

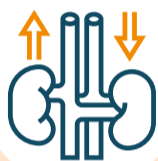
# IgA 腎病

## 亞洲人慢性腎病的 常見原因



## 您可能聽說過

您可能聽說過慢性腎病 (CKD) 由糖尿病和高血壓引起, 那麼其他類型的 CKD 呢? 亞洲人患上名為 IgA 腎病的腎臟疾病的風險更高, 這是最常見的罕見病之一。



### 我們的腎臟有什麼作用?

腎臟有微小的過濾器, 可以幫助清潔血液, 但在腎臟疾病中, 這些過濾器會受損。如果不及時治療, 腎臟可能會喪失過濾體內廢物的能力。當腎臟嚴重受損時, 唯一的治療選擇是透析和/或腎臟移植。



### IgA 腎病

IgA 腎病是一種身體自我攻擊的疾病, 也稱為自體免疫疾病, 會對腎臟造成影響。正常情況下, IgA 是人體產生的一種抗體, 用於對抗感染, 但 IgA 腎病會導致 IgA 抗體異常, 從而引起腎臟發炎、損傷和衰竭。

## 如何保持腎臟健康?



### 01 諮詢您的醫生

- 與您的醫生交流您的腎臟健康狀況, 以及您是否有患上 CKD 的風險
- 如果您的醫生告訴您有風險, 請考慮申請腎臟化驗



### 02 營養適當

- 注意鹽分的攝入量。亞洲菜系中常用的調味汁鈉含量很高
- 注意不要攝入過多的油和脂肪, 如油炸食品
- 保持水分充足並大量飲水