

自序



2013年對我來講是一個值得紀念的一年，那年我在香港聯同國際腎科學會主辦了世界腎臟病學大會，有6,000名來自全世界超過120個國家的腎臟病學權威及學者來到香港，一同討論怎樣去幫助患有腎病的病人。作為大會主席，我感到非常開心及難忘。

那一年，我和周啟明醫生及羅民貞顧問護師，和香港中文大學出版社合作，一同出版了《腎延敏行》，並將這本書免費贈送給很多腎病病人，亦在市面書局上架，讓社會大眾可以知道更多關於腎病的醫學知識及資料，反應都非常熱烈。

2016年，我聯同國際上很多志同道合的華人腎科權威，共同成立了全球華人腎臟病學會，希望藉著學會，更加提升華人腎臟病學家在科研及教育上的工作，幫助更多腎病病人。

中文大學余宇康及余雷覺雲腹膜透析研究中心，在過去十年都積極及努力作基礎及臨床研究的工作，提升

對腎病病人的治療成果。到2022年，這次兩個學術組織一起合作出版《積極活好腎病》，希望能夠幫助到香港及全世界可以看懂中文的腎病病人。

當了多年世界腎臟日國際督導委員會聯席主席，我非常著重病人的自我照顧，提升生活質素及預後，希望這本書可以更加幫助到病患及其家人，加強自我管理腎病病情的能力。

香港的腹膜透析優先政策及家居血透發展，都成為全球腎病專家的仿效典範。我希望本書能夠讓病人在家居透析的治療過程中作到更好，亦可以活好腎病，過平常人一樣的生活。

xxiv

自序



李錦滔

香港中文大學余宇康及余雷覺雲腹膜透析研究中心主任

全球華人腎臟病學會會長

2022年於香港

引言

2013年，當時我們寫《腎延敏行》的引言的第一句是：「這是一個新型傳染病得到高度關注的年代。」想不到，在2022年為《積極活好腎病》寫引言時，新冠肺炎已經影響了香港及全世界，足足超過兩年時間。然而，在傳染病影響我們日常生活的同時，慢性病的影響卻完全沒有減低。隨著人口年齡老化，市民普遍很容易患有多種慢性病，我們對腎病的關注只有增加。

根據香港醫院管理局2021年腎病註冊，接受腎臟替代治療的病人已經超過10,000名，需要接受透析治療的病人已經超過6,900名。

這幾年，香港末期腎病的每年新症患者，已經增加至每100萬人便有190名新症病人。這是令人憂慮的數字，亦反映到我們醫療界聯同市民在預防慢性病及慢性腎病仍有很多工作。

希望本書可以幫助減少腎病患者的數目。預防勝於治療，從現時的醫療角度，預防是多層面的：包括第一層減低市民患有腎病的可能；第二層是預防那些已經患了初期腎病的病人病情進一步惡化至末期腎病；第三

層的預防主要關注末期腎病及需要接受透析的病人，減低其癥狀及併發症的可能。希望本書從這三方面都可以幫助家人及患者，使他們更加容易治理病人的腎病。

這幾年，在藥物醫治腎病方面有很多新突破，包括糖尿病腎病及其他慢性腎病，這本書希望能夠在這方面令病人更加了解自己的治療方案。家居透析，無論是腹膜透析或家居血液透析都是現今香港及全球治療末期腎病的方向，使更多病人的預後及生活質素有改善。與此同時，我們明白西方醫學在照顧腎病患者也有限制，是故本書特地加入一章談及中醫治病，讓讀者了解各方面的配合。

「積極活好腎病」——意思就是病人可以保持生活參與、過和平常人一樣的生活，包括工作、讀書、娛樂、飲食、社交、運動、旅遊等。每個患者的治療過程都需要醫護人員、社工、營養師、專職醫療人員、家人、病友等人士的幫助，本書亦找來他們一起為腎病病人及家人解釋怎樣活好腎病。

我們一向都熱衷推廣器官捐贈，提升腎臟移植率。香港開始了腎臟交叉捐贈計劃，希望藉此可以令更多腎病患者及早得到移植的機會。在此再次呼籲更多市民參與捐贈器官計劃，包括登記同意死後器官捐贈，幫助更多病人。

李錦滔、周啟明、羅民貞、吳傑聰

2022年春

鳴謝

作者感謝威爾斯親王醫院腎科部的全體醫護人員一直悉心照顧所有腎病病人，本書內容很多都是在治療時所累積經驗的記錄及科研成果。

本書第9章關於兒童患者章節，得到兒童醫院兒童腎科馬立德醫生、何梓瑋醫生、賴偉明醫生協助編寫。第16章關於中醫治療章節，得到東華醫院腎科雷聲亮醫生協助編寫。第8章關於末期腎病的紓緩治療章節，得到北區醫院莫家慧醫生協助編寫。在第14章腎病患者的日常生活章節中，關於腎病患者的飲食部分，有賴威爾斯親王醫院營養部同事協助撰寫並加上精緻的食物圖片；腎病患者的運動部分，得到威爾斯親王醫院物理治療部同事協助編寫並加上精美的運動照片。全書生動亮麗的插圖，由許雲嫻小姐量身而畫。對以上各位的幫忙及貢獻，我們致以萬分謝意。

在病友心聲章節，得到浩維、淑芬、少良、慧雲、Thomas的表達，與大眾和其他病人的分享，非常感激。

得到香港中文大學出版社的同事，特別是冼懿穎女士的幫忙，本書才可以順利如期出版，十分多謝。

我們亦感謝全球華人腎臟病學會執行委員的支持，令他們的腎病病人可以閱讀這本書的電子版，促進他們的身心健康。

對陳肇始教授、高拔陞醫生、林文健醫生、陳家亮教授、鄭信恩醫生、余宇康教授及陳江華教授的寶貴意見及支持，衷心感謝。

李錦滔、周啟明、羅民貞、吳傑聰
2022年春

xxviii

鳴謝

香港中文大學出版社：具有版權的資料