



編訂日期:109 年 11 月 21 日

修訂日期:112 年 10 月 12 日

糖尿病腎病變

一、何謂糖尿病腎病變

目前台灣有九萬多名尿毒症患者接受透析治療，也就是所謂的「洗腎」。不論在台灣或是在美國，糖尿病腎病變已經成為尿毒症的最主要原因。由於血糖控制不好，全身大、小血管會產生病變，兒腎臟微血管受到傷害，影響腎功能，早期出現微量白蛋白尿為主要特徵。

二、糖尿病腎病變的五個分期

1. 第一期:血液流經腎臟和腎絲球的量增加，稱為高過濾期，腎臟為正常的情形。
2. 第二期:腎絲球過濾率仍為維持在正常範圍之內，但腎絲球開始產生細微損傷。
3. 第三期:此期為微蛋白尿期，尿液白蛋白排出量每天在 30-300 毫克之間，腎功能仍維持正常。此時如果能積極控制血壓及血糖，仍然可以恢復正常。
4. 第四期:此期為巨量白蛋白尿期，尿液中白蛋白尿期大於 300 毫克，此時腎功能開始惡化，血壓及血糖的控制可以延緩惡化速度，但已經無法恢復正常。
5. 第五期:此期為腎臟衰竭期，病人腎絲球過濾率小於每分鐘 10CC，此期大多數人都要開始接受洗腎的治療。

三、如何診斷糖尿病腎病變

定期蛋白尿檢測是非常重要的。目前建議第一型糖尿病患在發病 5 年後每年檢測一次微量白蛋白量，第二型糖尿病患應該在發現後每年都要檢測微量白蛋白量。



道周醫院

道周醫療 社團法人

護理部關心您~
修訂者: 吳佳蕙

四. 糖尿病腎病變的治療方式

1. 控制血糖

高血糖除了產生利尿作用外也增加腎臟負擔，不正常的代謝產物更會造成腎實質的破壞。良好的血糖控制應該維持糖化血色素小於 7%，並且每三個月追蹤檢查一次

2. 控制血壓

當糖尿病腎病變進行到巨量白蛋白尿期時，控制血壓比血糖更為重要。血壓控制應要求在收縮壓 125 毫米汞柱以下，舒張壓 75 毫米汞柱以下。

3. 飲食控制

在早期糖尿病腎病變時應採低鹽飲食，可以降低血壓，減輕腎臟負擔，可以考慮使用低鈉鹽或薄鹽醬油。當腎功能開始惡化時，限制蛋白質的攝取就顯得重要了。