

腎臟移植是腎衰竭病患的一個重要選擇，移植的腎臟可以來自 5 等親屬（活體）或腦、心死捐贈者（大愛）。比起血液透析或腹膜透析，腎臟移植更可以改善生活質量，較少限制飲食，長期存活率較高。對於多數透析患者來說，它可以是最佳的治療方式，它的優缺點如下。

優點：

1. 高存活率：成功的腎臟移植可以使患者免除透析的必要，並且比腹膜透析或血液透析更有效地治療腎衰。成功移植的一顆腎臟能夠提供比透析多 10 倍的功能。
2. 生活質量提升：與透析患者相比，接受腎臟移植的患者所受的限制更少，生活質量更高。大多數患者在接受腎臟移植後感覺更有體力。

缺點：

1. 抗排斥藥物：腎臟移植後，患者需要終身服用抗排斥藥物。這些藥物可能引發併發症，如感染、高血壓、高血糖、高血脂和腫瘤。
2. 手術風險：腎臟移植手術雖然基本上是安全的，但仍可能伴隨一些併發症，包括出血、肺炎、尿路感染、傷口問題。此外，原本心肺功能不良者可能術後面臨較高心肺衰竭風險。

所以有意願等待腎移植的患者需要特別注意以下事項：

1. 保持健康生活方式：在等待腎移植期間，一定要規則透析治療，保持適度的運動、均衡的飲食、戒菸和限制酒精攝入。
2. 遵循醫生的建議：定期接受醫生的門診追蹤，尤其是心臟功能檢查。醫生會根據您的病情調整治療方案。
3. 避免感染：腎臟移植患者的免疫系統較弱，容易感染。避免接觸有感染風險的環境，保持良好的個人衛生。
4. 心理支持：等待腎移植可能是一個長期的過程，對患者和家人來說都是一個心理壓力。尋求心理支持，與家人和朋友交流，可以幫助您度過這段時間。



5.了解腎臟移植過程：瞭解腎臟移植的過程，包括手術、康復和後續的護理，將有助於做好準備。【右圖：腎臟移植是腎衰竭病患的一個重要選擇】

腎臟移植是一個重要的治療方法，患者應該在醫生的指導下做出選擇。雖然它是一個重大手術，然而臺灣腎臟移植技術已相當成熟，接受腎臟移植 5 年後，患者存活率高達 93%。超過半數的移植腎者可以存活 15~20 年以上。

鑑於腎臟移植是末期腎病的重要選項，它可以改善患者的生活，並提高存活率，臺北醫學大學特成立移植中心，領導並聯合北醫附醫、萬芳及雙和醫學中心 3 家醫院的專家，於 2023 年完成了 32 例的腎臟移植，包括了腦死捐贈、心死捐贈 親屬捐贈，甚至洗腎前腎臟移植（Pre-empty Transplantation），這些大愛的故事，讓我們感受到生命的價值和無私的愛心，更讓許多人得以重新站在陽光下，享受美好的明天。隨著本院移植團隊的持續壯大，我們將加強宣導，鼓勵器官捐贈，以滿足等待腎臟移植的需求。（文/陳錫賢，北醫附醫內科部主任暨腎臟內科主治醫師）