



腎臟科衛教系列(1)－第一、二期慢性腎臟病

此階段病人腎功能為正常人的 60~90%，但合併有蛋白尿、血尿等症狀或超音波異常。

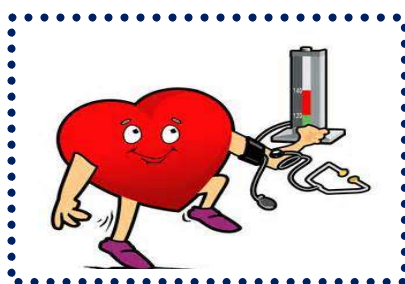
常見症狀

此階段不會有明顯的症狀，因為沒有明顯症狀而忽略及早治療，初期腎臟病可由尿液、血液或病理組織檢查來正確診斷出病因，若能得到好的治療，病情可獲得控制。

疾病控制



血糖控制



血壓控制



血脂控制



尿酸控制



預防感染



持續追蹤與治療

自我照護之注意事項

1. 飲食調整

均衡飲食，勿吃太鹹或醃製類加工食品，避免暴飲暴食以延緩腎功能惡化

2. 運動與良好生活習慣

每週運動五次，每次 30 分鐘。養成不抽菸、不酗酒、不熬夜的生活習慣

3. 勿信廣告成藥、偏方草藥及濫用消炎止痛藥

自作主張購買成藥或來路不明藥物將導致腎臟功能惡化

