

近期相關之醫療資訊 104



國 內
郵 資 已 付

台北郵局許可證
台北字第4663號

(無法投遞請退回)



發行人：陳國和
編輯：劉幼玲
出版日：中華民國106年9月15日
發行所：財團法人中華民國腎臟基金會

發行地：104台北市中山區松江路68號10樓
電話：(02)2562-2062 傳真：(02)2531-8940
網址：<http://www.kidney.org.tw>
(台北雜字第1292號執照登記為雜誌交寄)



本基金會非醫療機構，有關資訊僅供參考。
相關報載（醫療）資訊等問題，請務必洽詢
專業醫療機構/人員或衛生單位。

鹼性離子水顧身體？腎臟病患者不宜飲用



2017年8月3日 記者范詩敏／報導



喝水除了生津止渴，更有業者標榜「鹼性」、「離子」水，對消除疲勞、平衡酸性體質大有好處。消基會隨機在大台北地區量販店、超市、便利商店等地，採樣8件包裝水進行酸鹼值、硬度、元素檢驗，建議腎臟病患選購前最好先看清標示。

在酸鹼值檢測中，所有樣品介於7.3~9.5不等，業者標示的酸鹼值與實測值相符，其中統一PH9.0鹼性離子水、舒跑鹼性離子水、台塩海洋鹼性離子水、地中海鹼性離子水(包裝飲用水)等4件樣品的pH值較高。

近年來，廣告大肆訴求鹼性離子水能消除自由基，可改善體質，甚至治療多種疾病等。事實上，鹼性離子水有實質功能性，仍欠科學依據，且人體胃液和血液能緩衝溶液，並不會受飲入少量的鹼性水而有所改變。

至於飲用水的硬度，是指含有鈣和鎂等礦物質的水，適量的硬度含量對健康有正向影響。這次測試硬度值介於1~90 mg/L之間，以味丹多喝水微鹼性竹炭離子水硬度最高(61~90 mg/L)；舒跑鹼性離子水、台塩海洋鹼性離子水、地中海鹼性離子水、鹼性離子水、悅氏Light鹼性水，實測值介於1~30 mg/L，意味著硬度偏低。

進一步分析元素，悅氏Light鹼性水未檢出鈣、鉀；地中海鹼性離子水未驗出鈣、鎂、鉀。而美國環保署針對水腫、心血管疾病、腎臟病患等限制鈉攝入量的人，限定飲用水中鈉的量為20 mg/L (ppm)，本次8件樣品鈉的檢出量皆小於20 ppm，但有水腫或須限鈉的消費者，在購買飲用水前一定要先檢視營養標示。

消基會表示，礦泉水裡的微量礦物質可供人體利用。正常情況下若礦物過多，腎臟可以排除，但若量大到腎臟無法排除，可能會在腎臟形成結晶沈澱，久而久之就變成結石，因此腎功能不佳或是正在進行腎功能治療的消費者，應酌量飲用。目前國內包裝飲用水屬免標出營養標示，和WHO所建議的不一致，因此建議食藥署應規定瓶裝水和包裝飲用水，須標示礦物質營養物，以利消費者選購參考。

國內C肝患者高達40~50萬人，其中不少合併慢性腎臟疾病，甚至必須終身洗腎，台灣一項研究發現，與一般人相較，C肝患者罹患慢性腎臟病機率高出1.75倍。醫師呼籲，患者應該把握健保給付口服新藥，有機會治癒C肝，既能救肝、救腎、救器官。

能清除C肝病毒 恐合併腎臟病 為什麼C肝患者罹患慢性腎臟病機率高？高雄長庚紀念醫院胃腸肝膽科教授胡琮輝表示，C型肝炎容易誘發自體免疫的抗體，例如類風濕性關節炎因子（RA），也會誘發冷凝血症，使得全身產生類似血管炎的症狀，以致抗原抗體的免疫複合物沉積在腎小管，進而傷害腎臟。如果未能清除肝炎病毒，這群患者合併腎疾的風險加劇。對於腎臟功能不佳，甚至到了洗腎階段的C肝患者來說，過去想要清除體內C肝病毒，可說一條漫長、艱辛的路。

傳統干擾素合併雷巴威林等治療藥物，嚴格考驗著腎臟功能低下的C肝患者的體力與意志力，因為副作用強，所幸，C肝口服新藥問世後，患者重燃治癒希望，已有不少洗腎的C肝患者在完成療程之後，順利清除體內病毒。以二合一C肝口服新藥為例，在日本上市已久，超過4萬5,000名C肝患者服用此藥，一項上市後監測臨床調查針對2,165名患者進行完整安全性分析，結果顯示，安全性極高，無藥物肝毒性致死案例。

【個案分享】：

1名賴太太表示，自己年輕時並未感染C肝病毒，卻在一次內痔手術後，血液篩檢報告發現，自己居然成了C肝患者，懷疑為開刀過程中，輸血導致感染病毒。

因擔心肝硬化、肝癌，賴太太定期回診，接受血液檢查、腹部超音波，不料，103年檢查報告出現異常，肝功能指數超過80，她兒子為急診醫師，建議她接受干擾素治療，但因副作用太強，血小板嚴重低下，只好停藥。為了清除體內病毒，103年初，賴太太肝臟表皮呈現粗糙，即將肝硬化，醫師建議她應該盡快接受治療。在親友介紹下，賴太太遠赴日本肝膽研究中心，以自費方式服用二合一C肝口服新藥。在先生的陪同下，半年來三次造訪日本肝膽研究中心，經過專家評估，服用安全性高的二合一C肝口服新藥，連同旅費、藥費，花了上百萬元，但夫妻兩人仍認為相當值得。

服用C肝口服新藥 仍需監測肝、腎功能

根據日本在口服C肝新藥腎臟安全性方面研究，腎功能低下者與正常腎功能者一致，腎臟功能並未因為用藥而受損。儘管如此，胡琮輝教授表示，為了安全起見，不管有無腎疾，只要是服用口服新藥，回診時，都會監測肝、腎功能，嚴密觀察患者是否出現副作用，如有異樣，就會立即安排住院，調整藥物劑量，甚至停藥。

八旬老翁患疝氣誤信偏方 拖成洗腎病人

NOWnews

2017年8月16日 記者黃珺瑜／台中報導



八旬陳姓老翁誤以為疝氣手術得切除陰囊，一拖十餘年，近百公分大腸小腸掉進陰囊裡，腫成哈密瓜大小，3年多花了50萬元吃偏方，結果吃出慢性腎衰竭，得終身洗腎。台中慈濟醫院一般外科高國堯醫師指出，疝氣治療不必切除陰囊，手術是治癒疝氣的唯一方法，建議及早就醫避免小病拖成大病。

83歲的陳老先生疝氣史長達十餘年，家人勸他看醫師、開刀，他總是說「你不知道啦！」欲言又止的背後，原來是誤以為疝氣手術等於切除陰囊，諱疾忌醫十多年，掉進陰囊的腸子愈多、愈深，便秘問題愈嚴重。他怕開刀，寧可聽信賣藥頻道跟電台偏方，藉青草茶改善便秘、增強體力排毒，還請中藥行抓藥治疝氣，每月花費上萬元，疝氣沒好還長出一身疹子，硬說是排毒，渾然不知已吃出健康未爆彈。

直到5月中旬，陳老先生站不起來也吃不下，抱怨已7天未解便，家人馬上帶他就醫。台中慈濟醫院一般外科高國堯醫師，從電腦斷層檢查確認單純是疝氣，並發現大腸、小腸加起來快100公分，全擠進左邊陰囊，腫成18公分大的哈密瓜形狀，睪丸完全不知道被擠到哪裡去。

詎料，當手術安排好，術前抽血報告竟查出大毛病，陳老先生腎臟功能問題很嚴重，經轉腎臟科，病情已進展為慢性腎衰竭。老先生起初拒絕洗腎，想快回家「吃那些很好的補腎藥」，家人連忙把偏方藥處理掉。老先生洗腎月餘，腎臟功能改善後順利開刀。術後，陳老先生住院4天就出院，腸子都推回腹腔，既沒切除陰囊，也沒想像中的疼痛不適，他再也不提吃偏方的事。

高國堯醫師表示，疝氣通稱「墜腸」，不論幼兒、20或30歲的年輕人、老年人都可能。年輕人的病因可能是腹腔通道先天性閉鎖不全，隨年紀愈大還是沒關好，腸子就可能從裂縫跑出來；年長者則屬功能退化，腹壁變薄，咳嗽、大便，甚至拉單槓出力，有時也會導致通道裂開，造成腹股溝疝氣。高醫師說，男女罹患疝氣比例為十比一，通常症狀不會太痛苦，也沒有立即危險，但如果一直不處理，等腸子推不回去，掉在裡面愈來愈腫，一旦壓力愈高，血液循環出現問題，就有可能造成腸壞死的急症手術，為避免缺血、破裂演變成有致命危機的腹膜炎，還是及早就醫為宜。

「手術是治癒疝氣的唯一方法」，高國堯醫師指出，大部份病人都適用「傷口小且恢復較快」的腹腔鏡手術，陳老先生因長期服用偏方造成腎臟及心臟功能受損，不適合全身麻醉；只能用傳統從腹股溝切開的手術方式，術中將腸子復位後，再用人工網膜做無張力修補。

高血脂的52歲謝先生某日突然感覺左側腰痠，且伴隨噁心想吐、尿急等現象，不僅排尿時左側腰痠加劇，排出的尿液也呈現鮮紅色，就醫後發現患者尿液內有大量紅血球，超音波檢查顯示左側腎水腫、輸尿管擴大，診斷為腎結石併尿路阻塞性腎病變、慢性腎臟病併急性腎臟損傷。

腰腹部無預警劇痛 可能結石在作怪

大千綜合醫院腎臟內科醫師鄭振聲表示，上述個案為尿路結石導致腎臟問題，患者因結石阻塞在腎臟與輸尿管結合處、或是卡在輸尿管，引發內臟神經刺激泌尿道肌肉痙攣，腰腹部無預警出現劇烈絞痛，痛到坐立難安。

防腎結石3件事要注意

鄭振聲醫師表示，腎結石感染及尿路阻塞皆會造成腎功能受損，若能早期發現並治療是可恢復的，但若阻塞時間太久導致腎小管間質腎病，就會逐漸走向腎衰竭的情形，若發生在慢性腎臟病患或合併有尿路感染，則狀況會更，預防腎結石需特別留意下列事項：

1) 攝取足夠水分／

每天足夠的飲水量、每天的排尿量要有1500-2000ml，在充分的尿液排泄及減少泌尿道感染與尿路結石發生率之下，就能降低急性與慢性腎臟病找上門的機會。

2) 慎選機能性食品／

攝取過量的鈣質及維生素D，容易造成尿液中排泄較多的鈣離子，進而增加尿路結石的發生率。由於維生素C在體內代謝之後會轉變為草酸，因此每天若攝取超過400毫克的維生素C，容易導致高草酸尿，形成草酸鈣結石。另外若身體缺乏維生素B6和鎂，體內草酸就會增加，也容易產生草酸鈣結石。

3) 避免一次大量攝取富含草酸的食物／

用餐時應避免同時大量食用草酸含量高的食物，包括：蕃茄、菠菜、芥菜、韭菜、南瓜、地瓜、葡萄、橘子、草莓、豆腐等。另外，生啤酒、茶、可可也應減少攝取。

發燒、發冷沒有及時處理恐致生命危險

鄭振聲醫師表示，如果結石阻塞尿路且合併感染，可能出現發燒、發冷、噁心嘔吐等症狀，容易引發後續腎功能受損或造成菌血症，若忽略症狀、沒有即時處理會導致生命危險。

一瓶藥酒賣4萬 誣洗腎患者

中時電子報
chinanews.com

2017年08月02日 曾百村／基隆報導

藥酒4萬元還沒功效實在太扯！基隆羅姓男子，販售藥酒維生，今年1月找來幫手，前往基隆長庚醫院兜售藥酒，並鎖定郭姓洗腎男子，誣稱藥酒是用金線蓮當藥引，可治療腎病，後來郭男花4萬元買下才發覺受騙，進而提告。檢方調查，涉嫌賣假藥的羅男，平時在暖暖販賣藥酒，今年1月他派盧姓員工，前往醫院兜售藥酒，盧男得知郭男在院內洗腎，便上前搭訕，並表示自己販賣神奇藥酒，具有治療腎臟之奇效，後來被羅男帶回暖暖購買藥酒。之後羅男拿出一甕玻璃瓶，表示裡面裝的就是神奇藥酒「洗腎救星」，更稱是用野生金線蓮當藥引，使得郭男嘖嘖稱奇，並花了4萬元購買，豈料家人得知後，認為藥酒1瓶4萬元太離譜，懷疑郭男遭詐騙，報警提告。警方調查，羅男也未取得醫師執照，同時製造販賣偽藥酒，遭基隆市衛生局到場開罰，而警方則依詐欺、違法藥事法等罪嫌送辦。而該案日前偵結，羅男決定賠償郭男損失，願意和解，檢方予以羅男緩起訴處分。

每天苦練2小時想拚6塊肌 24歲男「尿出醬油色」洗腎救一命

國際中心／綜合報導

中國四川武漢一名24歲張姓男子近期胖了10多公斤，於是他就跟朋友打賭要在2個月練出6塊腹肌，開始每天到健身房苦練2小時，沒想到才運動了4天，就發現尿液變成醬油色，就醫後被診斷出是「橫紋肌溶解」，進而引發「急性腎衰竭」，最後透過洗腎才救回一命。

根據《楚天都市報》報導，張男因為工作忙碌缺乏運動，近期內胖了10多公斤，因此就找朋友打賭，要2個月練出6塊腹肌，否則就請吃半個月自助餐，他就開始每天下班到健身房苦練2小時，卻沒想到第4天之後，他上廁所時發現尿液顏色，深褐的像醬油顏色一樣，最後連小便也尿不出來，嚇得他趕緊到醫院檢查。醫師檢查後發現張男「肌酸激酶」是正常人的100多倍，因此確診張男是罹患了橫紋肌溶解，並且也引發了急性腎衰竭，所幸經過血液透析治療（洗腎）後，張男病情才穩定下來。張男知情後相當後悔說，「都怪我太急於求成了，才會傷了身體。」

醫師表示，橫紋肌溶解的患者，多數都是由運動引起，當肌肉因不當運動（突然激烈訓練）受到破壞後，肌肉裡的肌紅蛋白大量進入血液，接著通過腎臟排泄時，可能會堵塞腎小管，進而導致急性腎衰竭，因此運動健身一定要循序漸進，若運動後出現肌肉酸痛，最好先停止運動多喝水，如果症狀沒有緩解，並出現小便減少、顏色變深或者身體浮腫的情況，建議儘早到醫院就診。



天氣炎熱，許多民眾會來杯珍珠奶茶、手搖杯飲料消暑，這些飲料會傷腎嗎？台北慈濟醫院腎臟透析中心主任郭克林表示，過去新聞曾爆出有不肖業者為了讓珍珠粉圓更Q彈，製造珍珠粉圓時加入毒澱粉「順丁烯二酸」，國外動物實驗已發現，這種「順丁烯二酸」帶有腎毒，若有不肖廠商重施故技，對腎臟健康便可能帶來巨大、負面影響。

慢性腎病、透析患者 需要慎選食物

郭克林主任補充，珍珠奶茶可能含奶精、大量糖分等，而奶精帶有反式脂肪，這類食物吃太多，也可能造成肥胖、冠心病，當血管健康受影響，腎臟也可能間接受到傷害。

郭克林主任指出，健康成年人喝點珍珠奶茶、手搖杯飲料，身體自然會作調節，民眾不用過度恐慌。但若是慢性腎病患者、透析患者，就要特別謹慎。

高磷、高鉀食物 對腎病患者大大不利

郭克林主任分析，珍珠奶茶多半是高磷、高鉀食物，即使是用鮮奶，鮮奶磷含量也很高，慢性腎病患者、透析患者若長時間攝取高磷食物，便容易產生腎性骨病變，全身血管也容易鈣化，當血管鈣化，腎臟可能更差，形成惡性循環。而慢性腎臟病、透析患者也需要注意鉀攝取量。一旦鉀攝取量過高，患者便容易產生心律不整，衝擊心臟、心血管健康。

郭克林主任強調，慢性腎病病友死亡原因第一名為心血管疾病，腎臟病與心血管疾病有許多共同危險因子，像高血壓、糖尿病等都可能同時影響心臟、心血管與腎臟健康。

慢性腎病患者 更要多注意心血管健康

另外，當慢性腎病患者開始尿毒素堆積，尿毒素會攻擊心臟、腎臟，此時腎功能、心臟功能惡化情況就會更嚴重，因此，郭克林主任提醒，腎臟病患者更要多注意心臟、心血管健康保養。如果喝太多含糖飲料，就會造成肥胖，這對心臟、心血管健康大為不利，建議腎臟病患者還是少喝珍珠奶茶等含糖飲料，以免增加身體、腎臟負擔。



瑞士品牌

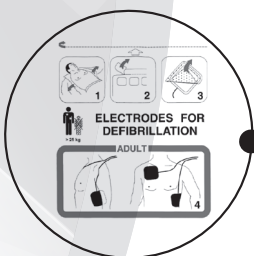
SCHILLER FREDeasy

自動體外

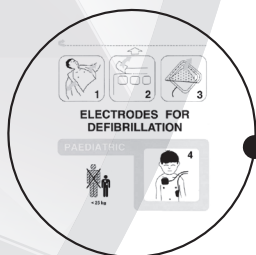
心臟電擊器

立馬安裝 即刻救援
隨時隨地 日日保命

衛署醫輸字第 024259 號



成人電擊片



兒童電擊片



軟袋



日暘興業股份有限公司
24小時服務中心：0800-801-119