

腎臟偵探：看懂你的檢查報告





陳先生別緊張！
看腎臟報告就像檢查車子引擎一樣。我們只需要搞懂兩個神秘代號：
『清潔隊的速度』與
『濾網的破洞』！



eGFR就是腎臟的過濾速度。分數越高越好！
如果低於 60，代表體內大塞車，毒素清不掉囉！

健康的腎臟會把
營養(蛋白質)留住。
如果濾網破了，蛋白流到
尿液裡，就是『蛋白尿』
(uACR)。

Zoom In

數值超過 30
就要小心，
超過 300 就
是大漏水了！

我們把這兩個分數結合起來，
就是你的『腎臟紅綠燈』。

Kidney Heat Map

eGFR	G1	G2	G3
A1			
A2			
A3			

綠燈安全，紅燈代表極
高風險，要全力搶救腎
功能！

腎臟紅綠燈 (Kidney Traffic Light)

根據您的 eGFR (腎絲球過濾率) 和 uACR (尿液白蛋白) 數值，在表格中找到您的位置。紅燈區表示腎功能下降的風險很高！



可是張醫師，
我每天吃好睡好，
身體都沒有不舒服，
應該不用吃藥吧？

千萬不可！**腎臟病**是
『**沈默殺手**』，等到不舒
服通常已經很嚴重了！

**腎臟和心臟是
生命共同體 (CRM) !**

腎臟不好，心臟負擔
就大。**保護腎臟**
同時也是在救心臟!



Heart-Kidney Connection (CRM)

2025 健保擴大給付!

好消息! 2025年起, 健保**擴大給付**
『排糖藥』 (SGLT2i) 給慢性腎臟病患。
它能把糖分排出, **減輕腎臟壓力**, 還能**預防心臟衰竭**!



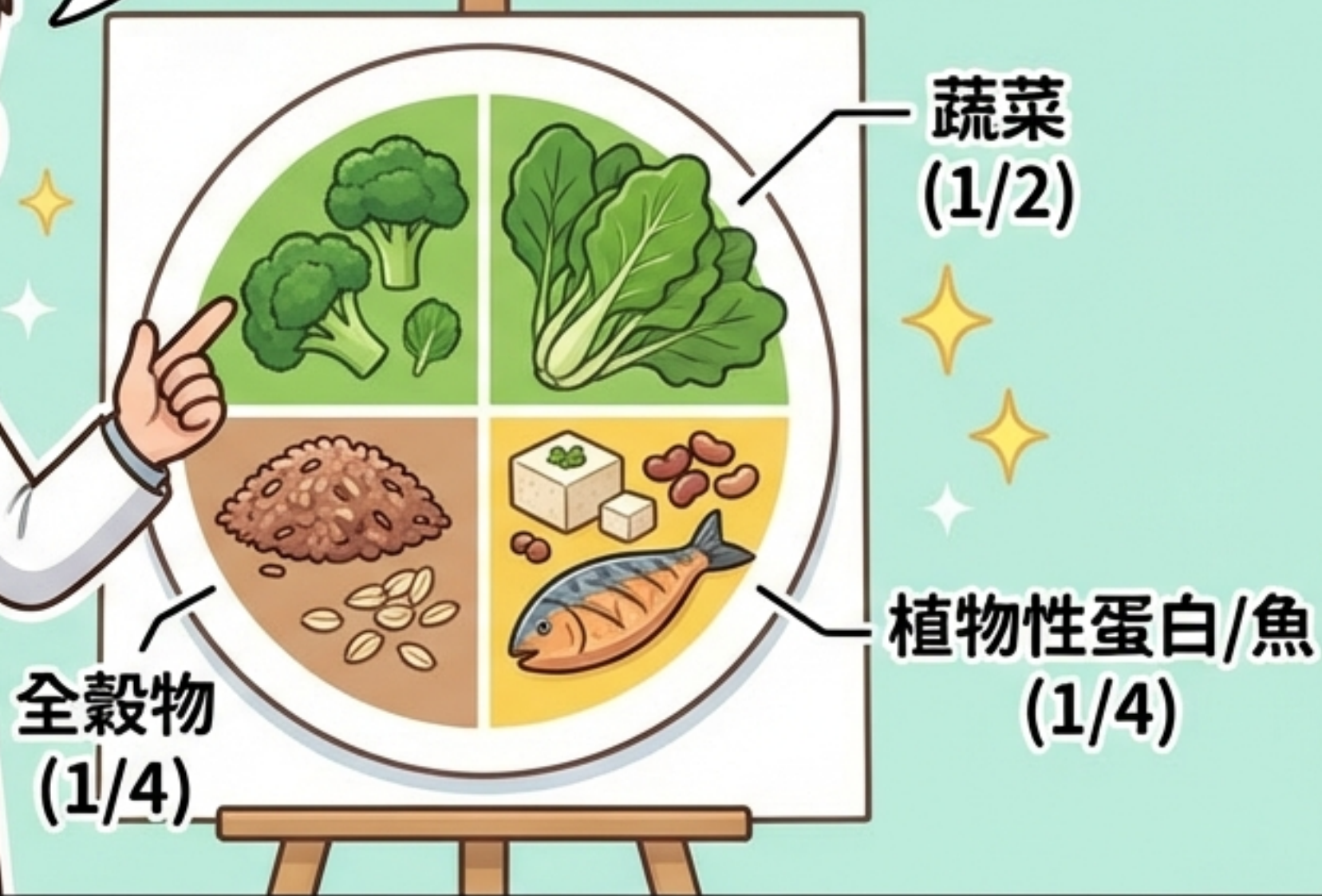
口訣記起來：S-ABCDE，腎利人生由你掌握！



口訣記起來：S-ABCDE，腎利人生由你掌握！

腎臟病飲食指南：挑對吃，好健康！

不是不吃，是『挑對吃』！
還沒洗腎前要『低蛋白』，
減少紅肉，多吃植物性蛋白。



是不是什麼
都不能吃？



WARNING!



注意！如果有發燒、
嚴重拉肚子或嘔吐
導致脫水...

STOP

暫停服用排糖藥(SGLT2i)
和血壓藥(RASi)，並馬上聯
絡我們，避免急性腎損傷！



不要被一次的數字嚇到。
我們會用**科學算命**
(KFRE) 預測風險。

每 **3-6 個月** 定期追蹤，
只要趨勢穩定，
就是勝利！

定期追蹤

糖尿病保腎護心卓越機構

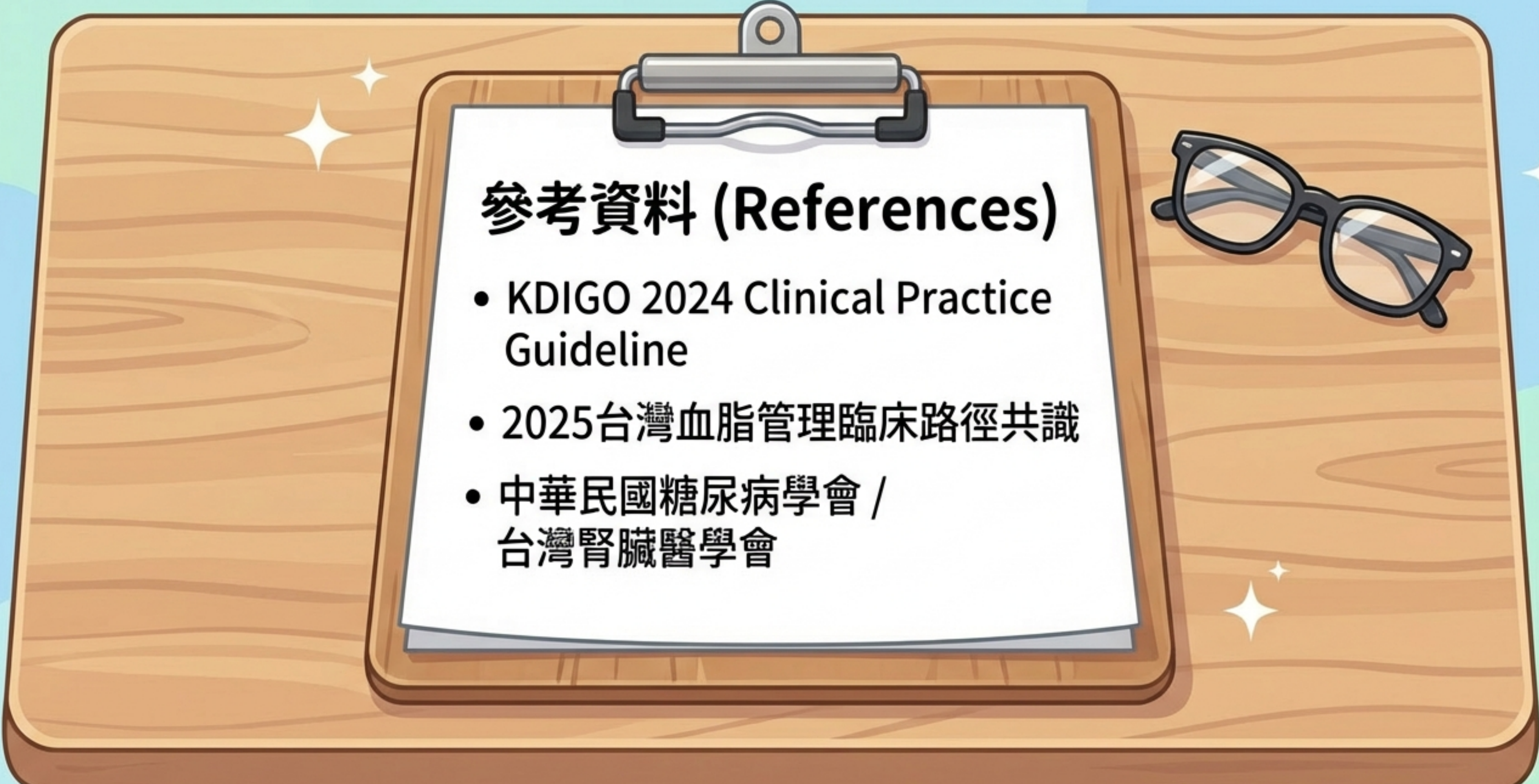
我們是您的強力後盾！

醫師、衛教師、營養師、藥師一起守護您！



早期篩檢+正確用藥+生活管理=彩色人生!

原來只要
『早知道、早行動』，
腎臟病不可怕!



參考資料 (References)

- KDIGO 2024 Clinical Practice Guideline
- 2025台灣血脂管理臨床路徑共識
- 中華民國糖尿病學會 / 台灣腎臟醫學會