

近日一位**50**歲男子，因全身倦怠以及噁心嘔吐近一個月，前來求診，經檢查腎臟功能指標血液肌酸酐已達**5.2**毫克每公撮(**mg/dL**)(正常值小於**1.3**毫克每公撮)，換算成腎絲球過濾率為**12**毫升每分鐘(已達慢性腎衰竭最嚴重的第**5**期)。一般而言，腎絲球過濾率小於**15**或**10**毫升每分鐘，就有可能需要透析治療，也就是俗稱的洗腎。其實他早在一年多前，即已得知有蛋白尿，當時血液肌酸酐僅有**1.5**毫克每公撮，但他沒有接受進一步檢查，此次就診發現原來有糖尿病，目前病人積極控制血糖以及血壓，並且飲食中避免過量蛋白質，腎功能稍微有改善，不再惡化。如果在他知道有蛋白尿時，就能夠詳細檢查找出病因，並加以治療，腎功能應該可以保持，不會進展到目前這麼嚴重。門診其實有許多糖尿病病人，雖然有蛋白尿，血液肌酸酐也稍有偏高，但及早控制好血壓、血糖以及於飲食中減低蛋白質量，多數人腎功能不致於快速惡化，也就不會走到洗腎的地步。

蛋白尿的存在大多沒有症狀，隨著蛋白尿量的增加，尿液會產生久不散去的泡泡，若是蛋白尿更嚴重時，會產生的身體症狀是下肢水腫，身體健康檢查大多會包括蛋白尿的檢查，一般的蛋白尿試紙檢查，結果以價數呈現(無、**1+**、**2+**、**3+**、**4+**)。之前研究就發現，蛋白尿量愈高，以後腎功能惡化的機會就愈高，因此不管是身體無異常，只是身體檢查發現有蛋白尿，或是有泡泡尿或水腫症狀時，都應該就醫，進一步定量確認尿中蛋白排出量(正常值每日小於**0.15**公克)，如果確定有蛋白尿，且持續存在，就需要積極尋找病因。一般以糖尿病為常見病因，還有高血壓、痛風、免疫疾病如紅斑性狼瘡及止痛藥等，另外的病因是腎絲球腎炎，造成的原因可以是國人常見的**B**型肝炎或**C**型肝炎，癌症也有關聯，病因不明之腎絲球腎炎可以接受腎臟切片檢查。確認病因之後，例如糖尿病、高血壓、痛風等，需要治療，也有藥物可以直接減少蛋白尿的量，如此大部分的蛋白尿現象可以獲得控制，少數嚴重病因需要免疫抑制劑的治療，例如

類固醇。總之，檢查出有蛋白尿時，不需過分恐慌，一定要接受檢查，定期追蹤治療，才能維持腎功能，保有身體健康。