

一、腎臟的位置：

正常人有兩顆腎臟，位置在後腰部左、右肋骨緣下方，左右各一。腎臟外觀如同蠶豆狀，每一個腎臟約有一個拳頭大小，長度約**10-12公分**，重量約**125-150公克**。

二、腎臟組織結構：

每個腎臟大約有一百萬個腎元組成，基本單位是腎元，它是由腎絲球（微小動脈）及腎小管所組成。

三、腎臟功能

調節水份：多餘的水份會藉由腎臟自血液過濾出，形成尿液排出人體。兩個腎臟一天可以製造**1000到2400cc**的尿液。

維持體液電解質平衡：維持體內鈣、磷、鈉（鹽份）、鉀等電解質正常。

調節酸鹼平衡：身體代謝所產生的酸性，只能靠由腎臟排出，若腎功能變差，排酸能力降低，易造成酸中毒，影響細胞生理功能。

代謝體內廢物：血液中的廢物是由所吃的食物代謝形成或是由肌肉活動與新陳代謝所產生，這些廢物由腎臟過濾後，尿液排出。

製造、分泌荷爾蒙：

分泌腎素：控制血壓。

分泌紅血球生成素：刺激骨髓製造紅血球，腎功能衰退時，紅血球生成素製造不足容易貧血。

活化維生素D：控制鈣離子平衡，維持骨質密度，保持骨質的健康。