

一、什麼是急性腎衰竭？

人的腎臟是維生的重要器官，主要功能包括排除身體的水分與毒素。腎臟功能的維持，有賴充足的血液與養分供應。當腎臟受到某些傷害，在數小時到數天之內，腎臟功能突然變差，排除水分與毒素的功能急劇下降，導致水份與毒素累積在體內而影響身體機能，稱之為急性腎衰竭。急性腎損傷的危險因子包括：年紀大、慢性疾病(如糖尿病、高血壓、心臟病、慢性腎臟病)、嚴重感染(敗血症)及重大手術等，這些因素都可能導致較容易發生急性腎損傷。

二、導致急性腎衰竭的原因可分為三大類：

1. 因流入腎臟的有效循環減少，導致腎臟功能受到傷害：如脫水、大量出血、嘔吐或腹瀉、嚴重感染(敗血症)、燒傷患者、心肌梗塞、嚴重的心臟衰竭、肝臟衰竭等。
2. 因重金屬(如汞、砷)、有機溶劑、含碘之放射性顯影劑等可能具腎毒性之藥物，或服用不明藥物(尤其是含非類固醇消炎藥與含馬兜鈴酸成分之藥材)所造成的傷害。
3. 因攝護腺肥大、尿路結石或腫瘤等因素，造成泌尿系統(輸尿管、膀胱出口或尿道)阻塞，使得腎臟排泄出尿液受到阻礙。

三、急性腎衰竭會有那些症狀？

急性腎衰竭的主要症狀來自水分與尿毒素不正常的堆積在體內。

病人因水分堆積，會產生水腫現象，尤其容易發生在下肢(腳踝處)，用手指按壓會產生凹陷的現象。臥床病人的水腫則容易發生在身體低位處，如兩側腰際及後背。嚴重的水腫會堆積在肺部，造成呼吸喘。

病人會因尿毒素升高會導致食慾不振、噁心、嘔吐，以及鉀離子堆積導致心律不整。嚴重者會有神智混亂、抽搐、昏迷的情形發生。

四、急性腎衰竭的治療：

急性腎衰竭的治療沒有特效藥，治療的骨幹，在於及時釐清造成腎臟傷害的原因，盡早針對原因進行根本性的治療(例如針對脫水補充水分、控制感染症、治療心臟衰竭、停止腎毒性的毒物或藥物使用等)。若腎臟功能無法及時恢復，身體堆積的水分及毒素過多，會影響正常身體機能或甚至有生命危險時，會使用利尿劑等藥物來加強身體排除水分與毒素。但當藥物達到極限，仍無法適度排除水分與毒素時，醫師會跟病人與家屬討論啟動透析(俗稱洗腎)治療，用機器來代替腎臟，幫忙排除身體的水分與毒素。

五、居家自我保健原則：

1. 控制飲食：出院前會依您的腎功能恢復狀況會診營養師，給予飲食指導。返家後若仍有飲食問題可至營養諮詢門診追蹤。

2. 腎臟血流量減少引發急性腎衰竭的病人，應避免再次受相同因素之傷害。
3. 就算腎臟功能可以回復至基準，仍建議要持續回門診追蹤，避免再次發生急性腎損傷或進展 為慢性腎臟病。
4. 腎毒性藥物引起急性腎衰竭之病人，應避免重金屬、有機溶劑的傷害，尋求正確就醫途徑，勿自行至藥房買藥或服用不明偏方，避免腎臟再次受到損傷。
5. 若有發生尿量減少，或是需服用利尿劑的病人，建議在家養成量測體重的習慣，若短期內(幾天之內)體重上升很多，合併下肢水腫，則建議限制水分及鹽分攝取，依照醫囑服用利尿劑，或是盡快回醫院追蹤。
6. 充足休息與睡眠，適度運動，維持身心愉快。

1. 李岳庭、丁凡棋、邱鼎育(2020)·老年人急性腎損傷·腎臟與透析, 32(4), 171-175。
[https://doi.org/10.6340/KD.202012_32\(4\).0002](https://doi.org/10.6340/KD.202012_32(4).0002)
2. 吳柏融、吳建興、李建德、邱鼎育 (2020)·急性腎損傷後的追蹤與照護·腎臟與透析, 32(4), 204-208。
[https://doi.org/10.6340/KD.202012_32\(4\).0007](https://doi.org/10.6340/KD.202012_32(4).0007)
3. 黃俊德、吳明儒、陳呈旭 (2020)·急性腎損傷：流行病學、臨床表現、診斷與病因、治療與預後·腎臟與透析, 32(1), 1-5。
[https://doi.org/10.6340/KD.202003_32\(1\).0001](https://doi.org/10.6340/KD.202003_32(1).0001)