



關心謹腎大聯盟  
Heart-Kidney Care Alliance



新聞稿

二零一六年十一月八日

## 港大民調揭公眾忽略腎衰竭重要病因 對早期先兆「微蛋白尿」聞所未聞

### 「洗腎」25載病人籲盡早診治 西醫工會伙社區醫生推免費普查 預計2500市民受惠

**[即時發布 - 香港, 2016年11月8日]** 全港每年約有1200宗末期腎衰竭新症, 患者要透過「洗腎」甚至「換腎」延續生命。然而, 由「香港西醫工會」牽頭組成的「關心謹腎大聯盟」, 委託香港大學民意研究計劃進行的調查發現, 逾半受訪市民忽略腎衰竭的主要病因, 嚴重低估高血壓對腎臟的傷害。而「微蛋白尿」雖是腎功能受損的早期警號, 但接近八成半市民對此聞所未聞, 部分人則誤以為「微蛋白尿」屬其他疾病的先兆, 情況令人關注。

有見及此, 「關心謹腎大聯盟」今年起在社區會堂及私家診所推出健康普查, 免費為市民量度尿蛋白、血糖及血壓, 務求盡早診治高危病人, 避免病情惡化, 演變成腎衰竭。預計至2018年, 累計有2500名市民受惠。

在正常腎臟內, 滿布由微絲血管組成的腎小球, 像一個密密麻麻的「筲箕」, 可將身體廢物及多餘水份篩走。一旦患上糖尿病或高血壓, 都會破壞血管內壁, 使血管出現病變。當腎小球同樣發生病變, 「筲箕」就會出現疏窿, 血液內的蛋白質會從血管內壁滲出, 再流入尿液之中, 形成「微蛋白尿」以至「蛋白尿」。

多年來, 醫學界愈來愈關注「微蛋白尿」, 視之為腎病變及腎衰竭的早期徵兆。研究亦顯示, 糖尿病患者有否出現「微蛋白尿」, 可用作評估未來患心血管病甚至死亡的風險。

為了解公眾對「微蛋白尿」及腎衰竭的認識, 港大民意研究計劃今年9月成功以電話隨機抽樣訪問508名成年市民。結果發現, 接近八成半受訪者(84.7%)從未聽過「微蛋白尿」; 即使聽過的68名市民, 其認知卻一知半解, 僅得4人(6%)知道「微蛋白尿」患者沒明顯病徵, 須透過驗尿才可察覺。

### 對常見疾病認知不足 衍生「隱性患者」

事實上, 在68名聽過「微蛋白尿」的市民中, 37人(55.3%)知道「微蛋白尿」有機會是「腎衰竭」的先兆。但亦有23%市民坦言「不知道」, 更有不少受訪者錯誤以為「微蛋白尿」與「膀胱炎(21%)」、「尿道阻塞(14.9%)」、「肝硬化(11.3%)」或「貧血(8.5%)」有關。

至於腎衰竭方面, 多達91.8%受訪市民(467人)聽過「腎衰竭」, 但知道糖尿病、腎小球炎及高血壓可導致腎衰竭的市民, 分別只有49.1%、36%及23.4%, 全部不足五成, 尤其忽略了高血壓對腎臟的影響。被問及末期腎衰竭患者需接受甚麼治療, 大部分市民(72.6%)知道包括「腎臟移植」, 但六、七成人不知病者有機會要「洗腎」。

「關心謹腎大聯盟」召集人、西醫工會幹事黃品立醫生坦言, 在本港, 微蛋白尿、蛋白尿、糖尿病、高血壓及腎病的患者很常見, 但認知度不足, 導致許多病人未被確診, 成為「隱性患者」。其實, 市民只需接受非常簡單檢查, 包括筲手指、量血壓及驗尿, 即可診斷出這些疾病。若盡早發現有尿蛋白、血壓及血糖問題, 現行治療已相當見效, 很容易控制病情, 防範腎衰竭。

眼見公眾對「微蛋白尿」、高血壓、糖尿病以至腎衰竭的認知不足，**西醫工會**聯同各區醫生會員及私家診所，組成「**關心謹腎大聯盟**」，將在 2016 至 2018 年舉行連串公眾教育活動。目前，大聯盟成員已有 70 多間診所；至明年，預計參與診所數目會增至 200 間。

### 免費驗尿、量血壓及測血糖 倡病向淺中醫

大聯盟會在社區會堂或私家診所進行健康普查，免費為市民檢驗尿蛋白、血壓及「糖化血紅素(HbA1c)」，了解是否出現高血壓、糖尿病、「微蛋白尿」或「蛋白尿」；亦會邀請醫生、註冊營養師及體適能導師在社區會堂分享健康資訊。連同上月舉辦的首場社區普查，大聯盟計劃至 2018 年，將合共舉辦 10 場社區普查及 96 次診所普查，預計有 2500 名市民受惠。

**黃品立醫生**表示，要讓公眾關心「微蛋白尿」及腎衰竭，預防勝於治療，須從教育入手；要讓患者謹慎控制病情，則須從行動入手，提醒市民切勿諱疾忌醫，應透過定期檢查，及早察覺問題，再病向淺中醫，讓各健康指標回復至正常水平，減低將來要「洗腎」甚至「換腎」的危機。

現年 30 多歲的**杜嘉琪**小姐，20 歲左右發現患上糖尿病時，血糖水平一度高達 17 度，但因工作忙碌，缺乏運動，出現蛋白尿亦未有理會。至 2014 年，她出現嚴重肺積水，經常氣喘，才證實患上末期腎衰竭，遂開始一星期三三次「洗血」，除要辭去工作養病，又因為「洗血」喉管影響外觀，使她不敢外出見朋友，導致情緒更見低落。大半年後，她接受了腎臟移植，體力才慢慢恢復。未來日子，她要繼續注射胰島素針，並永久服用抗排斥藥。

### 洗腎換腎患者悔不當初 勉市民盡早監察

「會怪自己，如果當初控制好病情，未必那麼快要洗腎！」今年 49 歲的**馬陳光**先生，18 歲時已確診高血壓，上壓曾超過 180 度，卻因工作繁忙，未有繼續覆診，結果在短短四、五年後，23 歲便有末期腎衰竭，開始「洗腎」。雖然他在 1996 年及 2005 年，分別輪候到屍腎，接受了器官移植，但身體都在 1 至 3 個月後出現嚴重排斥，被逼將屍腎取出，要重新靠「洗腎」維生。如今，他無法當全職工作，也不能去長途旅行。馬先生寄語市民要多認識腎病，因多種疾病會影響腎功能，應定期驗身及控制飲食。

**香港器官移植基金會**創辦人及創會主席**何繼良**醫生解釋，「微蛋白尿」是「蛋白尿」的前期，若市民有「微蛋白尿」，已顯示腎臟開始受到破壞，最嚴重後果可以導致末期腎衰竭。他呼籲，本身患有糖尿病或高血壓的人士，除要控制血糖及血壓水平，也要經常驗小便，監察尿蛋白的含量，避免腎功能進一步受損。一般市民應在 20 歲左右開始，每隔 3 年驗尿一次，若發現已有微蛋白尿的問題，應盡早診治。

大聯盟為加強在社區的教育工作，特別邀請了**藝人徐榮**先生擔任「關心謹腎大使」，向公眾傳遞有關愛護心臟及腎臟的信息。現年 42 歲的**徐榮**，育有一對精靈聰穎的子女，他為了家人，除會注意健康，也會盡量抽時間做運動。他特別提醒市民，別以為腎衰竭、高血壓及糖尿病只是老人病，與中年人無關，也不應忽略身體檢查的重要性，一旦發現有早期病變，要立即求醫，對症下藥，避免病情轉壞，才可跟子女以至家人共享更多寶貴時刻。

如有任何傳媒查詢，歡迎致電譚以和先生(9624-8654)及李明慧小姐(9609-3520)聯絡。謝謝！

支持機構：

