



World Kidney Day™

@ Hong Kong
11 March 2007



Hong Kong Society
Of Nephrology



醫院管理局
HOSPITAL
AUTHORITY



Hong Kong Kidney
Foundation





保健護腎 身心康泰

中華人民共和國香港特別行政區
立法會主席
范徐麗泰女士



全民同響應 腎病可預防

中華人民共和國香港特別行政區
行政會議成員
梁智鴻醫生



護腎有道 健康之本

中華人民共和國香港特別行政區
衛生福利及食物局局長
周一嶽醫生



愛腎護腎 有心齊心

中華人民共和國香港特別行政區
衛生署署長
林秉恩醫生



腎臟健康齊關注 生活有道要奉行

醫院管理局主席
胡定旭先生



世界同心 協力保腎

國際腎科學會常委
李錦滔教授

腎臟疾病是全球其中一項增加率極快速的慢性疾病，每十個成年人就有一人的腎臟受損。現時，香港人每年大約有一千名新的病人因患上嚴重的腎病而引致末期腎衰竭，累積下來，在香港大約有七千多病人患有末期腎衰竭，要依靠末期腎衰竭之替代治療法，包括腹膜透析洗肚，血液透析（洗血）或腎臟移植維持生命。

國際腎科學會及國際腎科基金會聯會舉辦世界腎臟日，目的是引起全球各地人士對預防腎病的關注，強調「腎病十分普遍而且具傷害性，如及早發覺是可有合適的治療。」

香港腎科學會和香港腎臟基金會聯同醫院管理局合辦「世界腎臟日在香港」，並於二月十一日假中環遮打花園舉行響應活動。

今年大會主題是「你的腎臟健康嗎？」，我們特別為香港市民設計了一個腎臟健康自我風險評估方法，希望所有市民都自行作出評估，可及早發現問題亦可病向淺中醫，請市民不要掉以輕心。大會並藉此感謝所有協助這個活動順利完成的團體及個別人士。



香港腎科學會主席
黃矩民醫生



香港腎臟基金會主席
雷兆輝醫生

世界腎臟日在香港

二零零七年三月十一日

「你的腎臟健康嗎？」

致歡迎辭
香港腎科學會主席黃矩民醫生
香港腎臟基金會主席雷兆輝醫生

主禮嘉賓致辭
醫院管理局主席胡定旭先生
行政會議成員梁智鴻醫生

「香港市民對腎臟健康的關注」問卷調查報告
唐國隆醫生、周嘉歡醫生、雷聲亮醫生、
余惠賢醫生、李俊生醫生、梁誌邦醫生

介紹「近親腎臟健康普查」
國際腎科學會常委李錦滔教授

介紹「腎臟健康自我風險評估」單張
香港腎臟基金會主席雷兆輝醫生
香港腎科學會主席黃矩民醫生

起手持腎形咭 宣讀口號「你的腎臟健康嗎？」

嘉賓大合照
大合唱「再次顯真我」

典禮部分完
腎友表演時間

世界腎臟日在香港網址 <http://chi.hkkf.org2.hk>

再次顯真我

填詞：關子凱（香港腎科學會）

譜寄：《明天會更好》

原曲：羅大佑 原詞：羅大佑
原屬著作權人：台北市消費基金會
著作權人代理：臺灣滾石音樂經紀有限公司
著作權人代理經紀人：環球音樂出版有限公司

望向這片晦暗的天際 又再牽起心中痛楚
為何茫茫人海中 偏偏選到我 此生要這麼坎坷
心彷彿破碎 只感失望太多
想到要透析的光景 從此不好過

像永鬆不開的束縛 像永解不開的捆鎖
像是無無辜辜 得到的魔咒 天天刺痛我心窩
始終不願放棄 感激摯誠扶助
深信會有朝一天 幾許的艱難都衝破

人存留在世上 命定要經歷
高低起伏似首歌 互相激勵彼此唱和
惟求用信念在病患風浪中闖過
盼望藉毅力再次顯真我

渡過永遠銘記的波折 歷遍種種艱苦困阻
換來無窮生機 一生的憶記 足可暖透我心窩
關心生命每一個 點起關懷愛火
使這個世間添歡欣 春風中找回真的我

你的腎臟健康嗎？
腎臟疾病的
自我風險評估

腎臟與腎功能
的常識問答題

腎病的病徵
及預防

慢性腎病
知多少

腎臟疾病的
自我風險評估

腎臟與腎功能
的常識問答題

腎病的病徵
及預防

慢性腎病
知多少

鳴謝

金贊助人 百特醫療用品有限公司, 費森尤斯醫藥香港有限公司, 藤澤藥品(中國)有限公司, 瑞典金寶中國有限公司, 麒麟(亞洲)醫藥有限公司, 美國默沙東藥廠有限公司, 諾華製藥(香港)有限公司, 羅氏大藥廠香港有限公司
銀贊助人 香港楊森大藥廠, 葛蘭素史克有限公司
銅贊助人 美國惠氏藥廠(香港)有限公司, 阿斯利康香港有限公司

特別鳴謝 博藝集團有限公司 懲教職員義工團



世界腎臟日在香港

二零零七年三月十一日



致歡迎辭

香港腎科學會主席
黃矩民醫生

香港腎臟基金會主席
雷兆輝醫生

主禮嘉賓

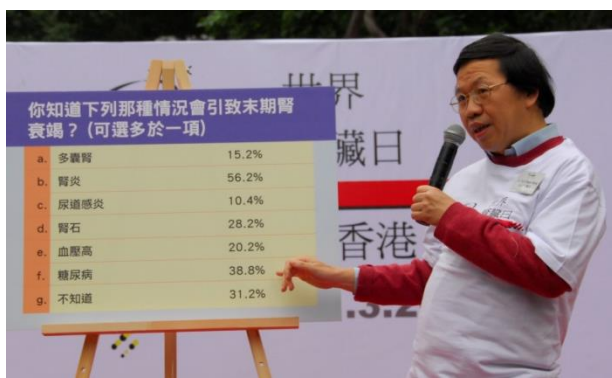
醫院管理局主席胡定旭先生
行政會議成員梁智鴻醫生





「香港市民對腎臟健康的關注」問卷調查報告

梁誌邦醫生、李俊生醫生、余惠賢醫生、雷聲亮醫生、周嘉歡醫生、唐國隆醫生





介紹「腎臟健康自我風險評估」單張

香港腎臟基金會主席 雷兆輝醫生
香港腎科學會主席 黃矩民醫生

介紹「近親腎臟健康普查」
國際腎科學會常委
李錦滔教授



有關腎臟疾病的自我風險評估

你的家人患有腎病：
有 無

你患有：

- | | | |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 糖尿病 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 高血壓 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 腎臟疾病，例如：
腎炎、尿道感染、腎石 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

你有下列徵狀：

- | | | |
|-----------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. 小便帶血/茶色尿(血尿) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. 小便帶泡沫(蛋白尿) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. 小便混濁(尿感染) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. 小便赤痛、頻密 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. 小便感困難、不暢 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. 小便排出小沙石 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. 頻密夜尿 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 腰脇腹痛 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 足踝或眼皮浮腫 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

若上述答案答「有」，請聯絡你的家庭醫生，你或需要進行一些檢驗以確知你的腎臟健康狀況。

你的 腎臟 健康嗎



香港腎臟基金會



香港腎科學會



醫院管理局
HOSPITAL
AUTHORITY

網址：www.hkkf.org.hk

熱線：2716 5773





世界腎臟日在香港 籌備委員會

雷聲亮醫生、唐國隆醫生、余惠賢醫生、李錦滔教授、黃矩民醫生、雷兆輝醫生、周嘉歡醫生、梁誌邦醫生



網址 (外聯網及內聯網)
 包含
 「腎臟健康自我風險評估」

<http://www.hkkf.org.hk>

<http://www.ha.org.hk>

<http://www13.ha.org.hk/healthinfoworld/index.aspx>



市民認識不足 六成受訪者有徵狀

港年增千宗腎衰竭個案

昨日是第二屆腎臟日，有關注腎臟健康的團體調查發現，市民對腎病的認識不足，分別有八成及六成的受訪者不知道高血壓和糖尿病會導致末期腎衰竭，亦有六成市民有腎病徵狀。有醫生表示，現時全港每年大約新增1000個患上嚴重腎病而引致末期腎衰竭的病人，呼籲市民發現出現腎病徵狀，便應及早找醫生檢驗。

為了解市民對腎臟的認識及關注程度，香港腎科學會及香港腎臟基金會在今年2月初以電子郵件發出問卷，成功訪問了500名市民。

調查發現，受訪者對腎病的認識不足，接近六成的受訪者不知道亂服藥物如風濕止痛藥和抗生素會引致腎病，分別有八成及六成的受訪者不知道高血壓和糖尿病會導致末期腎衰竭。

至於腎病徵狀，有兩成及一成由腎小球炎及高血壓引致。他呼籲市民，如發現有其中一項腎病的徵狀，表示存在腎病的危機，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

55歲的李女士在35年前患上高血壓，而且腰背疼痛難以挺直身體，曾先後兩次接受切除腎石的手術。

直至30年前，發現患上腎衰竭，自此需長期透析。她表示，家人雖沒有患腎病紀錄，但醫生向她指出，由於飲食不均衡，偏吃蔬菜，因菠菜含大量尿酸，易導致腎結石。

她直言，患病後經常叮囑丈夫多喝水注意均衡飲食，下月將接受丈夫捐贈的腎臟，進行腎臟移植手術。

另一位腎病患者溫女士患有高血壓及糖尿病多年，她在1998年發現患上腎功能衰竭，但她諱疾忌隱，拖延兩年方接受治療，令病情加劇，故昨日以過來人身份呼籲患者及早接受治療。

香港腎科學會的主席黃祖民醫生指出，腎病已成為全球其中一種增長最快的慢性病，每10個人就有1個腎臟受損，去年全港共有6780名患上末期腎衰竭的病人，每年約新增1000個個案。

他指出，有四成的末期腎衰竭個案，都由糖尿病引致，有兩成及一成由腎小球炎及高血壓引致。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。



眼皮浮腫 腰腹疼痛或患腎病

本港每年有逾千宗腎病新症，調查顯示，八成受訪者未有每天飲足八杯水，增加患腎病的機會；八成受訪者亦未有戒除小便頻多、小便頻急等。其症狀包括腰酸背痛、茶色尿等。專家呼籲市民及早自行做尿篩評估，及早治療。

調查又顯示，八成受訪者未有每天飲足八杯水，增加患腎病的機會；八成受訪者亦未有戒除小便頻多、小便頻急等。其症狀包括腰酸背痛、茶色尿等。專家呼籲市民及早自行做尿篩評估，及早治療。

健康快遞

六成人有腎病徵狀

香港腎科學會和香港腎臟基金會於2月初以電子郵件形式訪問500名市民，發現六成受訪者有兩項或以上腎病有關的徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

預防腎病八大招

1. 戒煙、限酒
2. 每日飲足八杯水
3. 戒除小便頻多、小便頻急
4. 戒除高糖、高脂肪、高鹽飲食
5. 戒除亂服藥物
6. 戒除高血壓、糖尿病
7. 戒除長期服用止痛藥
8. 戒除長期服用抗生素

六成人有腎病徵狀不求醫

本報訊：腎病是腎臟的慢性疾病，本港每年有近一千宗嚴重腎病新症。香港腎科學會及腎臟基金會調查發現，近六成受訪者有腎病徵狀，但市民對腎病的認識不足，有六成受訪者不求醫。



昨日是第二屆腎臟日，有關注腎臟健康的團體調查發現，市民對腎病的認識不足，分別有八成及六成的受訪者不知道高血壓和糖尿病會導致末期腎衰竭，亦有六成市民有腎病徵狀。

調查發現，受訪者對腎病的認識不足，接近六成的受訪者不知道亂服藥物如風濕止痛藥和抗生素會引致腎病，分別有八成及六成的受訪者不知道高血壓和糖尿病會導致末期腎衰竭。

至於腎病徵狀，有兩成及一成由腎小球炎及高血壓引致。他呼籲市民，如發現有其中一項腎病的徵狀，表示存在腎病的危機，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

55歲的李女士在35年前患上高血壓，而且腰背疼痛難以挺直身體，曾先後兩次接受切除腎石的手術。

直至30年前，發現患上腎衰竭，自此需長期透析。她表示，家人雖沒有患腎病紀錄，但醫生向她指出，由於飲食不均衡，偏吃蔬菜，因菠菜含大量尿酸，易導致腎結石。

她直言，患病後經常叮囑丈夫多喝水注意均衡飲食，下月將接受丈夫捐贈的腎臟，進行腎臟移植手術。

另一位腎病患者溫女士患有高血壓及糖尿病多年，她在1998年發現患上腎功能衰竭，但她諱疾忌隱，拖延兩年方接受治療，令病情加劇，故昨日以過來人身份呼籲患者及早接受治療。

香港腎科學會的主席黃祖民醫生指出，腎病已成為全球其中一種增長最快的慢性病，每10個人就有1個腎臟受損，去年全港共有6780名患上末期腎衰竭的病人，每年約新增1000個個案。

他指出，有四成的末期腎衰竭個案，都由糖尿病引致，有兩成及一成由腎小球炎及高血壓引致。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

黃祖民呼籲市民，如有上述徵狀，應及早找醫生檢驗，如及早發現會有合適的治療。

黃祖民表示，腎病早期多無症狀，但隨著腎臟功能受損，患者會出現多項徵狀，如腰酸背痛、夜尿頻多、食慾不振、四肢無力、頭暈目眩、視力模糊、呼吸困難、皮膚瘙癢、貧血、骨質疏鬆等。

六成人出現與腎病有關症狀

自我評估 患腎病風險

【本報訊】腎病是全港增長最快的慢性病症之一，本港每年有逾千宗腎病新症。一項調查發現，六成受訪者出現一項或以上與腎病有關的症狀，但逾八成受訪者不知道如何檢查腎臟健康。

僅19%人日飲八杯水

一項問卷調查於2月初進行，結果發現有500名受訪者中，僅有19%沒有小便頻多及尿色異常等任何與腎病有關的症狀。調查又發現，僅有38.8%受訪者每日飲足八杯水。

八成人不知高血壓致腎衰竭

【本報訊】腎病是其中一種增長地最迅速的慢性疾病。近年本港人口老化，患有末期腎衰竭的人數有十年前的兩倍。一項調查指出，近六成市民有兩項或以上與腎病有關的症狀，但逾八成受訪者不知道如何檢查腎臟健康。

港人現腎病徵狀驟增

【本報訊】香港有逾千宗腎病新症，調查顯示，八成受訪者未有每天飲足八杯水，增加患腎病的機會；八成受訪者亦未有戒除小便頻多、小便頻急等。其症狀包括腰酸背痛、茶色尿等。專家呼籲市民及早自行做尿篩評估，及早治療。

末期腎衰竭患者 10年增兩倍

【本報訊】腎病是其中一種增長地最迅速的慢性疾病。近年本港人口老化，患有末期腎衰竭的人數有十年前的兩倍。一項調查指出，近六成市民有兩項或以上與腎病有關的症狀，但逾八成受訪者不知道如何檢查腎臟健康。

僅58%人關注腎臟健康

【本報訊】香港人近年越來越關注健康問題，有兩成受訪者表示，關注腎臟健康。調查又發現，僅有38.8%受訪者每日飲足八杯水。

不知高血壓糖尿病者高危 港人對腎病認識不足

【本報訊】腎病是其中一種增長地最迅速的慢性疾病。近年本港人口老化，患有末期腎衰竭的人數有十年前的兩倍。一項調查指出，近六成市民有兩項或以上與腎病有關的症狀，但逾八成受訪者不知道如何檢查腎臟健康。

獻辭

腎臟疾病全球其中一項增加率極快的慢性疾病，每十個人就有一人的腎臟受到慢性損害。現時，香港人每年大約有一千名病人因患上嚴重的腎病而引起末期腎衰竭，躺下不起。在香港大約有七十多名病人患有末期腎衰竭，要接受末期腎衰竭之替代治療法，包括腹膜透析（洗肚）、血液透析（洗血）或腎臟移植維持生命。

國際腎科學會及國際腎科基金會舉辦世界腎臟日，目的是引起全球各地人士對預防腎病的關注，強調「腎病十分普遍而且具傷害性，如及早發現是可有合理的治療」。

香港腎科學會和香港腎臟基金會與醫院管理局合辦「世界腎臟日在香港」，並於三月十一日假中環遮打花園舉行當晚活動。今年大會主題是「你的腎臟健康嗎？」，我們特別為香港市民設計了一個腎臟健康自我風險評估方法，希望所有市民自行作出評估，可及早發現問題亦可向途中醫，請市民不要掉以輕心。

大會並藉此感謝所有協助這個活動順利完成的團體及個別人士。

愛腎護腎 有心齊心

世界腎臟日在香港

香港腎科學會主席 林榮基醫生

護腎有道 健康之本

世界腎臟日在香港

香港腎科學會副主席 楊志光醫生

保健康腎 身心康泰

世界腎臟日在香港

香港腎科學會副主席 伍志豪醫生

世界腎臟日在香港 全民同響應 腎病可預防

世界腎臟日在香港

香港腎科學會副主席 行政會議成員 曾鴻基醫生

腎臟健康齊關注 生活有道要奉行

世界腎臟日在香港

香港腎科學會副主席 醫務委員會成員 伍志豪醫生

世界同心 協力保腎

世界腎臟日在香港

香港腎科學會副主席 香港醫學會 李國治教授

世界腎臟日在香港 腎病可預防

世界腎臟日在香港

香港腎科學會副主席 香港腎臟基金會主席 黃兆輝醫生



你的腎臟健康嗎?

問卷反映市民認識不足

香港腎科學會及香港腎臟基金會委託香港健康網於2月初進行一項「香港市民對腎臟健康的關注」問卷調查，成功問了500名市民。同樣調查曾在2004年進行一次。今次結果顯示，市民對腎臟的認識關注法有所改善，但仍不足。今次的調查結果，有下列數據值得關注：

- 1.腎臟功能包括製造血球，但少於一成受訪者答對。
- 2.六成受訪者將一項或以上腎臟病與體內尿酸高掛勾。
- 3.不足五成受訪者知道某些藥物如風濕止痛藥和抗牛黃素會引致腎病。
- 4.只有約一成受訪者可以指出每日飲八杯水。
- 5.八成受訪者不知道某些血跡會導致末期腎衰竭。
- 6.六成受訪者不知道糖尿病會導致末期腎衰竭。
- 7.六成受訪者不知道末期腎衰竭可以透過血液透析（洗血）和腹膜透析（洗肚）治療。

香港患上末期腎衰竭的病人接受透析治療（洗腎）或腎臟移植（換腎）的人數

資料來源：香港腎臟基金會香港健康網

腎臟疾病自我風險評估

你的家人患有腎病嗎？

如果你有：

- 1.糖尿病
- 2.高血壓
- 3.腎臟疾病，例如：腎炎、尿道炎、腎石

你有下列徵狀：

- 1.小便帶血/茶色尿(血尿)
- 2.小便帶白沫(蛋白尿)
- 3.小便混濁(尿感染)
- 4.小便赤痛、頻數
- 5.小便量極多、不精
- 6.小便排出小沙石
- 7.尿急尿頻
- 8.腰痠背痛
- 9.足腫或眼皮浮腫

查詢熱線：27165773
資料網址：www.hkfk.org.hk

香港腎科學會簡介

香港腎科學會成立於1978年，是由腎科醫生及護士等組成的專業團體。有會員660人。學會的宗旨是提高香港腎科醫療水平。目標包括：

- 1.提高腎科醫護的專業水平——學會定期舉辦學術會議，邀請會員於海外交流，設立醫學交流研究小組，提高腎科專業知識，自我訓練水平。
- 2.提高市民對腎病的認識——學會舉辦各種教育活動，提高市民對腎病的認識。並為市民進行普查，及早發現患者。
- 3.推動腎病治療——學會組織義捐捐，不遺餘力。去年舉辦「捐器官、救生命」大型活動，深受各界關注。
- 4.鼓勵腎病患者全面康復——學會每年舉辦各類文康體育活動，如運動會、球賽、歌唱及舞蹈比賽、郊遊比賽等，安排參觀工場、欣賞歌劇，深享生活樂趣。更安排腎友聚會、短途旅遊，增進醫患的了解。

自去年起，香港腎科學會與國際腎科學會及國際腎臟基金會聯合舉辦「世界腎臟日」，提高市民保護腎臟、認識及早發現及治療的重要性。

香港腎臟基金會簡介

香港腎臟基金會於1979年成立，是一個非牟利志願團體，基金由社會各界熱心人士及專業團體所組成的委員會監察。由該會所組成的委員會監察。由該會所組成的委員會監察。由該會所組成的委員會監察。

其他活動：

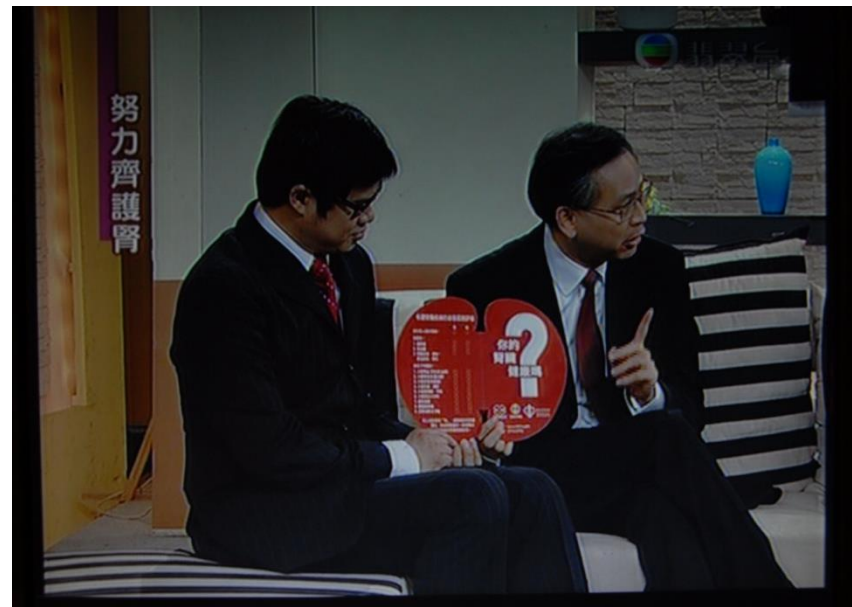
- (1) 資料研討會
- (2) 腎科講座/訓練課程
- (3) 醫療交流
- (4) 醫療交流

香港腎臟基金會廿五周年誌慶

特刊登於六份報章
包括「腎臟健康自我風險評估」



雷兆輝醫生及黃矩民醫生出席電視台節目





《健康大道》第三十三集 腎臟

- 對於腎病這位隱形殺手，似乎為港人所忽略。腎臟跟我們的關係似是密切；為人體過濾廢物，製造血液、尿液及協助排尿等。但我們真正了解的又有多少？根據香港腎科學會及香港腎臟基金會委托香港健康網絡最近所做的一項調查顯示，只有五成八受訪者比較關注腎臟的健康，更只有不足一成人士知道腎臟功能包括協助製造血液。要預防腎病，有很多方法，本集會介紹如何保護腎臟健康；包括多喝水，多排尿以及注意飲食等。

<http://www.rthk.org.hk/rthk/tv/healthandwealth/20070505.html>

世界腎臟日在香港的電郵發給醫院管理局的員工 [五萬多員工]


World Kidney Day @ Hong Kong Sunday 11 March 2007 - ARE YOUR KIDNEYS OK? - 郵件 (HTML)

檔案(F) 編輯(E) 檢視(V) 插入(I) 格式(O) 工具(T) 執行(A) 說明(H)



回覆(R) 全部回覆(L) 轉寄(W)

您於 3/10/2007 2:01 PM 轉寄這封郵件。

寄件者: Siu Fai LUI Dr, NTEC SD(RM&QA)CC(PHARM)/PWH C(CS)/PWHMED Cons(M)
收件者: Staff - Hospital Authority
副本:
主旨: World Kidney Day @ Hong Kong Sunday 11 March 2007 - ARE YOUR KIDNEYS OK?
寄件日期: Sat 3/10/2007 1:54 PM



你的腎臟健康嗎?



WORLD KIDNEY DAY @ HONG KONG

The World Kidney Day is an initiative of The International Society of Nephrology and International Federation of Kidney Foundation to raise the awareness of **kidney disease is common, harmful and treatable**. 1 out of 10 adults worldwide has some form of kidney damage. In Hong Kong, 1000+ new patients reach end stage kidney failure every year. With accumulation, there are 7000+ patients require either dialysis treatment or had a kidney transplant to sustain life.

Hong Kong Society of Nephrology and Hong Kong Kidney Foundation, supported by Hospital Authority will launch **WORLD KIDNEY DAY @ HONG KONG** on Sunday 11 March 2007. The main theme is **Are your Kidneys OK?** A self-risk assessment questionnaire on kidney disease will be launched which will be available on HA's intranet / internet and will also be distributed at GOPCs/SOPCs.

Message for HA staff:
You are cordially invited to complete the self-risk assessment questionnaire for renal disease
http://www.ha.org.hk/worldkidneyday/chi_kidneymain.htm (Chinese)
http://www.ha.org.hk/worldkidneyday/eng_kidneymain.htm (English)

Message for Medical staff of Dept of Medicine:
Many patients under your care are at high risk of kidney failure, in particular patients with diabetes and hypertension. The most common cause of end state renal failure now is DM (40% of all new cases). **Please advise / arrange appropriate investigations & preventive treatment for these high risk patients.**

Dr. Lui Siu-Fai, Chairman of Hong Kong Kidney Foundation
Dr. Andrew Wong, Chairman of Hong Kong Society of Nephrology