

亂吃止痛藥，腎防出毛病

文章來源:(張宗興 醫師)

在今日的工業社會，生活緊張忙碌，身心壓力都很高，因此頭痛、腰酸背痛的大有人在，而長期服用止痛藥物的人也逐年上升，在門診常看到有些病人腎功能已衰竭，卻找不到病因，細問之下，才知道病人已服用止痛藥物一段時間，有些甚至是秘方或不明藥物，病人卻仍渾然不覺，直到發覺腎功能有異常，卻已悔之晚矣！

止痛藥的濫用(如阿司匹靈、菲那西汀等)在歐美國家早已是一個嚴重的問題。據估計，1970年代，在美國3%左右的洗腎病人，是因濫用止痛劑所造成的，而在澳洲及某些歐洲國家，此比率可高達20%，後來歐美國家了解止痛藥危害的嚴重性，開始禁用菲那西汀，腎病變就大幅降低了。在台灣目前並無確切的統計數字，但止痛藥腎病變佔洗腎病人之比率，推估應介於2%~10%之間，尤其國人偏愛中藥及秘方，其中許多又慘有止痛藥，因此這種由藥物引起的腎衰竭在可見的未來可能會愈來愈多。

一般我們所熟知的止痛劑腎病變常須服藥五到八年後才會發生，十到十五年後才會腎衰竭，但不明藥物有時造成尿毒症的時間僅需一、兩年，臨床上病人常有下列特徵：(1)中年婦女居多；(2)有長期頭痛或背痛的病史；(3)常有胃潰瘍或精神官能症；(4)高血壓。檢查時病人除腎功能異常，容易貧血外，尿路攝影或超音波常可看到兩側腎臟萎縮且呈不規則形狀，或者有鈣化情形；另外病人也常會有尿路感染，造成血尿、腰痛、發燒等。

一旦診斷確立，治療的第一步便是要病人停用止痛藥或其他不明藥物，要不然病人一定會走上尿毒症而須長期洗腎的路；停藥後大部分病人病情會變穩定，但仍有一部分病人腎功能可能會逐漸惡化，此時必須加強控制血壓及飲食，才能對病人有所幫助。預防重於治療，當你在服用任何藥物之前，最好先詢問你的醫師。