



# 腎友週報

安 慎、中 慎、惠 慎  
竹 東、安 新、怡 仁

第 220 期  
107/05/09

## 醫療新知

### 食慾不振及腹脹，一個腎友常見的問題

➤ 當我們的胃飽脹時，我們就會感覺腹脹。腹脹可以很快地在幾個小時內發生，之後改善，再發生。腹脹也可能引發腹部疼痛，也常伴有脹氣。腹脹未改善，接著就會出現食慾不振。一旦發生食慾不振，因為營養攝取量下降，很快地就會發生營養不良，特別是在接受透析治療的腎友。

➤ 為什麼我會發生腹部脹氣和食慾不振呢？

只要胃或腸子充滿很多空氣或固體物時，例如食物或是糞便，就會發生腹脹。正常的情況，我們會通過口腔吸空氣及進食，氣體及食物等進入消化道後，應該要再固定時間隨著糞便排出，清空消化道，以迎接下一次的進食。

➤ 腹脹和食慾不振的常見原因包括：

- 便秘
- 腸胃炎，包含病毒或細菌的感染
- 膽結石

- 食物中毒
  - 寄生蟲感染
  - 充血性心衰竭 (Congestive Heart Failure)
  - 腸躁症 (Irritable Bowel Syndrome)
  - 胃食道逆流 (Gastroenteral reflux disease )
  - 慢性阻塞性肺病 (Chronic Obstructive Pulmonary Disease)
  - 對食物成分反應不良，如乳糖不耐症或麩質不耐症
  - 胃腸堵塞
  - 服用某些藥物，如抗生素或化療藥物
  - 胃輕癱(Gastroparesis) 指從胃的到小腸的食物運輸緩慢或被延遲。 糖尿病是 gastroparesis 其中一個最重要的原因
  - 發炎性腸道疾病，克隆氏症 (Crohn's disease)
  - 停經前期的綜合症，premenstrual syndrome
  - 在極少數情況下，腹脹和食慾不振可能是某些癌症的徵兆，包括結腸癌，卵巢癌，胃癌和胰腺癌。特別是伴隨突然的體重減輕。
- 在我們血液透析的腎友，那些是較常見的胃腸道症狀呢？ 2016 年，一篇由 Ariffin NFM 等人發表在 J Clin Exp Nephrol 的期刊，就探討透析腎友發生胃腸症狀及食慾不振的。我們僅就血液透析腎友相關部分討論。

- 根據研究結果，接受透析的腎友，有 80% 會出現胃腸道症狀。其中，最常見的是吃得少卻容易飽，其他常見的症狀則有感覺食物不消化、便秘、味覺改變及腹脹。整體而言，有 10% 的腎友會出現食慾不振。
- 影響腎友發生胃腸道症狀的因素很多。包含腎衰竭導致尿毒蓄積體內或是其他共病的影響，如糖尿病。作者也提到，另一篇研究指出，一旦腎友出現蛋白質能量消耗 (Protein Energy Wasting)，會出現較低的血清尿素氮(BUN)和血清肌酸酐(Cr)。作者自己所做的分析結果也是如此(表格一)。所以，當腎友的每月抽血報告出現BUN及Cr下降(可能同時出現血清白蛋白及血色素下降)，千萬不要以為是自己的腎功能改善了，反而是蛋白質能量消耗症。
- 不論是腎友本身或是醫療照顧人員，都應積極注意胃腸道症狀及食慾不振相關問題，特別是已經出現 BUN 及 Cr 下降者。如文章一開始所提到，胃腸道症狀有相當多原因，除了及早提供強化營養支持，腎友也可以道腸胃科門診以評估及找出潛在且可逆的胃腸道病症。
- 表格一：比較有無症狀的腎友，生化值的差異

|       | 平均值       | 血色素<br>Hb(g/dL) | 血清白蛋白<br>Albumin<br>(g/dL) | 血清尿素氮<br>(BUN)<br>(mmol/L) | 血清肌酸酐<br>(Cr)<br>(Umol/L) |
|-------|-----------|-----------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|
| 胃腸症狀  | 有 (n=126) | 10.4            | 37.6                       | 17.5                       | 905.4                     |
|       | 無 (n=30)  | 10.8            | 37.8                       | 17.3                       | 950.3                     |
| 統計計差異 | P valuea  | 0.425           | 0.88                       | 0.879                      | 0.502                     |
| 食慾不振  | 有 (n=15)  | 9.8             | 35.7                       | 14.0                       | 646.4                     |
|       | 無 (n=141) | 10.6            | 37.9                       | 17.9                       | 942.5                     |
| 統計差異  | P valuea  | 0.164           | 0.142                      | 0.011                      | 0.001                     |

引用參考文獻 1。(已做修改)

➤ 參考文獻

1. Ariffin NFM, Naing L, Pisharam J, Khalil MAM, Tamin N, et al. (2016) Appetite and Gastrointestinal Symptoms in End Stage Renal Disease Patients. J Clin Exp Nephrol 1: 6. DOI: 10.21767/2472-5056.100006
2. <https://www.healthline.com/health/abdominal-bloating-and-loss-of-appetite#see-your-doctor>

資料來源：新竹安慎診所腎臟科 李佩賢醫師 提供