

# 高雄市立民生醫院

醫病共享決策輔助評估表

病歷號碼：

姓名：

床號：

## 若我的腎功能不佳- 我/我的家人該選擇接受門診治療模式嗎？

前言：

台灣末期腎病之發生率與盛行率居世界第一，需進行透析者近 10 年以 6% 成長率成長。這些病人常起於糖尿病與高血壓，因此對慢性腎臟病的防治主要針對糖尿病與高血壓的控制以及蛋白尿的減少。

因此為了良好控制您的腎絲球過濾及減緩腎臟病併發症的發生，此時您的醫師就會建議您門診追蹤治療。我們將提供相關之治療方式，讓您更加了解自己的需求，希望能幫您做出最適合的治療選擇。

疾病或健康議題簡介：

腎臟受損超過三個月，導致其結構或功能無法恢復正常，稱為慢性腎臟病。慢性腎臟病分為五個階段，這個過程可能非常長久；也有可能很快地進入了第五階段—末期腎衰竭，甚至要進行透析或換腎的治療。因此，為了避免惡化為末期腎衰竭，慢性腎臟病人一定要配合醫生的指示



治療方式介紹：

### 一、 健康的生活型態

- ◆適當的運動習慣選擇适合自己體力的運動，每週三次，每次20至30分鐘。
- ◆不抽煙不酗酒不熬夜，維持良好生活習慣

### 二、 謹「腎」飲食

- ◆以均衡為原則，不需要大補特補
- ◆適量蛋白質攝取，避免大魚大肉的習慣
- ◆少鹽、少調味料、少加工品



### 三、 適量喝水、勿憋尿

- ◆適量喝水 每天應喝水約1500-2000cc 水份
- ◆勿憋尿

### 四、 謹「腎」用藥

- ◆不聽別人推薦的藥
- ◆不信有神奇療效的藥
- ◆不買地攤、夜市、遊覽車上賣的藥
- ◆不吃別人送的藥



### 五、 疾病的治療與控制

- ◆糖尿病病人要做好血糖控制  
飯前血糖要低於80-130mg/dl， 飯後血  
糖要低於160mg/dl，  
糖化血色素要低於7%
- ◆高血壓病人要做好血壓控制  
收縮壓低於130mmHg，  
舒張壓低於80mmHg



接下來透過以下步驟讓我們來幫助您做決定

**步驟一：瞭解繼續門診追蹤治療優缺點**

	繼續門診追蹤治療	保守治療
<b>優點</b>	1. 可延緩腎功能進一步惡化 2. 能規律性監控三高並減少心血管疾病合併症 3. 可以減少尿毒症的發生 4. 少有副作用	1. 方便性 2. 自主性 3. 依據生活習慣，尋求能改善腎功能的方法
<b>缺點</b>	1. 不方便 2. 需配合門診時間 3. 長期吃藥可能有肝、腎或腸胃不適等副作用。	1. 腎絲球過濾值不易控制 2. 容易有心血管疾病合併症 3. 三高不易控制

**步驟二：您選擇治療方式會擔心的因素有什麼？以及擔心的程度？**

項目	不太擔心	擔心	相當擔心
擔心長期吃藥會影響身體器官（如肝、腸胃）			
我擔心一輩子都要洗腎			
我怕抽血疼痛			
我擔心別人會用異樣眼光看我			

**步驟三：在做決定之前，您都了解了嗎？**

項目	繼續門診治療	保守治療方式	都一樣	不清楚
哪種治療方法較能控制腎絲球過濾值？				
哪種治療方法較會造成身體器官傷害？				

哪種治療方法可以減緩腎臟病的併發症？

**步驟四：您現在確認好治療的方式了嗎？**

項目	是	否
我想要再從調整生活型態做起，並且配合醫師指示用藥。		
我還要再對於這種治療上的改變多了解一點，再和醫師做詳細的討論。		
我選擇保守治療方式		
我已經準備好，決定這個選擇了。		

我(們)已經確認好想要的治療方式—

- 我選擇繼續門診追蹤治療，因為我希望能控制腎絲球過濾值控制不佳的問題，改善生活品質。
- 我選擇保守治療方式。

我(們)目前仍無法決定，我(們)想要—

- 再與主治醫師或其他醫護人員討論細節。
- 再與其他親友(包括：家人、親戚、或其他提供意見的友人)討論利弊得失，再做決定。
- 對於以上的治療方式，我(們)想要再瞭解更多，我(們)的問題有：

---

---

說明者（醫療）簽名：

共同決策者簽名：

與病人關係：

中 華 民 國            年            月            日

完成以上評估後，您可以攜帶此份結果與您的主治醫師討論。

**參考文獻**

衛生福利部國民健康署（2016）。腎臟病防治手冊（腎臟病預防、診斷與控制流程指引）-醫事人員參考。檢自：

<https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=217>