

## 癌症治療後的腎臟健康

腎臟是重要的器官，負責過濾血液中的廢物，控制血壓，刺激紅細胞的產生。兒童癌症的治療有時會損害腎臟。瞭解腎臟的功能是很重要的，這樣您才能保持您的腎臟盡可能的健康。

### 腎臟是如何工作的？

腎臟是兩個豆狀的器官，每個都有成人拳頭大小，位於胸腔下方，靠近背部中部。腎臟每天過濾大約**195**升的血液，去除有害的物質和多餘的水，並保留血液中重要元素(如鈣、鈉和鉀)。過濾作用發生在腎臟內部的微小單位，稱為腎單位。每個腎臟大約有**100**萬個腎單位。血液被腎臟過濾後，多餘的水分和廢物就變成了尿液。尿液通過稱為輸尿管的管道從腎臟流到膀胱。然後膀胱儲存尿液，直到尿液被填滿，然後廢物通過尿道排出體外。

### 如何測量腎功能？

腎功能是以百分比來衡量的。兩個正常的腎臟占腎臟功能的**100%**。一個腎臟提供大約**50%**的腎功能。只要一個腎保持健康，一個人可以用一個腎過正常的生活。當腎功能下降到正常水準的**50%**以下時，出現健康問題的風險就會增加。當腎功能下降到**20%**以下時，嚴重的健康問題更加頻繁。如果腎功能下降到**15%**或更低，透析或移植則是必要的。

### 什麼兒童癌症治療方法可以導致腎臟問題？

某些兒童癌症的治療方法有時會導致腎臟問題。可能還有其他的危險因素會增加腎臟損害的幾率。如果您有以下任何一個危險因素，您應該格外注意保持您的腎臟健康：

#### 涉及腎臟的輻射，包括：

- 腎(腎或附近)輻射
- 腹部輻射
- 全身照射(TBI)

#### 某些可能導致腎臟損害的藥物，包括：

- 順鉑
- 卡鉑
- 異環磷醯胺
- 某些用於治療細菌和真菌感染的抗生素，例如妥布黴素，慶大黴素，兩性黴素
- 某些用於治療移植抗宿主病的藥物，如環孢黴素和FK-506(他克莫司)



## 其他可能增加腎臟問題的風險因素包括:

- 腎切除術(手術切除一側腎)-見相關健康連結「單腎健康」
- 可能影響腎臟的疾病,如高血壓、糖尿病或涉及腎臟的腫瘤
- 尿路問題,如尿路感染頻繁,尿路腎臟反流,或其他尿路異常
- 膀胱切除術(去除膀胱)——這增加了慢性尿路感染和其他腎臟問題的風險

## 腎臟問題的症狀和體征是什麼?

- 浮腫,尤其是腳和腳踝的腫脹(水腫)
- 紅細胞計數低(貧血)
- 高血壓
- 有嚴重腎臟問題跡象的人,如水腫、低紅血球計數和高血壓,也可能有其他症狀,包括疲勞、噁心和嘔吐、困倦、皮膚瘙癢或頭痛。

## 建議採取什麼後續行動?

- 至少每年進行一次體檢,包括血壓檢查。
- 進行腎功能(血尿素氮和肌酐)和電解質(血鹽)的血液測試

在您的第一次長期隨訪中(完成癌症治療2年後)。如果發現問題,請遵循您的醫護工作者的建議。血鹽和礦物質含量低的人可能需要服用補品(由醫療保健機構開出的處方),這對長期健康很重要。例如,持續低水準的血鎂會導致心臟問題。

- 如果您做過膀胱切除術(膀胱切除),您還應該每年至少接受一次泌尿科醫生(泌尿系統專家)的評估。

## 我能做些什麼來保持我的腎臟健康?

- 喝大量的水,尤其是在運動的時候,在戶外曬太陽的時候和炎熱的天氣裡。
- 如果您有尿路感染的症狀(小便時燒灼感、比平時尿得更頻繁/或有急迫感想小便),立即打電話給您的醫護工作者。
- 謹慎使用非甾體類消炎藥。這些藥物包括含有阿司匹林、布洛芬、對乙醯氨基酚或萘普生的止痛藥或發熱藥(非處方藥或處方藥)。眾所周知,這些藥物會導致腎臟損害(止痛藥性腎病),特別是當服用過量,兩種或兩種以上的藥物與咖啡因或可待因合用並長期服用時。如果您需要長期治療疼痛的藥物,一定要和您的醫護工作者討論替代方案,並選擇對腎臟無害的藥物。

由維吉尼亞州，里士滿，佛吉尼亞聯邦大學/梅西癌症中心 Anne Mauck註冊護士，護理學碩士， CPNP，撰寫。

由E. Clifton Russell，醫學博士；Nancy L. Dunn，醫學博士；Gita V. Massey，醫學博士；Vimal Chadha，醫學博士；Elizabeth Hall, CPNP；Kevin C. Oeffinger，醫學博士；Wendy Landier，博士，CPNP；Daniel M. Green，醫學博士；Melissa M. Hudson，醫學博士；Smita Bhatia，醫學博士，公共衛生學碩士；Catherine L. Woodman，醫學博士；Josée Pacifico，註冊護士，註冊精神科護士共同審閱。

繁體中文的翻譯由香港中文大學醫學院的藥劑學院提供。

有關兒童癌症康復者的其他健康資訊，請訪問：  
[www.survivorshipguidelines.org](http://www.survivorshipguidelines.org)

**注意：**在整個Health Links系列中，術語「兒童癌症」用於指定兒童期、青春期或成年早期可能發生的兒科癌症。Health Link旨在為兒科癌症的康復者提供健康資訊，無論癌症是發生在童年、青春期還是成年早期。

#### 免責聲明和擁有權聲明

**晚期效應指南和 Health Link 簡介：**兒童、青少年和年輕成人癌症康復者的長期隨訪指南和隨附的 Health Link 是由兒童腫瘤學組制定，當中包括晚期效應委員會和護理學科的合作，由兒童腫瘤學組長期隨訪指南核心委員會及其相關工作組維護和更新。

**致癌症患者（若患者是兒童，致他們的父母或法定監護人）：**如果您對醫療狀況有任何疑問，請諮詢醫生或其他合格醫療服務提供者，不要依賴資訊內容。兒童腫瘤學組是一個研究機構，並不提供個人化的醫療護理或治療。

**致醫生和其他醫療服務提供者：**資訊內容並非旨在取代您的獨立臨床判斷，醫療建議，或排除其他合法的篩查，健康諮詢或兒童癌症治療特定併發症干預的標準。資訊內容也不打算排除其他合理的替代性後續程式。資訊內容是出於禮節而提供的，但並不是評估兒童癌症康復者的唯一指導來源。兒童腫瘤學組明白每個患者護理的決策都是患者、家屬和醫療保健提供者的特權。

**任何特定的測試，產品或程式均不由資訊內容、兒童腫瘤學組或附屬方或兒童腫瘤學組成員認可。**

**不聲稱準確性或完整性：**儘管兒童腫瘤學組已盡一切努力確保資訊內容在發佈之日是準確和完整的，但對於內容的準確性、可靠性、完整性、相關性或及時性不做任何明示或暗示的保證或陳述。

**對兒童腫瘤學組和相關方的部分責任/對兒童腫瘤學組及相關方免于承擔賠償責任的免責協定：**兒童腫瘤學組或其任何關聯方或其成員對因使用、審查或訪問資訊內容而造成的損害不承擔任何責任。您同意以下免責條款：(i)「免責方」包括資訊內容的作者和貢獻者，所有官員、董事、代表、員工、代理人以及兒童腫瘤學組和附屬組織的成員；(ii)通過使用、審查或訪問資訊內容，您同意自費處理任何和來自使用、審查或訪問資訊內容的所有因素，訴訟原因，訴訟或要求造成的所有損失，責任或損害（包括律師費和費用），並同意免責和維護免責方，免「免責方」承擔賠償責任。

**擁有權：**資訊內容受到美國和全球版權法和其他智慧財產權法的保護。兒童腫瘤學組保留資訊內容的移動版權和其他權利、擁有權和利益，並主張法律規定的所有智慧財產權。您在此同意說明兒童腫瘤學組保護所有版權和智慧財產權，以便兒童腫瘤學組在以後採取額外行動，其中包括簽署同意書和法律檔以及限制資訊內容的傳播或複製。