



世界
腎臟日

在香港

16.3.2008



Hong Kong Society
Of Nephrology



醫院管理局
HOSPITAL
AUTHORITY



Hong Kong Kidney
Foundation

第三屆世界腎臟日在香港 「腎友闔家同歡嘉年華」 三月十六日





齊護腎 保健康

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



全球關注 確保腎康

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



護腎保健 康樂人生

中華人民共和國香港特別行政區
食物及衛生局局長
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



注重腎臟健康 你我身心安康

醫院管理局主席
胡定旭先生



國際一心 全力護腎

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」，並於二月十六日假九龍醫院舉行響應活動及舉辦「腎友闖家同歡嘉年華」。

大會主題是「奇妙的腎及你的腎臟健康？」，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。



香港腎臟基金會主席
雷兆輝醫生



香港腎科學會主席
黃矩民醫生



香港醫院管理局
聯網服務總監
張偉麟醫生太平紳士

主禮嘉賓：食物及衛生局局長周一嶽醫生

典禮嘉賓包括：

警務處長鄧竟成先生及
明星足球隊隊長譚詠麟及其隊員

主辦單位：

香港腎臟基金會：會長梁智鴻醫生、主席雷兆輝醫生
醫管局主席胡定旭先生，醫管局專業事務及運作總監張偉麟醫生
香港腎科學會主席黃矩民醫生



腎友千人操籲關注腎臟健康



「健康護腎line dance 8式千人操」



明星足球隊與世界腎臟日名人足球隊友誼賽

明星足球隊



世界腎臟日名人足球隊



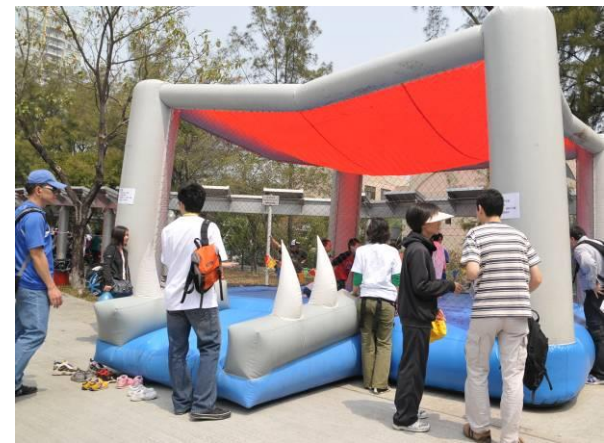
院友十二碼射球爭霸戰



Winner: Caritas Medical Centre



遊戲攤位 兒童遊戲區



義工團



世界腎臟日在香港網址

<http://chi.hkkf.org2.hk>

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



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

獻辭

腎臟疾病是全球其中一項增加最快速的慢性疾病，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患上嚴重的腎病而引來末期腎衰竭。累積下來，在香港大約有七十多病人患有末期腎衰竭，要依靠末期腎衰竭治療。

國際腎科學會及國際腎科基金會聯同世界腎臟日，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隱匿性，如及早發現是可作合理的治療」。

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」，並於三月十六日假九龍醫院舉行籌備活動及舉辦「腎友國家同歡嘉年華」。

大會主題是《奇妙的腎》及《你的腎臟健康？》，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，可及早發現問題也可向護士中醫，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。



人人參與 護腎強身

香港腎科學會主席 黃國強醫生

護腎保健 康樂人生

香港腎科學會主席 黃國強醫生

齊護健康

香港腎科學會主席 黃國強醫生

國際一心 全力護腎

香港腎科學會主席 黃國強醫生

全球關注 確保腎康

香港腎科學會主席 黃國強醫生

注重腎臟健康 你我身心安康

香港腎科學會主席 黃國強醫生



腎友千人操籲關注腎臟健康



近千名腎友及家人參與「健康舞腎 we dance 8式千人大舞」，以慶祝第三屆世界腎臟日。呼籲香港市民重視腎臟的健康。活動當日，腎友在十四個聯誼組織義工主持的攤位，大玩有獎遊戲，明星足球隊與名人足球隊在球場對壘。腎友處處都變成加入人人的舞龍舞獅，還有醫務機構演出的腎友隊伍，參與了兩場射擊比賽。最後由明愛醫院派出的隊伍奪得冠軍。



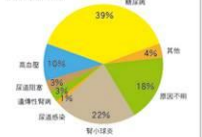
香港腎科學會簡介

香港腎科學會成立於1979年，是由腎科醫生及護士等組成的專業團體，有會員66人。學會的宗旨為提高香港之腎科服務，目標包括：

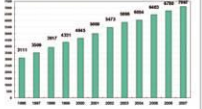


- 認識「奇妙的腎」**
1. 每個人身上都有兩份，我們的腎臟每天能過濾及濾清200公升的血流，即把全身血液過濾40次。
 2. 全球只有6%的人知道腎臟的位置和功能。
 3. 全球的10%的人有不同類型、不同程度的腎病，但其中90%卻不知道自己患有腎病，直至末期。
 4. 因為末期腎衰竭而需要「洗腎」的病人越來越多，嚴重影響病人的生命安全、生活質素，並為醫療系統帶來沉重的負擔。
 5. 腎病為現今第六大殺手。
 6. 其實只要及早發現的檢查：量血壓、驗尿，就可以及早發現腎病，適當的治療可以減慢甚至阻止腎功能的衰退。
- 腎病預防八大策略**
1. 多喝水，保持足夠尿量。
 2. 注意個人衛生，女性及小孩要預防尿道感染。
 3. 注意飲食，避免過量脂肪、肉類。
 4. 避免服用藥物，如止痛止痛藥、感冒藥等。
 5. 預防其他疾病引起之併發症，如糖尿病、高血壓等，必須適當控制血壓及血糖。
 6. 各類尿症尿病必須及早根治。
 7. 及早清除腎石，防止發出腎石原由。
 8. 及早作多種檢驗（驗小便可發現血尿、蛋白尿、糖尿）。
 9. 及早治療腎病。

香港末期腎衰竭之病因 (2007年資料)



香港腎替代治療人數 (1996-2007年資料)



- 判斷腎病**
- 糖小便：**紅血球、白血球、蛋白「糖尿」
- 糖血尿：**糖血、尿糖、蛋白尿、蛋白尿
- 糖血尿：**糖血、尿糖、蛋白尿、蛋白尿
- 糖血尿：**糖血、尿糖、蛋白尿、蛋白尿

你的腎臟健康嗎?

查詢熱線：2716 5773
資料網址：www.hkaf.org.hk

腎臟疾病自我風險評估

你家人患有腎病嗎？

你患有：

1. 糖尿病
2. 高血壓
3. 腎臟疾病，例如：腎炎、尿道炎、腎石

你有下列症狀：

1. 小便帶血/茶色(血尿)
2. 小便帶尿(蛋白尿)
3. 小便常有尿味
4. 小便過頻、過急
5. 小便感脹、不暢
6. 小便排出小沙石
7. 兩腿痠痛
8. 腿腫
9. 足踝腫痛(腳背腫)

若上述有兩個「有」，即顯示你的健康情況，你或需要進行一條檢驗以作進一步的檢驗與諮詢。

香港腎臟基金會簡介

香港腎臟基金會於一九九七年成立，是一個非牟利組織。基金會的運作，是由社會人士及專業人士組成的委員會監督。

其他活動

- (1) 腎科全港巡迴講座
- (2) 腎科全港巡迴講座
- (3) 腎科全港巡迴講座
- (4) 腎科全港巡迴講座
- (5) 腎科全港巡迴講座

金曲繞樓慶

香港腎臟基金會慶祝成立十周年紀念

1. 成立典禮：於1997年於九龍會議中心及1998年於沙田會議中心舉行。
2. 家庭自強團體：1997年開始，基金會免費推出「自動式風險評估」。
3. 腎科全港巡迴講座：提高市民對腎臟健康的認識。
4. 腎科全港巡迴講座：提高市民對腎臟健康的認識。
5. 腎科全港巡迴講座：提高市民對腎臟健康的認識。

全力支持 (義務團體)：

全力支持：

精大藥廠 德信寶豐股務(香港)有限公司
高爾基克有限公司 美國德氏藥廠(香港)有限公司

特約專刊登於
六份報章
27.3.2008

包括「腎臟健康自我風險評估」

鳴謝

金贊助人:

香港安斯泰來製藥有限公司, 百特醫療用品有限公司, 費森尤斯醫藥香港有限公司, 瑞典金寶醫療用品有限公司, 麒麟(亞洲)醫藥有限公司, 瑞士諾華製藥(香港)有限公司, 羅氏大藥廠香港有限公司.

銀贊助人:

德國寶靈家殷格翰(香港)有限公司, 葛蘭素史克有限公司, 楊森大藥廠, 美國惠氏藥廠 (香港)有限公司.

特別鳴謝:

明星足球隊, 博藝集團有限公司, 懲教職員義工團, 伊利沙伯醫院物理治療隊, 聖約翰救傷隊.