

## 腎病症候群衛生教育指導

腎病症候群是指腎臟廣泛性損傷導致大量蛋白質由尿液中流失，以致引起一系列的症狀，包括水腫(多在眼皮四周、陰囊以及下肢)、體重增加、高脂血症、低白蛋白血症。

### ✚ 症狀：

- ✚ 最明顯的症狀是水腫：眼皮、臉部、下肢、腹部、睪丸都大量積水，甚至積水至胸腔、腦部，而影響呼吸和意識。
- ✚ 可能有倦怠、嗜睡、食慾差等症狀。
- ✚ 最嚴重的情況是休克、血壓降低。

### ✚ 飲食注意事項

- ✚ 飲食要均衡，並注意蛋白質的攝取，但不宜過量，以免增加腎臟的負荷量。
- ✚ 在水腫嚴重時要控制鈉及液體的攝取量。

### ✚ 其他：

皮膚照顧、預防感染及適度的運動是必要的。

### ✚ 治療：

分兩大類：

- 一、 支持性療法；支持性療法包括飲食方面，要控制鹽分以防止水腫和高血壓，而蛋白質適量即可，不需刻意提高。
- 二、 藥物治療：藥物治療方面，類固醇仍是腎病症候群主要之治療藥物。