

近期相關之醫療資訊 132



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109年5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。

新冠病毒不只影響肺部健康！一文揭示它對人體各部位的傷害

Ha

2020年4月10日 林以璿

新冠疫情在全世界持續爆發，雖然目前看起來，新冠病毒如果發現得早，是有機會康復的。不過，近日有許多研究指出，新冠病毒在身體的多重器官，都會造成傷害，這些傷害甚至可能是永久性的。英國《泰晤士報》網站刊文指出，英國重症監護醫學學院專家說，透過觀察數以千計倖存下來的新冠病毒重症患者的情況，發現新冠病毒可全方位攻擊人體，患者的肺部、心臟和其他器官都會受到新冠病毒的損害，並需要長達15年的時間恢復，可見新冠病毒是非常嚴重的。

新冠肺炎感染者患病期間的感受是很痛苦的，英國《每日快報》報導了英國患者傑米·伊斯特抨擊很多英國人所謂新冠肺炎只不過是個「重感冒」的說法，他說在那「可怕的一週裡」，他不僅動彈不得，還沒有食慾，「就像被卡車撞了似的。」有醫學研究發現，新冠病毒不僅可以攻擊人的呼吸系統、循環系統、排泄系統和消化系統，還能攻擊人的生殖系統和神經系統。

新冠病毒最主要是造成肺部損害 新冠肺炎是一種呼吸道疾病，主要作用於肺部。因此新冠肺炎首先傷害的就是肺部，肺部病症的恢復需要一個過程。英國重症監護醫學學院指出，新冠重症的患者當中，約17%的患者出現了所謂的「急性呼吸窘迫症候群」（ARDS），這些患者的肺部有強烈的炎症反應，甚至出現肺部積水的狀況，在沒有醫療幫助的情況下無法呼吸，即便能在「人工肺」的幫助下漸漸恢復，其肺部的修復也會歷時很長的時間，往往會持續數年，甚至最長可達15年。

1/5新冠病毒感染者心臟受損 《科學美國人》月刊4月6日一篇文章稱，除肺部受損外，許多新冠患者還出現心臟問題——死於心臟驟停。每5個病人中就有一個心臟受損，甚至在沒有呼吸窘迫跡象的病人中也會導致心力衰竭和死亡。

美國研究證實：Covid-19攻擊睪丸 美國官方衛生研究院（NIH）旗下兩名學者也發表最新研究結果，指出男性人體睪丸中的精原細胞、間質細胞和支持細胞，都是新型冠狀病毒攻擊目標，如果遭到感染可能導致男性「生精」失敗。武漢大學中南醫院生殖醫學中心副教授張銘等人進行，也在網站「MedRxiv」上傳的一篇論文，指出新冠肺炎損傷男性生殖功能、攻擊睪丸，以致性激素水平顯著改變。

病毒會影響嗅覺、味覺 國內大約有2成的病人，出現嗅覺、味覺異常問題。指揮中心也特別指出，未來有機會把這個症狀列為病症之一。

台灣免疫學專家、前陽明大學微生物免疫研究所張南驥教授解釋：「因為新冠病毒主要針對鼻腔做攻擊，而你的口鼻咽是互通的，就像你吃麵的時候，一不小心嗆到可能就從鼻子跑出來了，所以病毒也可能在其中流動。」17年前的SARS同屬於冠狀病毒，至今仍有病人的嗅覺味覺沒有恢復。

攻擊大腦，導致腦膜炎、精神狀態異常 張南驥教授在日前接受《Heho健康》專訪時，就提到新冠病毒持續未來還有可能出現腦膜炎以及聽力異常的問題。「因為病毒向上走的話，最令人擔心可能會傷到腦膜，雖然機會較少，但如果傷到聽力的話，也有可能還會影響人的平衡感。」

而日本的醫療機構更是發現了新冠病毒可以攻擊人的大腦部位，發現有新冠患者髓液中有新冠病毒存在，該患者因此患上了腦膜炎之類的病症。

《紐約時報》報導，3月初，一名74歲的男子，因為咳嗽和發燒，到佛羅里達州的急診室就醫，但X光檢查顯示「沒有肺炎」，要他回家觀察。但第二天，他已經「失去了說話的能力」。義大利則有患者，因此出現了精神失常的情形。

還有研究指出對於腎臟、腸道藉有傷害 中國第三軍醫大學研究團隊近日在論文預印平台medRxiv上，發布尚未經過審查的論文，文中表示證實武漢肺炎病毒可直接攻擊腎臟。不過，這個症狀在台灣尚未出現。另外，腹瀉已經列入新冠肺炎確診通報定義，指揮中心專家召集人張上淳說，確診者腹瀉情形從輕微到嚴重都有，有人甚至一天拉上7、8次。國內病例統計也發現，感染者病毒量在發病一週內最高。所以，雖然新冠肺炎的治癒機會很高，但是它對身體的傷害和影響還是不容小視的，我們每個人都要盡量避免感染這種病毒，共同努力做好疫情防控，嚴防感染。

安身更要安心 腎友也須超前部署

聯合報 2020年4月21日 記者 鄧桂芬／台北報導

洗腎對腎友帶來生活重大改變，很多人因無法調適而自怨自艾。專家表示，腎功能下降有階段性，若醫病間妥善溝通，腎友認真學習衛教，「超前部署」可提高自我接納度。不少洗腎者重新審視生活目標，找到自己的新生命價值，例如當志工，可達到身心富足感。

台安醫院精神科主任許正典說，「超前部署」簡單說就是做好心理準備。醫師除了妥善衛教來預防洗腎，也應嚴肅告知若腎功能持續惡化，洗腎治療的重要與必要性。「洗腎是維持生活品質的輔助工具，並非黃泉路。」

諮商心理師公會全聯會媒體與公關召集人林萃芬說，她觀察很多洗腎的好朋友，他們的心理調適好不好，與有無接納新生活的自己有極大關連。就有好友在洗腎後決定研讀心理，改當心理師，幫助與自己相同經歷的病人。

「只把過去生活模式當依歸，就可能被卡住。」林萃芬鼓勵腎友，從新的生活模式中調整生活重心，「找出最有價值的事來做，以安頓身心。」另外，社會友善氛圍及家人的接納度也很關鍵，以包容與支持代替責備，有助增進腎友的自我接納度。

肝腎起大水泡怎麼辦？嘉義長庚已建完整的治療流程

今日新聞 2020年4月16日 記者 陳惲朋／嘉義報導

人體腹部臟器內長水泡是常見問題，嘉義長庚醫院指出，其中以腎臟和肝臟的水泡最常見，且年齡越大發現的比率越高，60歲達24%，70歲以上的人，甚至達到35%以上會有水泡的問題；腎臟科主任張弘育醫師表示，肝腎臟的水泡大多是良性的，但是如果水泡太大超過10公分，可能會產生疼痛、感染、消化不良等症狀。長庚醫院最近有一位62歲的女病患，近半年右側腰部有輕微漲痛感覺，自己以為是骨頭退化的關係，後來因為發燒來到醫院急診求治，初步檢查診斷是泌尿道感染，再接受腹部電腦斷層檢查，發現右側腎臟有一直徑近13公分的巨大水泡，感染問題治療好後，右腰仍覺悶漲，經張弘育主任與放射診斷科醫師合作，以導管引流後施以95%純酒精的硬化治療，病人出院後，門診追蹤，除了症狀改善外，超音波檢查水泡沒有再長出來。

腎臟科主任張弘育醫師表示，肝腎臟的水泡大多是良性的，但是如果水泡太大超過10公分，就可能產生症狀，例如疼痛、感染、消化不良等就需要治療，近來他治療二位病人中有腎臟水泡13公分造成感染及肝臟水泡達17公分大，簡直比小孩的頭還大，致病人上腹悶痛及食慾不振等，後經與放射診斷科醫師合作，以侵入性最小的導管引流後施以純酒精的硬化的治療方式，治癒病人。放射診斷科廖玉山醫師指出，導管置入引流，在長庚已有非常成熟的治療方法，放射科建立一套完整的治療流程，在適當的狀況下投予不超過100cc的95%酒精治療，病患如果有巨大的水泡引發不適的症狀，可以經醫師評估後選擇此治療方法，其優點較開刀治療簡單且復原得更快。

年輕男子頭暈、血壓高 因腎臟動脈狹窄

中廣新聞網 2020年4月6日

年輕族群不是因為肥胖、睡眠不足等因素引起頭暈、血壓高，一定要有警覺性，如果服用藥物後，血壓還是不斷飆高，也可能是因為腎臟動脈狹窄引起，如不及早治療，恐讓腎臟功能喪失。

衛福部桃園醫院副院長王偉傑醫師表示，一名年約19歲的個案，主訴頭暈等症狀，尤其一量血壓數據相當高，年輕人出現的高血壓在臨床上比較屬於次發性高血壓，其中95%找不出原因，如誘發原因是來自腎臟，只要經過超音波等檢查，就可以找出血壓高的原因。

個案在檢查後，發現右邊腎臟動脈相當狹窄，副院長王偉傑醫師表示，在進一步用血管攝影檢查發現腎臟動脈約有80%狹窄，引起血壓不穩，經施以心導管治療打通後，血壓相對穩定。

醫師提醒年輕族群民眾，如果血壓問題不是來自心臟因素，建議到醫療院所進一步檢查，因為腎臟動脈狹窄如果沒有及時找出原因，持續以藥物來控制，最後血壓雖然控制，但發病的腎臟可能最後喪失功能。

2020年4月20日 文／林軒任

91歲的沈爺爺十幾天來食慾不振，越來越嗜睡，到急診抽血檢查發現，尿毒指數和動脈血液氣體分析異常，確診為「腎臟病合併尿毒症候群」，經緊急洗腎後恢復食慾及意識，待尿毒素下降後，開始接受低劑量腹膜透析，返家後順利讓爺爺保有原本生活品質。

沈爺爺患有高血壓，長年服藥控制穩定，但年齡漸長，腎臟功能逐漸衰退。這兩週家人發現他的胃口越來越差，甚至整天都不進食，最近3天睡眠時間越來越長，開始對家人呼喊沒反應，甚至必須強力搖晃爺爺才會睜開眼睛，於是到急診就診。

檢查發現其尿素氮（BUN）高達180mg/dl（正常值約7-20mg/dl）、肌酸酐（Creatinine）值超過11mg/dl（正常值約0.5-1.2mg/dl），動脈血液氣體分析項目中，血中重碳酸鹽濃度（ HCO_3 ）10mEq/L（正常值約20-28mEq/L）、血中酸鹼值7.12（正常值約7.35-7.45），確診為腎臟病合併尿毒症候群。

血液中的尿素氮與肌酸酐俗稱「尿毒素」，是評估腎功能的關鍵數值，代表腎臟排泄含氮廢物的能力，當尿毒素過高時，會影響身體各個器官，例如血中尿毒素過高引起代謝性酸中毒、毒素沉積在腸胃道使消化及蠕動變差、毒素沉積在皮膚造成搔癢症或暗沉，影響到中樞神經會使患者反應變慢、人格變化或胡言亂語，嚴重者甚至會像沈爺爺一樣嗜睡接近昏迷，這就是所謂的「尿毒症候群」。

腹膜透析維持腎功能

當慢性腎臟病患者有尿毒症候群時，代表尿毒素已經影響到身體各種功能，此時不能再延遲，以免造成無法逆轉的傷害，應該及時治療，也就是接受「腎臟替代療法」，俗稱洗腎。

洗腎雖然無法像坊間謠傳治百病，但能夠將患者腎臟欠缺的功能補足，例如像沈爺爺一樣尿毒累積成尿毒症候群，就用人工的方法排泄掉。

當腎臟功能慢慢恢復時，需要洗腎補充的劑量就可以隨之減少，就像爺爺一樣，一開始接受腹膜透析治療時，需要高劑量透析，經過兩、三天後，爺爺意識漸漸恢復，也慢慢有食慾，抽血時，尿毒素也下降，此時便可以逐漸調低劑量。

雖然爺爺已91歲，腎臟功能恢復不夠好，無法完全脫離洗腎，但出院後，只需要在家中接受低劑量腹膜透析，能夠長久維持殘餘腎功能，以後一個月回診一次即可，可免於舟車勞頓，享有原本的生活品質。（作者為亞洲大學附屬醫院腹膜透析主任）

文／常春月刊

台灣的洗腎人口在全球一直名列前茅，根據衛生福利部統計，慢性腎臟病患者大約有200萬人口，其中的7萬人必須洗腎，每週大約有3天必須往醫院報到。為什麼台灣洗腎人口那麼多？到底什麼樣的因素會損害腎臟，進而走向一輩子洗腎的事實？

在臨床統計上，雖然台灣洗腎原因排行第一名的是糖尿病引起的併發症，大約每10個洗腎病友，就有4人是糖尿病患者；但是，振興醫院營養治療科營養師涂蒂雅指出，大家都忽略了，其實過量攝取蛋白質，也是加速腎病變的主要推手，因為吃下肚的大量蛋白質被轉換為含氮廢物後，通通都要經由腎臟排出體外，久而久之，腎臟的功能就會變差；尤其是腎功能原本就不好的人，若飲食還是不知節制，攝取高油、高鹽、高蛋白質，即使吃的是優質蛋白質，也會加重腎病的嚴重度。

至於哪些情況吃蛋白質會傷腎？

1、老年人吃肉補營養 最常被忽略的就是中老年人的蛋白質過量攝取的問题，許多年長者擔心自己營養不良，甚至害怕出現肌少症，因此，透過補充大量肉類、蛋類或是喝牛奶來增加蛋白質的攝取，但在不知道腎功能好壞與否的情況下，攝取了過量的蛋白質，即便補的都是優質蛋白質，也會讓腎臟加班工作，長時間下來，恐怕會增加腎臟的負擔。

2、減肥族吃高蛋白粉取代正餐 坊間有許多販售高蛋白粉的廠商，強調可以把高蛋白粉加水做成奶昔，當成代餐來取代一天當中的1~2餐，不但熱量低，營養素又豐富，不用多久，就可以讓體重降下來，但卻會有營養不均衡的問題，甚至會對腎臟造成傷害。另外，有一種吃肉減肥法，強調光吃肉、不吃澱粉類食物，可以瘦下來，但要注意吃肉不吃澱粉，恐怕會引起酮酸中毒，增加腎臟的負擔。

3、健身族群喝高蛋白養肌肉 近幾年流行慢跑，每週都有路跑活動，許多人習慣在跑步、打籃球，或是在健身房重量訓練等運動之後，為了長肌肉、讓體格更加壯碩，都會喝一杯高蛋白粉或乳清蛋白等優質蛋白來幫助養肌肉。在補充高蛋白飲品的同時，飲食內容如果沒有控制，仍然攝取過多的肉類、豆類等蛋白質，超過人體負荷的量，一樣會增加腎臟負擔，長時間下來，腎臟就會發生病變。

4、癌患、手術後病人補充高蛋白營養補充品 癌症術後、各種手術的病人，甚至是營養不良的人，都希望可以透過高蛋白營養補充品來讓恢復元氣，但要注意的是，在補充液體罐裝或粉狀沖泡的高蛋白營養補充品時，也要計算好飲食中蛋白質的量，才不會吃了太多的蛋白質，造成腎臟的負擔。

全身性紅斑狼瘡，英文名稱為Systemic Lupus Erythematosus (SLE)，常被簡稱為紅斑性狼瘡，它是一種自體免疫疾病，身體器官因為免疫系統的失調，而造成慢性的發炎，簡單來說就是免疫系統無法區分自己與外來的差異，把自己的細胞當成入侵者攻擊。目前致病的原因還不清楚，推測有可能跟基因、環境有關。另外，因為罹病的男女比約為1：9，好發在15~45歲的育齡女性身上，因此也可能跟女性荷爾蒙也有部分關係。

紅斑性狼瘡的症狀表現具多樣性，包括關節、皮膚、腎臟、心臟、肺部等，幾乎每一個器官系統都可能成為被免疫系統攻擊的對象，因此也被醫界稱為「千面女郎」、「偉大的模仿者」，而且每個人的症狀、表現、病程進展都不一樣，

1. 全身性表現（發生率 95%）：疲倦、發燒、體重減輕。
2. 肌肉骨骼系統（發生率 95%）：關節酸痛、關節炎、肌炎、缺血性骨壞死。
3. 血液系統（發生率 85%）：貧血、白血球低下、血小板低下、脾腫大、淋巴節腫大。
4. 皮膚（發生率 80%）：臉部蝴蝶斑、圓盤性紅斑、光敏感、口腔潰瘍、掉髮、血管炎。
5. 神經系統（發生率 60%）：認知障礙、情緒異常、癲癇、腦血管病變、神經病變。
6. 心血管系統（發生率 60%）：心包膜炎、心內膜炎、肺出血、肺炎、肺動脈高壓。
7. 呼吸系統（發生率 60%）：肋膜炎、肋膜積液、肺出血、間質性肺炎、肺出血。
8. 腎臟（發生率 50%）：蛋白尿、腎病症候群、腎衰竭。
9. 腸胃系統（發生率 45%）：腸出血、穿孔、噁心、腹瀉、腹水。
10. 眼睛（發生率 15%）：血栓、視網膜血管炎、乾眼症。
11. 血栓（發生率 15%）

紅斑性狼瘡的治療及保健

目前紅斑性狼瘡有類固醇、免疫抑制劑、生物製劑等幾種治療方式，但還沒有可以「完全治癒」的方法。因此藥物治療會視病患情況、多種藥物搭配使用，以減少單一藥物的副作用。

在日常保健方面

定期回診：定期的回診就醫，與醫師建立良好溝通，並對自己的疾病取得更多認識。

足夠的休息：疲倦時要休息，保持睡眠充足。

規律的運動：可避免肌肉萎縮及骨質疏鬆、幫助控制體重，改善情緒疲勞，在活性發作時則做被動式關節活動範圍的運動。

均衡飲食：在均衡飲食的狀況下，原則上鼓勵低鹽低脂飲食，並可適度補充維他命、鈣片。

注意體溫：因為患者容易受到感染，因此如果感覺自己有點燒燒的，要注意體溫，如果有發燒記得告知醫生，找出發燒原因。

避免日曬：在上午 10 點至下午 4 點為紫外線最強的時候，盡量避免戶外活動，因為曝曬於紫外線下會使皮疹惡化甚至使活性發作。如不得已需要進行戶外活動，請穿著長袖衣褲、戴帽子，防曬油請選擇SPF15以上且具有UVA與UVB隔離效果產品。

台灣新生報 2020年4月21日

台灣洗腎盛行率與發生率名列世界第一，洗腎人口至107年底已突破9萬人，腎功能一旦衰退到要洗腎，除造成飲食受限與生活不便外，其他疾病和感染風險更大為提高。現代人的文明病—高血壓、高血糖和高血脂，則是造成腎功能衰退最主要的原因，因此財團法人藥害救濟基金會特地邀請高雄醫學大學附設醫院腎臟內科張哲銘主治醫師，從三高的控制與正確用藥觀點，來解析如何顧腎，遠離洗腎風險。

腎臟是三高的受害者，張哲銘醫師說明，腎臟是不痛不癢的器官，具有豐富的血管和血流，默默地過濾全身血液、排泄體內廢物及代謝藥物，所以常常是其他疾病和毒物的「受害者」。例如糖尿病患者，若是血糖控制不好，腎臟為了要過濾高糖分的血液，腎絲球會變大、血流量和過濾速率都會增加，長期下來腎臟負擔過重，功能就會受損；高血壓會造成腎臟的血管壁承受巨大壓力，長期下來會使血管變硬、血流量減少，高血脂則有血管狹窄、阻塞、硬化的問題，都會使腎臟受害。

張哲銘醫師說，腎臟病雖可能因為遺傳或自身免疫疾病所導致，例如腎絲球發炎，屬於原發性腎臟病，但現代人因為飲食習慣改變和生活壓力增加，因三高而引起的次發性腎病反而較高，以洗腎病人來說，45%是由糖尿病引起，另外15%是因為高血壓或心臟病。因此，好好控制三高，可以大大減少腎病風險。

三高服藥應規律，控制穩定最顧腎。有部分民眾擔心吃藥傷腎，而沒有規律服用三高藥物，想到才吃藥或是沒有不舒服症狀時就自行停藥，這是錯誤的觀念，其實三高控制不好才是腎臟最大的殺手，以高血壓來說，吃藥不規律會使血壓高高低低不穩定，對腎臟的傷害更大。張哲銘醫師也提醒，親人朋友之間，不要分享使用三高藥物，因為即使同樣是血壓藥，但種類很多，機轉各有不同，病人若有其他疾病，有時還有不同的用藥注意事項，醫師處方會因人而異，也會隨病情控制情況調整藥物品項或劑量；因此，按時回診拿藥、規律服用才是保腎良方。

公 告

本會已錄製保健宣導影片放置網站上，歡迎點閱。

網址：www.kidney.org.tw