

## 貧血的控制

「腎性貧血」是慢性腎功能衰竭患者的一種特有症狀，由於 90%紅血球生成素是在腎臟形成的，因此當腎臟產生病變時，血紅素值會降低。

### ■ 貧血的症狀：

1. 疲勞、嗜睡
2. 食慾喪失、運動能力減少、有時候上氣不接下氣

### ■ 其他造成腎性貧血的原因：

1. 鐵質缺乏。
2. 葉酸及維他命缺乏。
3. 營養不良。
4. 副甲狀腺功能亢進：造成骨質纖維化。
5. 感染或炎症反應...，只是一個小感冒，可使血色素急速降低。
6. 血液由腸道流失。
7. 血液透析中血液流失。
8. 紅血球的壽命減少：正常紅血球的壽命約 120 天，腎臟衰竭病人的紅血球壽命會減少，因體內毒素增高容易產生溶血。
9. 紅血球生成素減少

## ■ 腎性貧血的預防與治療：

1. 紅血球生成素 ( EPO ) 的補充
2. 依醫囑接受鐵劑治療
3. 多吃含鐵食物補充葉酸，維他命 B12 及肉鹼
4. 適度的運動和工作
5. 避免不必要的抽血
6. 充分的透析治療{因太高的尿素氮會使紅血球的壽命減短}
7. 攝取足夠養份
8. 有副甲狀腺機能亢進者，應先治好，EPO 才有效
9. 避免血液流失

## ■ 「紅血球生成素 EPO」用藥須知

用藥方法：依醫囑以注射方式。建議以皮下注射效果較好且用量也少。

副作用：高血壓、抽慄、高血鉀、靜脈栓塞...。其中以高血壓最常見，故患者在使用 EPO 時，應定時測量血壓。

## ※ 備註：

EPO 最好還是由皮下注射，效果較好。皮下注射也是歐美等先進國家建議的施打方式。