

您是否處於風險之中？

每三名澳洲人中就有一人可能患上**腎病**，風險日益增加。

什麼是腎病？

腎病在您腎臟內部的腎元（功能為過濾血液）損壞時發生。這導致廢物和液體在體內積聚。



我是否有罹患腎病的風險？

如果您屬於以下情況，您患腎病的風險會較高：

- 有糖尿病
- 有高血壓
- 肥胖（體重指數達到30或更高）
- 吸煙
- 有腎病家族史
- 祖先是土著或托雷斯海峽島民
- 超過60歲
- 出現過心臟問題（心臟衰竭或曾有心臟病突發）和（或）曾中風



腎病有哪些徵兆？

有些人已失去90%的腎功能但仍未出現任何症狀，這情況並不罕見。

開始的徵兆可能較普遍，可包括：

- 高血壓
- 尿的外觀發生改變
- 尿中有血
- 排尿量和次數改變



及早發覺是否會有幫助？

如果早點發現腎病，通過服藥以及飲食和生活方式的改變可以延長您腎臟的壽命並讓您盡可能延長保持最佳狀態。

什麼是腎臟健康檢查？

要求您的全科醫生為您進行腎臟健康檢查。這將包含一個血液檢查、血壓檢查和尿液檢查。



對於腎衰竭晚期有哪些治療選擇？

腎衰竭是不可能痊愈的。治療的選擇包括：

腹膜透析

一根管子永久性插入腹部。之後定期輸入特殊液體將雜質引出。

血液透析

該方法是在家中或醫院中連接到血液透析機，每週三次，每次大約5小時來清潔您的血液。



移植

如果您適合做移植，您可能需要等待平均4-7年才獲合適的腎源。

保守治療

如果不進行移植或透析以替代腎功能，患者將會逐漸步向死亡。針對症狀而進行治療是為了讓病人舒適。

www.kidney.org.au

1800 4 KIDNEY
5 4 3 6 3 9

Traditional Chinese

KIDNEY[®]
HEALTH
AUSTRALIA