



KIDNEYS

財團法人腎臟病防治基金會
Taiwan Kidney Foundation

吳苡璉營運長



KIDNEYS

財團法人腎臟病防治基金會

Taiwan Kidney Foundation

2012年1月6日

基金會成立

投入協助台灣腎臟病的防治



回應 永續發展目標SDGs

3 健康福祉



- ▶ 國小健美營
- ▶ 腎功能篩檢活動
- ▶ 腎友飲食課程及諮詢

4 優質教育



- ▶ 多樣化的講座
- ▶ 校園衛教宣導課程
- ▶ 免費數位化課程及教材

10 減少不平等



- ▶ 偏鄉疾病防治與課程
- ▶ 與文化建設站合作，促進原鄉健康發展
- ▶ 保障偏鄉學童免費課程

17 全球夥伴



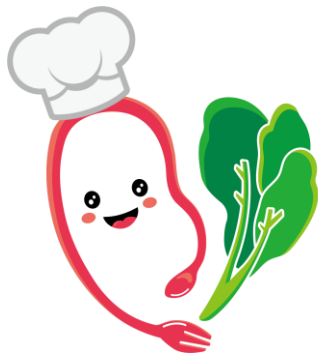
- ▶ 與各國扶輪夥伴合作，舉辦腎臟病預防篩檢和衛教講座。
- ▶ 與日本沖繩國際醫療促進協會交流，實踐醫療無國界。

社區 / 偏鄉



搖擺部落

腎友



TAIWAN
KIDNEY
FOUNDATION
豐腎食堂



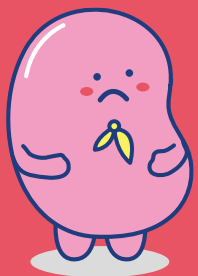
學校



TAIWAN
KIDNEY
FOUNDATION
腎力學堂



**落實疾病預防
推動健康促進**



慢性腎臟病盛行率高的原因之一

慢性腎臟病的認知度低

只有3.5%的人知道



ReVEAL

Renal Value Evaluation,
Awareness and Lift

2012年起



ReVEAL

Renal Value Evaluation,
Awareness and Lift

Renal Value Evaluation 腎功能評估



提供腎臟病的免費篩檢

篩檢

Awareness 健康識能



了解自己的腎臟功能及
腎臟健康程度

健康講座

Lift 提升健康生活



讓他們保持腎臟健康

正確生活習慣

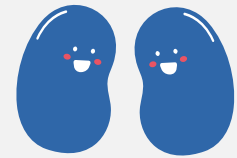


智腎講堂



用健康生活

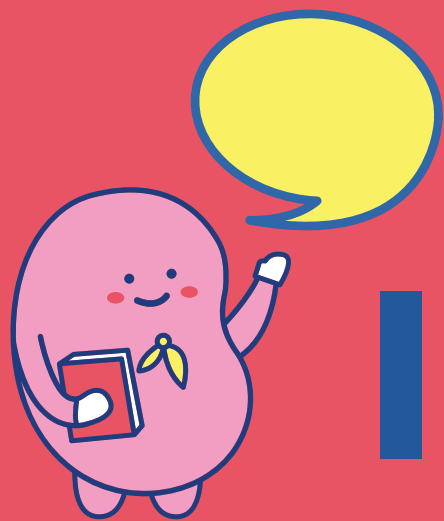
養出陪你到老的腎臟



KIDNEYS

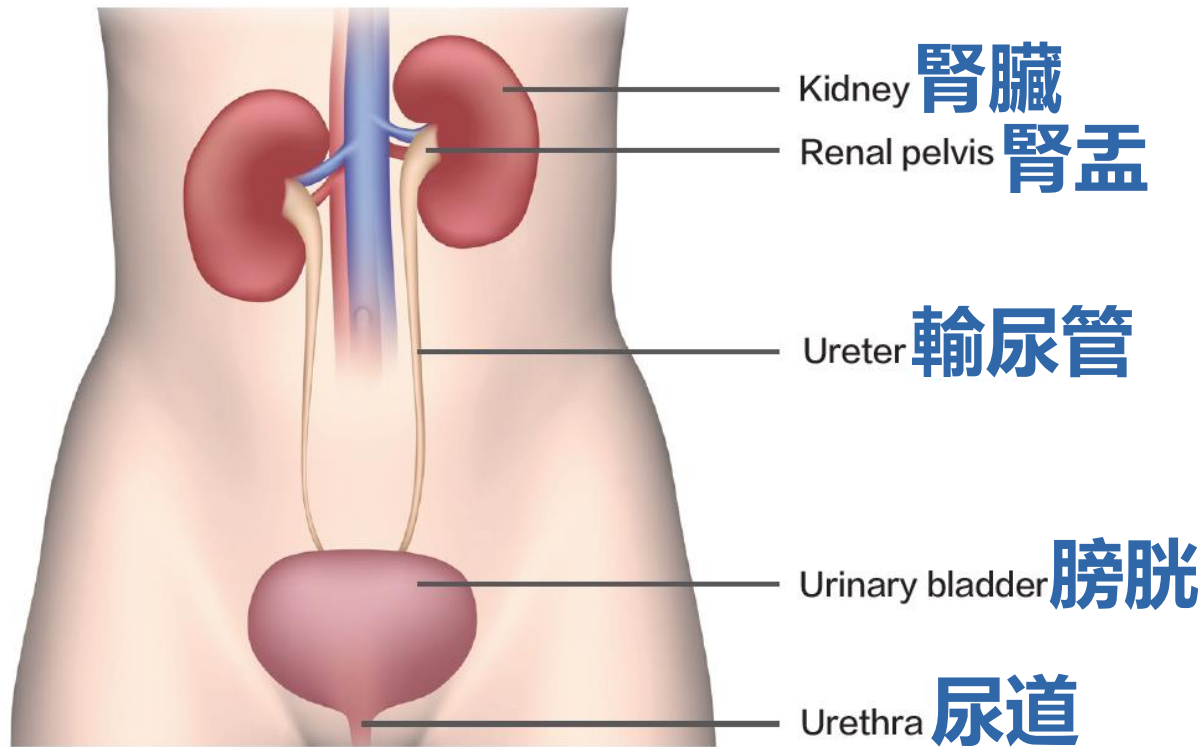
財團法人腎臟病防治基金會
Taiwan Kidney Foundation

吳苡璉營運長



腎臟在我們身體扮演的角色

認識我的腎臟



Q:腎臟在哪裡?

後腰部

Q:腎臟有幾顆?

有2顆

Q:腎臟有多大?

拳頭大

**長度約10-12公分
重量約130公克**

腎臟功能



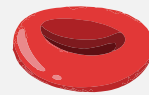
排除體內廢物



製造尿液



調控血壓



分泌紅血球生成素



活化維他命D₃



平衡電解質

腎臟病高危險8大族群

胖 唐 老 鴨 要 痛 死 焉



肥胖



糖尿病



65歲
以上老人



高血壓



長期
亂吃藥



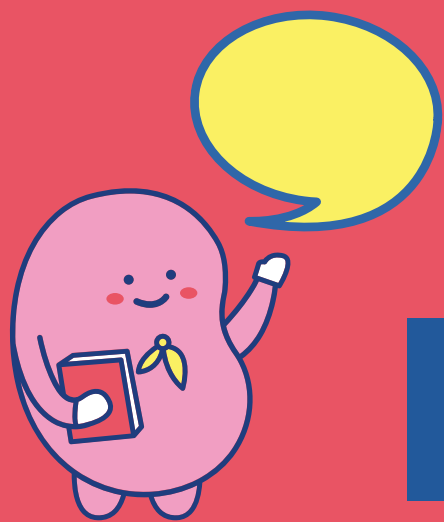
痛風



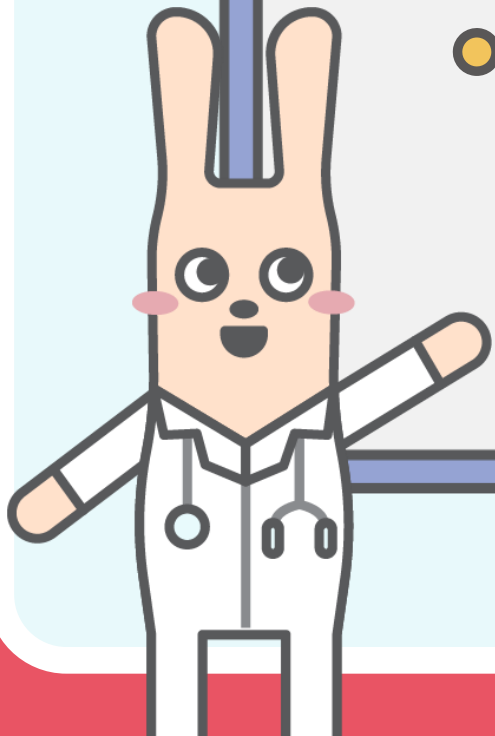
家族
腎臟病史



抽菸

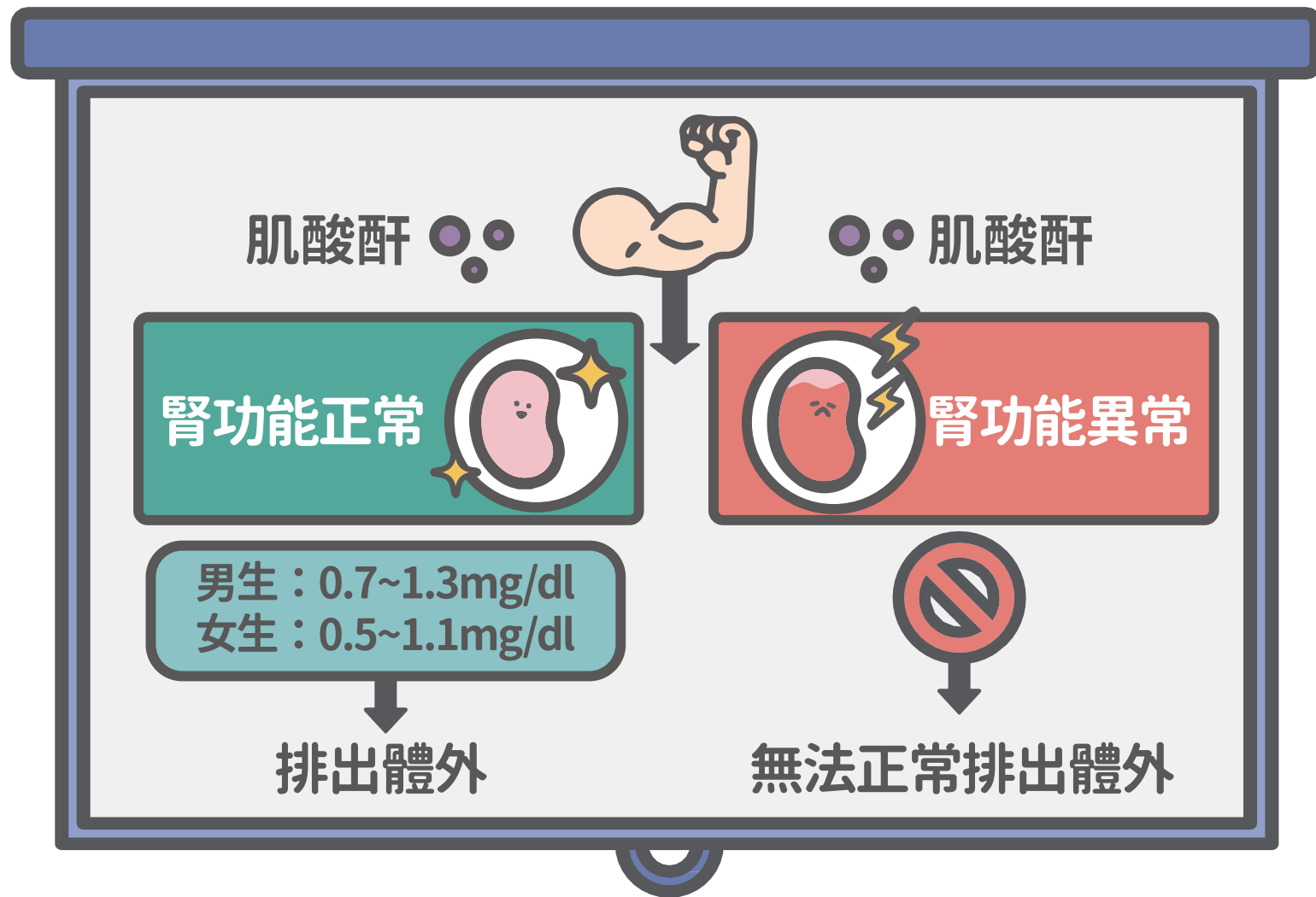


如何看懂腎臟的健康報告？



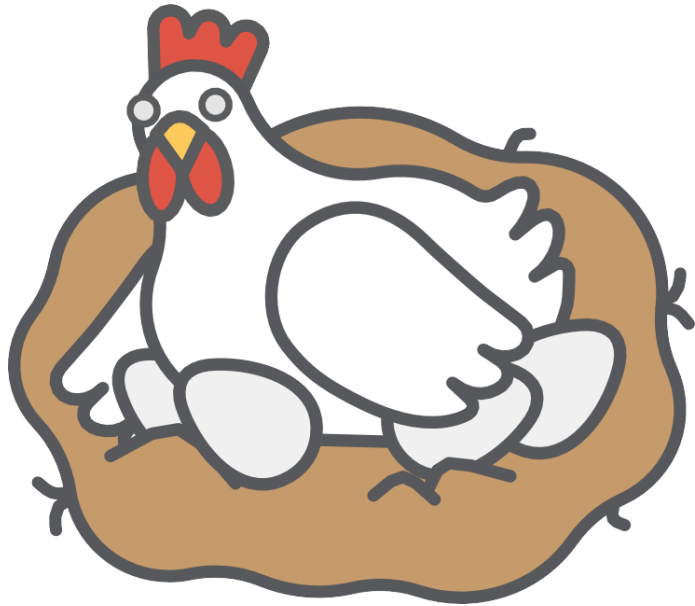
雞

肌酸酐





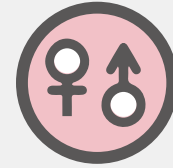
腎絲球 過濾率



肌酸酐



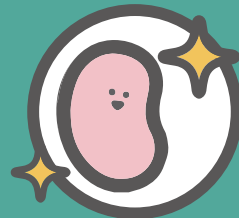
年齡



性別

$186 \times \text{血清肌酸酐 Scr}^{-1.154} \times \text{年齡}^{-0.203} \times \text{性別}$

(男生 X 1 / 女生 X 0.742)

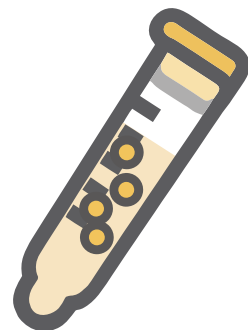
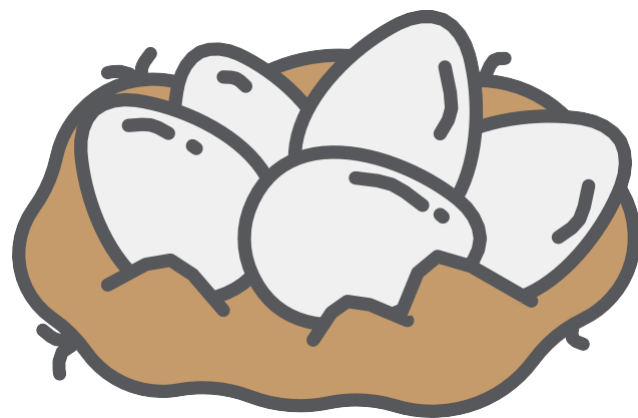


腎絲球過濾率

≥ 60 及格



蛋白尿



蛋白尿

UPCR < 150 正常

UPCR \geq 150

造成因素很多



盡速就醫檢查

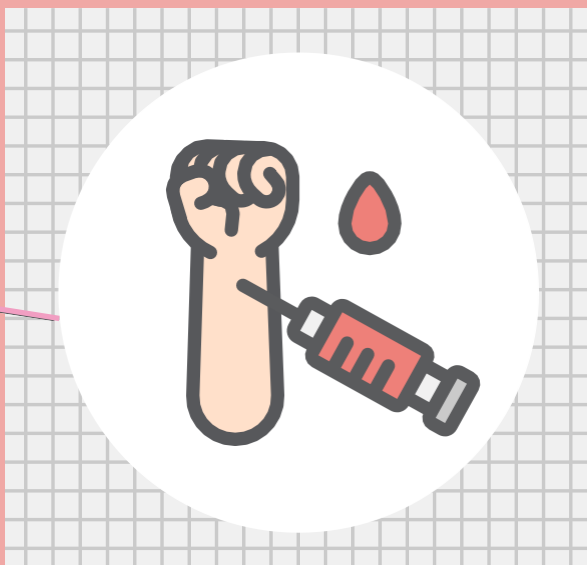


腎臟功能如何篩檢？

血液檢查

腎臟成績單

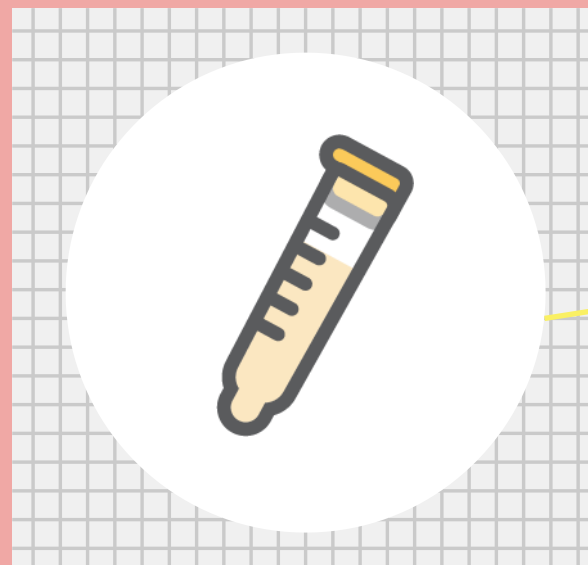
60



腎絲球過濾率

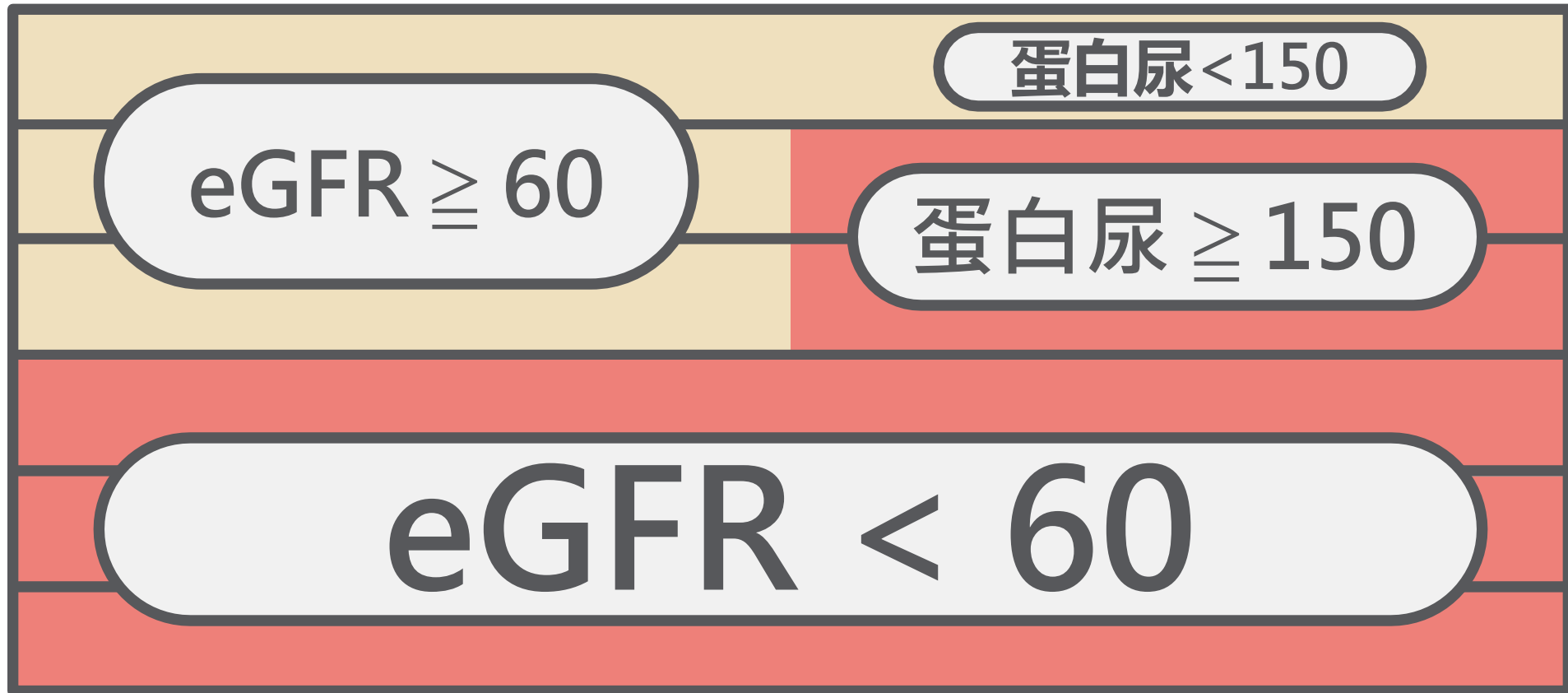
尿液檢查

泡泡不超標



尿蛋白

診斷腎臟病



慢性腎臟病分期

第一期

尿液異常
腎功能正常

第二期

輕度
慢性腎臟病

第三期

中度
慢性腎臟病

第四期

重度
慢性腎臟病

第五期

末期
慢性腎臟病

腎絲球過濾率

90以上

89 - 60

59 - 30

29 - 15

小於15

尿蛋白

超標

超標

追蹤結果異常 持續三個月以上

*腎絲球過濾率 eGFR(ml/min/1.73 m²)

抽血報告 - 腎功能

抽血檢查	檢查值	單位	參考區間
尿素氮		mg/dL	9~23
肌酐酸	1.8	mg/dL	女性: 0.5-1.1 男性: 0.7-1.3
尿蛋白		mg/dL	<150
eGFR腎絲球過濾率	41.1	mL/min/1.73m ²	>60

慢性腎臟病(CKD)分期:

Stage I: eGFR \geq 90 ml/min/1.73 m² + UPCR \geq 150 mg/gm

Stage II: eGFR 60~89.9 ml/min/1.73 m² + UPCR \geq 150 mg/gm

Stage III: eGFR 30~59.9 ml/min/1.73 m²


Stage IV: eGFR 15~29.9 ml/min/1.73 m²

Stage V: eGFR < 15 ml/min/1.73 m²

拿到報告，發現腎功能異常怎麼辦？

我們提供

追蹤回條

腎臟病追蹤回條 

親愛的民眾您好：

感謝您參加財團法人腎臟病防治基金會之篩檢活動，因您此次檢查報告顯示您可能為慢性腎臟病之病人，為了您的健康，請將此報告帶至就近醫院看診。若方便，希望您回覆「**回診後**的報告數值」給我們，目的是關心您在篩檢活動後有再次至醫院就診。您可以選擇回寄或拍照回傳，即可獲得小禮物乙份。誠摯關心您的健康！

1. 直接將此**追蹤回條**及**報告影本**裝入本會提供之信封袋回寄即可，**不須貼郵票**。
2. 將此**追蹤回條**及**報告影本**拍照後傳至基金會**官方 LINE 帳號** 或 **Facebook 粉絲團**，或 Email 至基金會 ckdf520@gmail.com。

請填寫以下資訊

編號		姓名	
電話		回診之肌酸酐值	
回診之 eGFR 值		回診之尿蛋白值	

回診狀況：腎功能正常，不需再次回診
腎功能異常，已開始定期追蹤（每 3-6 個月回診抽血驗尿）

狀況描述：

請附上您回診後的報告影本

確診為慢性腎臟病患者，我想要索取腎友手冊、腎友食譜或相關課程資訊

衛教手冊



1

就診

到 腎病識能友善診所 看診

腎臟病健康促進機構名單

慢性腎臟病 (CKD)收案包含第1期至第5期

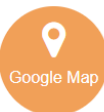
宜蘭縣

羅東鎮

天主教靈醫會醫療財團法人羅東聖母醫院

電話：03-954-4106

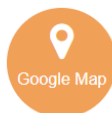
地址：265宜蘭縣羅東鎮中正南路160號



醫療財團法人羅許基金會羅東博愛醫院

電話：(03)954-3131

地址：265宜蘭縣羅東鎮南昌街83號



傳康診所

電話：(03) 9578-119

地址：265宜蘭縣羅東鎮興東南路232號2樓





查詢網站



2

回復追蹤回條

回傳回診後的報告數值

請填寫以下資訊  

編號		姓名	
電話		回診之肌酸酐值	
回診之 eGFR 值		回診之尿蛋白值	

回診狀況：腎功能正常，不需再次回診
腎功能異常，已開始定期追蹤（每 3-6 個月回診抽血驗尿）

狀況描述：

請附上您回診後的報告影本

寄送
方式

1 紙本寄送

2 線上回傳(拍照)   



3

獲得獎勵

獲得禮券×1

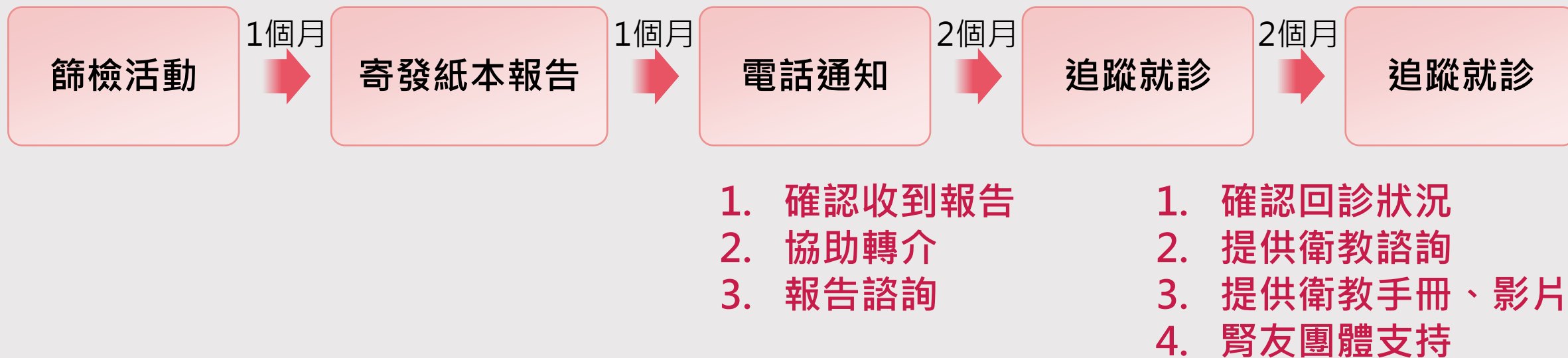


一定要記得回診

篩檢暨衛教講座活動後追蹤系統



由衛教師或營養師協助報告諮詢



整體轉介追蹤服務共維持半年

腎臟病 ≠ 洗腎

慢性腎臟病 → 慢性病

1

成為篩檢活動 友善合作醫院

Rotary Club of Fuzhou South CREATE HOPE 為世界創造希望

免費 腎臟病篩檢 腎利在望

腎臟病防治宣導服務計劃

無須電話報名，當天早上現場依序排隊叫號
篩檢者需年滿20歲，請攜帶身分證

採現場報名 報到截止至
上午9:30

時間: **2024年5月5日(星期日)**
上午08:00 - 中午12:00

地點: 國立羅東高級商業職業學校體育館
(宜蘭縣羅東鎮中山路四段360號)

注意事項
1 參與民眾請 **空腹6~8小時**
2 報告將於活動結束一個月內寄發

諮詢專線 財團法人腎臟病防治基金會
02-22116322

此免費篩檢為「台灣地區腎臟病術衛篩檢及健康識能調查計畫」及「國際扶輪3490地區2023-24年度全球獎助金腎臟病防治宣導服務計畫(案號: GG2459440)」之活動，可自由參加此計畫

指導單位 宜蘭縣政府衛生局
主辦單位 國際扶輪3490地區板橋南區扶輪社
承辦單位 財團法人腎臟病防治基金會 | 宜蘭北區扶輪社
協辦單位 國際扶輪2720地區日本熊本東南扶輪社 | 板橋扶輪社 | 板橋北區扶輪社 | 板橋東區扶輪社 | 板橋西區扶輪社 | 板橋中區扶輪社 | 板橋群英扶輪社 | 新北光輝扶輪社 | 羅東鎮北成里辦公處

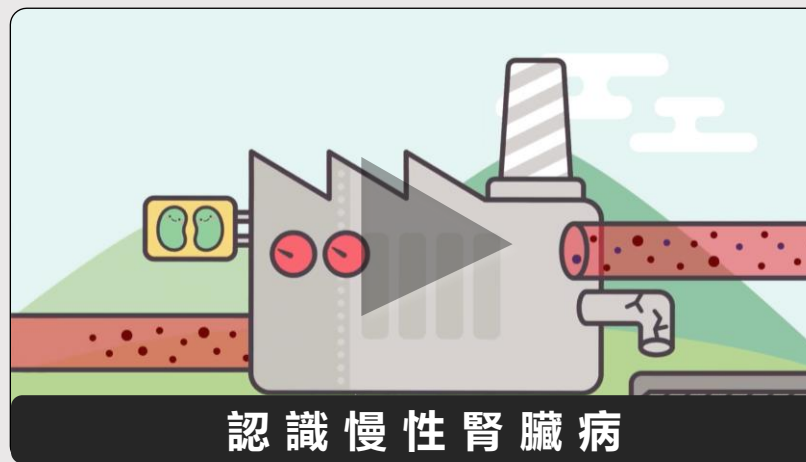
板橋南區扶輪社 Rotary Club of Fuzhou South ReVEAL 財團法人腎臟病防治基金會

成為協辦單位

支援醫療工作人員

2

衛教影片 公播授權



台灣腎臟病預防篩檢異常比例

Table 2

Crude and age-standardised prevalence of chronic kidney disease (CKD) among patients with chronic kidney disease (CKD) in Taiwan, 2012 to 2019

	Cases stratified by CKD stage		Cases stratified by CKD stage and sex				
	All CKD cases	Stage 1	Stage 1 to 2	Stage 2 to 3	Stage 3 to 4	Stage 4 to 5	Stage 5
Crude prevalence	13.7 (13.0 to 14.5)	3.3 (2.9 to 3.7)	1.7 (1.5 to 1.9)	1.5 (1.3 to 1.7)	1.2 (1.0 to 1.4)	0.8 (0.7 to 0.9)	0.3 (0.2 to 0.4)
Urban areas	10.8 (10.0 to 11.5)	2.7 (2.4 to 3.0)	1.4 (1.2 to 1.6)	1.2 (1.0 to 1.4)	0.9 (0.8 to 1.0)	0.6 (0.5 to 0.7)	0.2 (0.1 to 0.3)
Rural areas	29.2 (26.7 to 31.8)	6.3 (5.1 to 7.5)	2.9 (2.4 to 3.4)	2.6 (2.1 to 3.1)	2.3 (1.8 to 2.8)	1.4 (1.1 to 1.7)	0.5 (0.3 to 0.7)
Age-standardised prevalence	11.1 (10.2 to 12.0)	4.1 (3.4 to 4.8)	2.1 (1.8 to 2.4)	1.9 (1.6 to 2.2)	1.5 (1.3 to 1.7)	1.0 (0.9 to 1.1)	0.4 (0.3 to 0.5)
Urban areas	9.2 (8.3 to 10.1)	3.2 (2.6 to 3.8)	1.6 (1.4 to 1.8)	1.4 (1.2 to 1.6)	1.1 (0.9 to 1.3)	0.7 (0.6 to 0.8)	0.3 (0.2 to 0.4)
Rural areas	20.8 (17.5 to 24.2)	8.6 (5.8 to 11.5)	4.6 (3.8 to 5.4)	4.2 (3.4 to 5.0)	3.8 (3.0 to 4.6)	2.3 (1.8 to 2.8)	0.8 (0.4 to 1.1)

• The 2018 Taiwanese population was used as the reference population. Values are shown as percentage (95% CI).

Open access

Original research

BMJ Open Urban-rural health disparity among patients with chronic kidney disease: a cross-sectional community-based study from 2012 to 2019

Yi-Lien Wu,^{1,2} Yun-Chun Wu,³ Andrei R Akhmetzhanov,^{3,4} Mei-Yi Wu,^{5,6} Yuh-Feng Lin,^{7,8} Chia-Chin Lin ^{2,9}

To cite: Wu Y-L, Wu Y-C, Akhmetzhanov AR, *et al.* Urban-rural health disparity among patients with chronic kidney disease: a cross-sectional community-based study from 2012 to 2019. *BMJ Open* 2024;**14**:e082959. doi:10.1136/bmjopen-2023-082959

► Prepublication history

ABSTRACT

Objectives The incidence of chronic kidney disease (CKD) is increasing owing to the ageing population, resulting in an increased demand for dialysis and kidney transplantation, which can be costly. Current research lacks clarity regarding the relationship between residence setting and CKD prevalence or its related risk factors. This study explored the urban-rural disparities in CKD prevalence and risk factors in Taiwan. Our findings will aid the understanding of the distribution of CKD and the

STRENGTHS AND LIMITATIONS OF THIS STUDY

- ⇒ This study used a large sample size and cross-sectional community-based approach to contribute to the existing body of knowledge on chronic kidney disease (CKD) prevalence and risk factors, particularly among asymptomatic individuals who may not seek or have limited access to medical care.
- ⇒ Our study exhibits strength by using estimated glomerular filtration rate and urine protein/creatinine

2012-2019年在26個都會及15個偏鄉鄉鎮，總共篩檢7,786位民眾

CKD 盛行率

年齡校正

都市

偏鄉

9.2%

20.8%

盛行率



都市



偏鄉

糖尿病

11.0%

21.7%

高血壓

39.9%

59.0%

高尿酸

18.6%

53.9%

肥胖

19.4%

33.6%

飲酒

19.5%

29.0%

抽菸

12.0%

15.9%

吃檳榔

2.8%

12.6%

搖擺部落

深入部落：

除了衛生宣導，更深入人心靈

Knowledge
知識

Choose
選擇



衛生教育



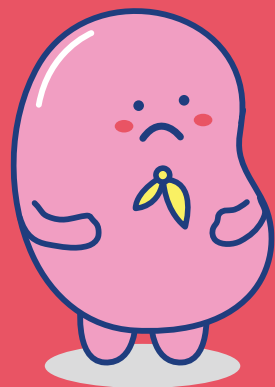
瑜珈

歌唱

身心靈課程

跳舞

正念



面臨難題

■ 改變長期養成的生活習慣

非常不容易



TAIWAN
KIDNEY
FOUNDATION
腎力學堂

腎臟保健從小開始
健康觀念向下紮根



腎力學堂

TAIWAN
KIDNEY
FOUNDATION

認識腎臟

✔ 帶領孩童認識腎臟器官

認識腎臟

健康人都有2顆腎臟

位於後腰部兩側，
外形如同蠶豆般，大約是拳頭大小。
長度約 10-12 公分，重量約 130 公克。



補足課綱不足

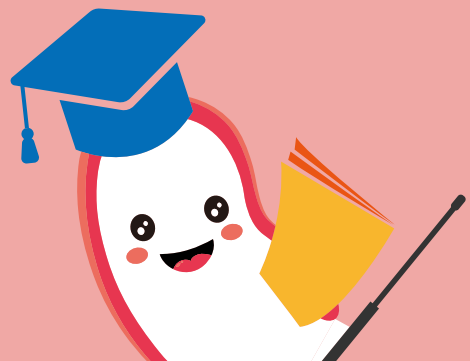
- ✘ 國小課綱無腎臟相關課程
- ✘ 國高中腎臟相關課程著僅墨於生理



建立正確生活習慣

✔ 生活習慣是從小養成的





腎力學堂

TAIWAN
KIDNEY
FOUNDATION

國小衛教講座

- ▶ 實體講座
- ▶ 線上課程

夏令營

讓愛與腎繪畫比賽





電競賽

2025 歡迎參加

腎臟知識



線上遊戲



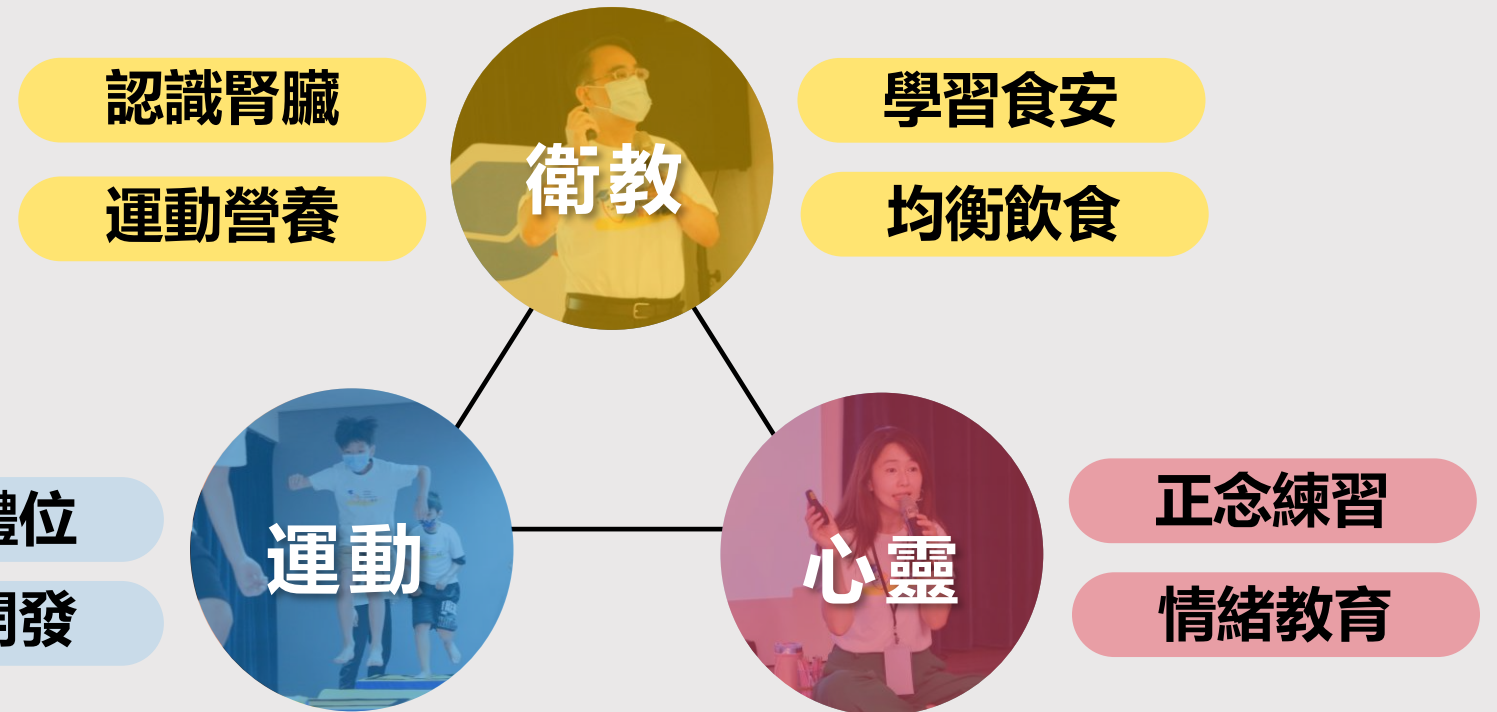
親子共學



培養孩童 從小養成正確的生活習慣



夏令營
腎力小學堂



2025 歡迎參加!

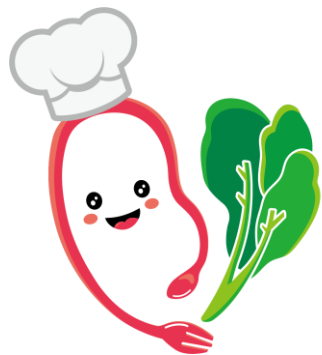


國小線上課程

課程內容

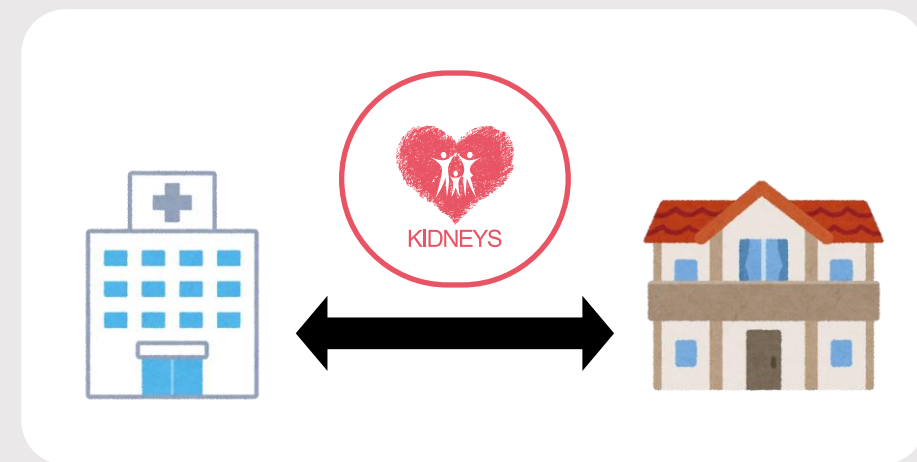
- ◆ 認識我們腎臟
- ◆ 腎臟病的五大症狀
- ◆ 健康密碼 85110
- ◆ 均衡營養-我的餐盤、彩虹蔬果 579
- ◆ 含糖飲料的秘密

開放申請中



TAIWAN
KIDNEY
FOUNDATION
豐腎食堂

**協助腎友飲食控制
有效延緩疾病進程**





腎友講座 - 一起聊腎事

為腎友量身打造的衛教講座

藥物治療介紹



個人飲食份量估算



低蛋白料理指導

參加就送3道低蛋白料理食譜

「一起聊腎事」

衛教講座活動

活動日期 2023年11月18日(星期六)
14:00-16:30

限額 100名 報名請掃描QRcode

地點 四號公園文創 樂學室 (新北市中和區中安街85號B1)

#專為CKD腎友設計 #歡迎邀請家人朋友同行

要如何控制讓腎臟功能不要惡化?
腎臟病飲食該如何執行?
腎臟病週生活可以取的平衡嗎?
在控制慢性腎臟病的你是否也常有這些困擾呢?
來參加「一起聊腎事」解決平常所遇到的瓶頸吧!

延緩腎臟功能的關鍵藥物治療
衛生福利部雙和醫院
詹秀珍腎臟專科醫師

營養師量身設計飲食份量
腎臟病防治基金會
Dodo腎臟專科營養師

學習你的低蛋白飲食餐桌
腎臟病防治基金會
吳玟瑛腎臟病衛教師

財團法人腎臟病防治基金會
Taiwan Kidney Foundation

TAIWAN KIDNEY FOUNDATION
臺灣腎友會

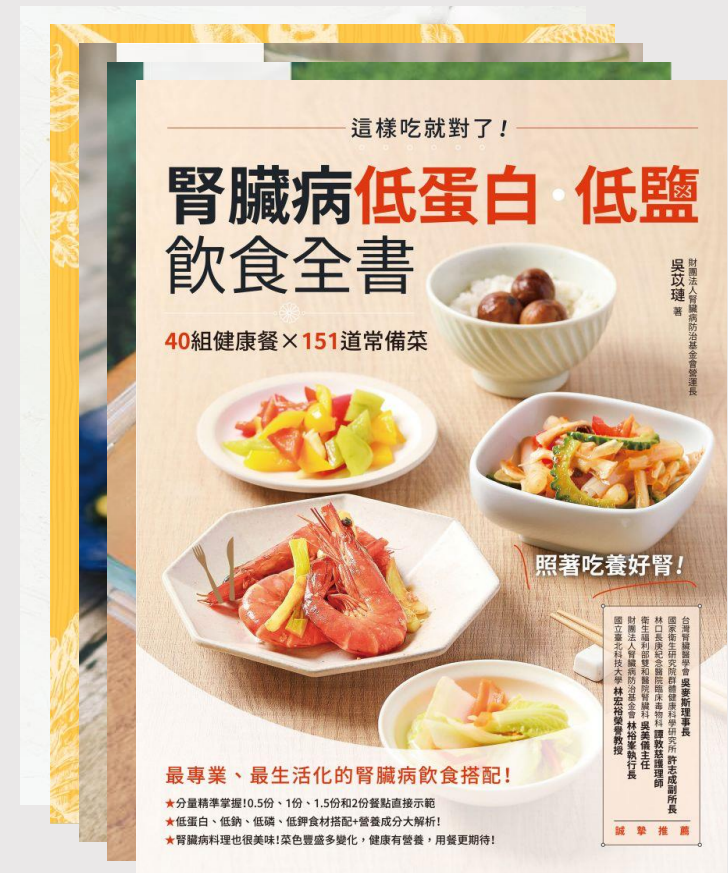
出版手冊

衛教手冊



- 衛教室購買
- 基隆市衛生局購買

食譜



腎友食譜手冊義賣

慢性腎臟病 食譜手冊義賣

滿千免運 買9本再送1本

針對不同的分期、三餐的需求
為腎友而生的專門食譜

內含營養成分分析，輕鬆掌握
熱量、蛋白質、鈉磷鉀等元素



販售本數
600+

每本售價200元

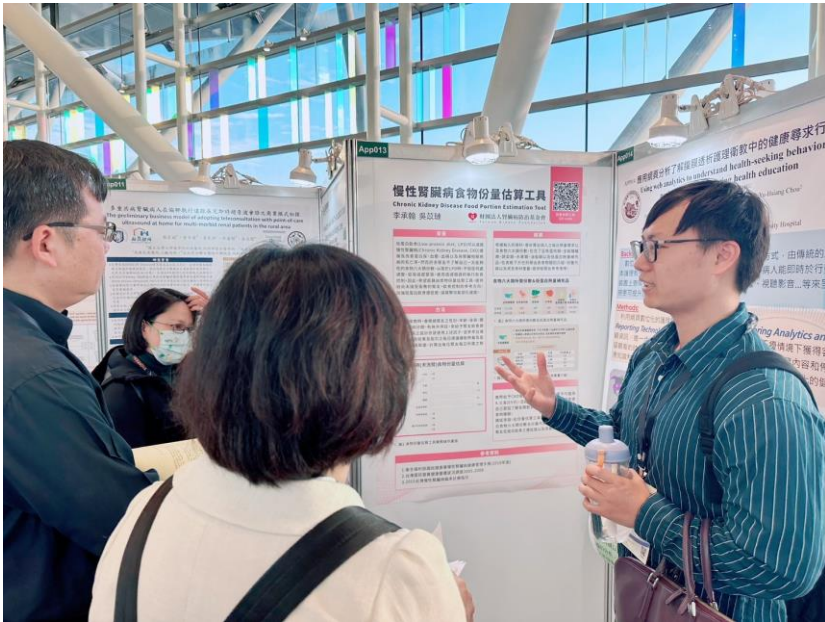
線上食物份量估算

慢性腎臟病食物份量估算功能上線囉！
快來了解自己每天應該怎麼吃吧！

份量計算工具

財團法人腎臟病防治基金會
Taiwan Kidney Foundation

World Kidney Day
2023年3月9日世界腎臟日
#Kidney Health for All



慢性腎臟病(未洗腎)食物份量估算

BMI : 20.78

理想體重 : 48 kg

您的熱量需求 : 1440 大卡

您的慢性腎臟病期數 : 第 3a 期

食物六大類所需份數&低蛋白熱量補充品 :

	豆魚蛋肉類	全穀雜糧類	蔬菜類	水果類	油脂與堅果種子類	低蛋白熱量補充品
正常版	2.5 份	9 份	3 份	2 份	7 份	112.5 大卡
肉多版	3 份	7 份	3 份	2 份	7 份	215 大卡

體重會影響到熱量需求及六大類食物份數的估算，若您的體重在近期內有明顯變化，記得再回來重新計算喔！

幫助腎友快速掌握自己的食物份量！

影音多媒體

影片

飲食指南



Podcast

運動習慣養成



腎友社團

全台最大的CKD病友社群



臉書社團

「一起聊腎事」



腎病防治全人健康照護

- ✓降低危險因子
- ✓健康促進
- ✓早期篩檢

腎功能正常

- ✓延緩疾病惡化
- ✓預防併發症

慢性腎臟病

- ✓提升生活品質
- ✓醫病共享

透析(洗腎)

社群媒體

FB 粉絲專頁

- ✓ 提供即時、完整的基金會資訊

FB 社團

- ✓ 即時互動
- ✓ 腎友交流的天地
- ✓ 提供腎友專屬活動

Line官方帳號

- ✓ 即時發布最新消息
- ✓ 第一時間提供腎友協助

官網

- ✓ 提供會員專屬功能
- ✓ 衛教刊物線上看

YouTube

- ✓ 實證衛教影片
- ✓ 腎友飲食教學影片





**12年來基金會
已舉辦120場篩檢、560場活動
衛教54084人**





KIDNEYS

THANKS