

慢性腎臟病的危險因子

一、誰容易罹患腎臟病？

- (一) 有糖尿病病史：
血糖過高會導致微血管及血管病變，影響腎臟血流量，導致腎功能會受到影響。
- (二) 有高血壓病史：
當血壓過高，腎臟血管容易受到傷害，腎臟就無法有效排泄廢物及控制水分的平衡。
- (三) 家族有慢性腎臟病病史：
家族中如有人罹患慢性腎臟病，罹患腎臟病的機率就會提高。
- (四) 有痛風病史：
血液中的尿酸濃度增加時，尿酸會沉積在關節，也會沉積在腎組織，而影響腎臟功能。
- (五) 藥物濫用者：
不當的長期使用消炎止痛劑或來路不明的中藥及草藥，尤其含「馬兜鈴酸」的廣防己等藥材，容易造成腎臟的毒性。
- (六) 高齡：
年紀 65 歲以上的老人，因生理老化因素，腎臟機能退化。

二、腎臟病的危險因子

- (一) 高鹽飲食。
- (二) 高血脂。
- (三) 肥胖。
- (四) 藥物。
- (五) 酒精。
- (六) 吸煙。
- (七) 感染。



降低血脂肪的飲食 少吃這些食物



馬偕紀念醫院台東分院
Mackay Memorial Hospital Taitung Branch

~祝您~ 平安健康~