

骨骼

給腎病患者的提示

Bones

Patient TIPS for Living with Kidney Disease

[Chinese]



由於體內鈣及磷酸鹽的失衡，慢性腎病可引起骨骼問題。骨骼需要鈣質才能正常成長及保持強健。鈣是一種源於食物的礦物質。鈣質由腸負責正常吸收，然後儲存在骨骼中。

患有慢性腎病時，身體不能吸收鈣質，原因有二：

- 1) 衰竭的腎臟不能生產維他命D，以協助吸收鈣質。
- 2) 腎病可升高血液中磷酸鹽的水平，若血液中的磷酸鹽含量過高，鈣質會從骨骼中流失。

在頸部的副甲狀腺分泌出一種稱為副甲狀腺素的荷爾蒙(PTH)。這種荷爾蒙幫助保持血液中鈣質的平衡。當血液中鈣質水平降低，副甲狀腺素便會在骨骼中攝取鈣質。如果鈣從骨骼中被大量攝取，骨骼會變得衰弱易碎，如此會形成骨骼的問題。如果血液中積聚太多鈣質，可能流入血管及軟組織中，從而造成傷害。



一些常見的先兆及症狀：

- 骨骼疼痛
- 行走困難
- 增加骨折的機會
- 發癢

預防方法：

- 定期服用處方磷酸鹽結合劑藥物(例如碳酸鈣)，以保持鈣及磷酸鹽的正常水平。磷酸鹽結合劑應與膳食一同服用。
- 遵照指定的含低磷飲食
- 須要時諮詢營養師
- 做例行血液測試，並定期前往腎科診所(每3個月一次或須要時)。
 - 正常血液鈣質水平 = 2.15 – 2.64 mmol/L
 - 正常血液磷酸鹽水平 = 0.8 – 1.45 mmol/L

偶爾醫生需要進一步測試以確定病人的骨骼健康程度，例如骨骼切片檢查以及/或者骨骼掃描。有時可能要以外科手術切除副甲狀腺。

雖然這些症狀對大部份慢性腎病患者都很普遍，但個別病人的反應可能不同。留心你的身體，並注意任何改變。

For more copies, go online at <http://vch.eduhealth.ca>
or email pchem@vch.ca and quote Catalogue No. **FP.450.B641.CN**
© Vancouver Coastal Health, November 2005

這文件內的資料，由醫療衛生人員特別為個別病人提供。
www.vch.ca