



衛教編號：NEPHRO-004

1995.08.09 訂定  
2020.03.12(6 修)  
2016.08.04(2 審)

## 認識洗腎病人的鐵劑治療

### 一、洗腎病人缺鐵原因：

引起缺鐵性貧血的主因為鐵質缺乏，其原因包括：飲食中鐵的攝取不足、每月抽血檢查的流失、潛在的腸胃道出血、透析過程中血液殘留在人工腎臟或透析器上，因而每年流失 2 ~ 3 g 的鐵質，也是導致貧血的原因。

全人智慧 醫療典範

愛心 品質 創新 當責

經腎臟科醫師檢視

臺中榮民總醫院護理部編印

## 二、缺鐵性貧血如何判定：

每三個月抽血檢測「鐵蛋白」及「運鐵蛋白飽和度」，以確定是否為缺鐵性貧血。

## 三、缺鐵性貧血有什麼症狀：

1. **感到疲倦虛弱**：疲倦虛弱、暴躁易怒、無法專注。
2. **經血量大**：經血量大，更容易缺鐵。
3. **臉色蒼白**：最好觀察的部位是嘴唇、牙齦及眼瞼內。
4. **走路容易喘**：氧氣不夠，容易感到吸不夠氣。
5. **心悸**：血氧不夠，心臟就得跳更快以達到目標。
6. **頭痛**：鐵質不夠導致腦供氧不足而血管擴張，引發頭痛。
7. **不明原因焦躁**：缺鐵引發缺氧，影響自律神經系統。
8. **掉髮**：身體將氧氣給最重要的器官使用，頭髮被犧牲了。

		
呼吸喘	疲倦虛弱	焦躁

圖片來源：<https://www.g=969&biw=1920>

#### 四、鐵劑補充方法：

鐵劑補充的目的主要是預防因為貧血症狀導致心血管疾病發生，常用的藥物如下：

藥物	外觀	途徑	使用時機	副作用	注意事項
Ferrin 鐵達血		口服	飯前 30 分或飯後 2 小時用，一天 1~2 顆。	便秘或腹瀉、噁心、腹痛；服藥後糞便會呈現暗黑色。	某些藥物及食物(附註)會影響鐵劑吸收，應避免同時服用。
Fe- Back 鐵補		靜脈 注射	洗腎結束前一小時，由空針抽取藥劑後，架置在抗凝劑幫浦中滴注。	過敏。	過敏反應，如：頭痛、發燒、蕁麻疹、皮膚癢、呼吸困難、低血壓或意識改變等。

(附註):藥物中之含制酸劑的胃藥(含鈣、鋁、鎂)、碳酸鈣、小蘇打、四環素等會降低鐵劑的吸收;食物中茶、咖啡、蛋、奶也會降低鐵質吸收。

## 五、除了鐵劑，還可以補充哪些高鐵食物:



圖片來源:<https://sehatalami.co/makanan-yang-membantu-anda-menyeras-lebih-banyak-zat-besi/>

- ◆ 肉類、海鮮類:牛肉、豬肉、羊肉、蠔、蝦、蜆等。
- ◆ 蛋類、乾豆類及其製品。
- ◆ 乾果類:葡萄乾等。
- ◆ 果仁、種子類:杏仁、芝麻、花生、腰果等。
- ◆ 蔬菜類:菠菜、雲耳、黑木耳等。
- ◆ 穀物類:糙米、燕麥等添加鐵質穀物。

注意:植物性食物所含的鐵質需要維他命C幫助吸收，所以進食的同時，也要進食含豐富維他命C的食物，如柑橘、柳橙、奇異果、番茄等。

## 六、結語

洗腎病人因腎衰竭而有造血不足的問題，需要每三個月抽血檢驗評估是否為缺鐵性貧血，經醫師評估後可以補充鐵劑，尤其靜脈注射效果佳，除了藥物以外，也建議多吃含鐵量較高的食物，如:紅肉類、豆類、深綠色蔬菜等，找出缺鐵性貧血的原因並加以適當治療及均衡飲食，相信可以改善缺鐵性貧血。

## 七、參考資料

1. 莊仲華(2007) • 腎性貧血鐵劑的使用 • 腎臟與透析，*19(3)*，142-144。
2. 洪佳齊、詹雅婷、黃小倩、吳明修(2015) • 血液透析之鐵劑輸注療法 • 腎臟與透析，*27(2)*，65-69。
3. 李其育、葉宏傑(2018) • 慢性腎臟病貧血的診斷及治療 • 腎臟與透析，*30(4)*，196-200。