

盡透腎中情

青森文化

老中青輕鬆醫腎實錄

- 四歲人兒在家洗腎
- 文盲弱視一樣應付自如
- 公幹旅遊沒難度
- 家居洗腎小貼士
- 高磷、高鈉、高鉀參考表

聯合推薦

香港腎臟基金會會長梁智鴻
港區全國人大代表范徐麗泰
醫院管理局主席梁智仁
食物及衛生局局長高永文



香港腎臟基金會 著

《盡透腎中情》 新書發佈會

2014年6月8日(星期日)

目錄

序言

腎臟替代治療 123

高磷高鈉高鉀參考表

第一篇 旅遊篇

洗腎也可去旅行——江先生

無故血壓高 最終腎衰竭——Julie

第二篇 洗肚篇（腹膜透析）

誤服止痛藥 急性腎衰竭——Allan

從大魚大肉到小心飲食——阿康

第三篇 兒童篇

我四歲，洗腎兩年多——MoMo

第四篇 老弱篇

婆婆「洗肚」沒障礙——Norah、何婆婆

視障跟文盲 都可學洗肚——思朋、娣哥

第五篇 洗血篇（家居血液透析）

鑿牆駁喉家居洗血去——阿文

家居洗血勝入院——Winnie

「洗血」兩年 健康勝從前——阿曜

第六篇 洗血篇（中心血液透析）

手術後遺 矮小腎衰——思明

紅斑狼瘡 洗腎兩年——Elaine

第七篇 換腎篇

三十不到 腎病折騰——Ricky

兩番「洗血」 兩度換腎——阿成

兒子遺愛 換腎七年——華叔

第八篇 生育篇

懷孕後「洗肚」 生育後換腎——阿蘭

本港首宗「洗血」病人懷孕了——李太

編後語

Acknowledgement

腎臟替代治療 123

當腎功能只剩下 10%-15% 時，病人便不能有效排出體內的廢物及多餘水分，需要以「腎替代治療」來代替腎臟的功能以維持生命，否則可引致死亡。

腎臟替代治療包括：
◎ 腹膜透析 ◎ 血液透析 ◎ 腎臟移植



第二篇 洗肚篇（腹膜透析）

個案 1 誤服止痛藥 急性腎衰竭——阿成
個案 2 從大魚大肉到小心飲食——阿康



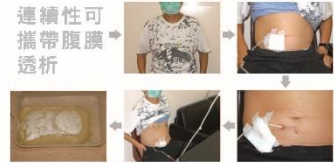
◎ 腹膜透析

腹膜透析（俗稱「洗肚」）是利用病人體內的微血管網絡進行透析。病人需植入腹膜透析導管，作透析液出入體腔的渠道。透析液經導管進行透析作用，帶走病人體內的廢物和多餘水分。

家庭連續透析分為以下兩類：

連續性可攜帶腹膜透析 (Continuous Ambulatory Peritoneal Dialysis - CAPD)

連續性可攜帶腹膜透析



在本港，約 78% 連續透析病人使用此法。病人在家中進行「洗肚」，每天三至四次把透析液（「洗肚水」）經導管灌入體腔內，透析液在體腔內停留一至二小時後，把帶有廢物的透析液經導管放出體外。

「洗肚」的優點是對心臟的負荷較輕，換水時可有彈性，病人在換水之閒仍可正常活動；缺點是每天需要換水三至四次，並可引起腹痛發熱。隨著「洗肚」系統的發展，只要小心護理，腹膜炎之風險已大大減低。

個案 ①

洗腎也可去旅行 江先生（約 60 歲）

江先生是旅遊發燒友，不幸患上一種難以分辨蛋白質的罕有疾病，腎臟功能不斷倒退；治病期間，又意外加速了腎功能退化，不得不洗腎。許多病友都以為洗腎不可以遠行，江先生洗腎數個月後便外遊，加拿大、澳洲、新西蘭……完全跟不銜他。他還鑽研出一套腎病患者外遊須知，幫助病友解除不可遠行的心結。



個案 ①②

婆婆「洗肚」沒障礙 Norah（71 歲）、何婆婆（83 歲）

Norah 因關節退化作關節炎，要坐輪椅及洗腎，年屆七十，眼睛和手腳也不靈，自己在家「洗肚」好像不大可能。但說方透過一些特殊訓練和輔助工具，幫助她克服重重障礙，成就了不可能。

另一個案的何婆婆，只有小學程度，年屆八十學洗腎，一樣靈不倒她。開始時她有一點兒混亂，但不久便克服了。洗腎令何婆婆不能繼續游平泳，現在轉頭與友打羽毛球和去旅行，人生一樣有真樂。

眼睛不靈光、手腳協調差，傳統睡不寧靜，也不樂於接受輪椅。物理治療師與她配合特製的「強力訓練夾子」，訓練手部肌肉。

七十一歲的 Norah，有中五學歷，退休前是一間成人開設的貿易公司的管理層。

七十歲才被逼退休，因為那一年她的身體出現了問題。因關節退化性關節炎，她要坐輪椅，再應付不了助後公司要走的十五級樓梯，否則她是不願意退休的，反正公司仍然是樂意聘用她。

糖尿也使她腎衰竭，一天需要「洗肚」三次。七十歲高齡學「洗肚」，卻靈不倒她。

Norah 本身患有糖尿病，因為 Norah 的父親也有糖尿病。Norah 自幼戒掉糖果、汽水、肥膩和重鹹粉質的食物，幸好她天生也不好甜，只是自幼皮膚經常癢癢，傷口難以癒合。

1982 年，她當私家醫生，醫生說正常人的糖尿指數是 6 度，她是 16 度，十分嚴重，建議她吃藥控制糖尿。

七十高齡學「洗肚」

三十年後，她七十歲。一次糖尿病覆診，醫生說她的腎臟也開始衰竭，肌酸酐從 0.6 升，之後每次覆診都要驗血，檢查肌酸酐。同年，她的糖尿病和痛風症使她的雙腳結晶，不能走路，要靠輪椅活動。

她一向吃得清淡，吃得又不多，糖尿指數卻偏偏不降反升，還糖尿病上眼，影響視力。眼科手術後視力仍無改善。2013 年 2 月，她開始洗腎。第一步是在小醫院洗腎，她痛得不行。因為糖尿病，使她的

「輕鬆醫腎好生活」暨 《盡透腎中情》新書發布會

主持：霍偉良醫生
嘉賓：梁智鴻醫生、余宇康教授
主禮：雷兆輝醫生、馮加信醫生
講者：周嘉敬醫生、鄭天耀先生、龍偉文先生
日期：2014年6月8日（星期日）
時間：11:15-12:15



HKMF 香港醫學發展局
新書出版 文化 香港印書館 THE CHINESE PRESS





《透月中情》新書發布會

主持：翟偉良醫生
嘉賓：梁智鴻醫生、余宇康教授
主禮：雷兆輝醫生、馮加信醫生
講者：周嘉歡醫生、鄭天曜先生、戴偉文先生

日期：2014年6月8日（星期日）
時間：11:15-12:15



香港腎臟基金會 (HK KF) 11th 紅出版 醫書印書館 (THE COMMERCIAL PRESS)



「輕鬆醫腎好生活」暨 《盡透腎中情》新書發布會

主持：翟偉良醫生
 嘉賓：梁智鴻醫生、李宇康教授
 主禮：雷兆輝醫生、李信醫生
 講者：周嘉歡醫生、羅耀先生
 日期：2014年6月8日（星期日）
 時間：11:15-12:15



「輕鬆醫腎好生活」暨
《盡透腎中情》新書發布會

每日講座：腎病可大可小——病徵、治療知多少

主講：梁智鴻醫生
 嘉賓：李宇康教授、李信醫生、周嘉歡醫生、羅耀先生

日期：2014年6月8日（星期日）
 時間：上午11時15分至12時15分
 地點：港中研醫書院沙咀圖書館中心

「輕鬆醫腎好生活」暨
《盡透腎中情》新書發布會

每日講座：腎病可大可小——病徵、治療知多少

主講：梁智鴻醫生
 嘉賓：李宇康教授、李信醫生、周嘉歡醫生、羅耀先生

日期：2014年6月8日（星期日）
 時間：上午11時15分至12時15分
 地點：港中研醫書院沙咀圖書館中心

「輕鬆醫腎好生活」暨
《盡透腎中情》新書發布會

每日講座：腎病可大可小——病徵、治療知多少

主講：梁智鴻醫生
 嘉賓：李宇康教授、李信醫生、周嘉歡醫生、羅耀先生

日期：2014年6月8日（星期日）
 時間：上午11時15分至12時15分
 地點：港中研醫書院沙咀圖書館中心

THE COMMERCIAL PRESS



商務印書館

「輕鬆醫腎好生活」暨
《盡透腎中情》新書發布會

主持：醫健良醫生
嘉賓：余宇康教授、
滿加信醫生、
鄭天耀先生、
日期：11月11日（星期日）
時間：11:00am - 12:30pm



香港書展 2014.7.19

