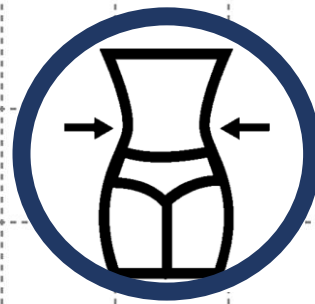


護腎黃金八守則



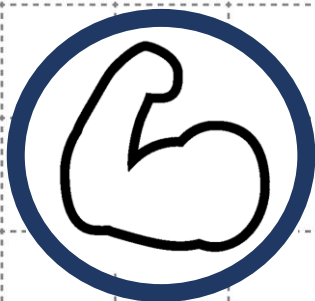
控制三高



體重控制



健康飲食



規律運動



多喝水



定期檢查



避免使用
不當藥物



不抽菸



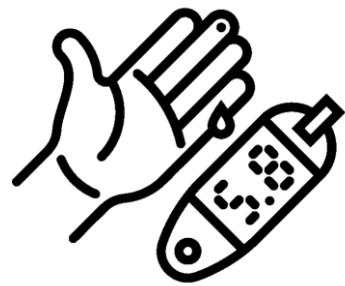
年滿40歲者請多利用成人健檢進行腎臟功能檢測



雄健康-高雄市政府衛生局



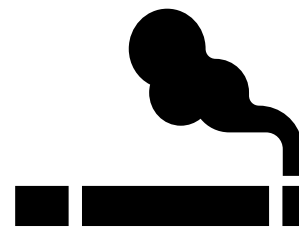
心血管
疾病



糖尿病



高血壓



抽菸



代謝
症候群

慢性腎臟病十大危險因子



65歲以上



長期服藥



具腎臟病
家族史



痛風



蛋白尿

 具危險因子者請多注意腎臟保健，以維護自身健康

慢性腎臟病早期 5 症狀



»» 如有以上症狀，請盡速就醫，進行腎臟功能評估!



雄健康-高雄市政府衛生局