

腎臟科

● 學經歷 ● 高雄醫學大學醫學系
高雄榮民總醫院腎臟科總醫師

● 專 長 ● 腎臟科 | 一般內科



總醫師 鍾東玲



「醫師，我小便的時候有很多泡泡，大家都說這個是蛋白尿，是不是腎臟有問題啊？」在腎臟科門診常常遇到病人提出疑問，到底小便有泡泡是否就是蛋白尿呢？以下為您簡單介紹泡泡尿和蛋白尿之間的關係。

泡泡尿並非就等於蛋白尿，在很多狀況下會形成泡泡尿，像是早晨的第一次小便，因為尿液較濃縮的關係，所以比較容易產生泡沫，或是男性站著解尿時，因為衝力較大，也常常會產生泡沫，一般來說這些尿液的泡沫短時間就會自行消失。而真正的蛋白尿，尿液泡沫會比較難消失。

蛋白尿的檢測方式主要有兩種，一種是尿液常規試驗，是利用試紙的方式來檢測單一次小便，既簡單又快速，檢驗結果是以0，+，++，+++ 來代表尿中蛋白質的多寡，可約略換算成尿中蛋白質的濃度。另一

種方式是收集二十四小時小便，測得單位體積的蛋白質濃度，再乘上總尿液體積，可以得到一天排泄的所有蛋白質量，收集上比較麻煩，優點是結果較為精確。一般而言，成人每天可能會從尿液中排出100到150毫克的蛋白左右。當一天中從尿液排出的總蛋白量超過150毫克，才是有意義的蛋白尿。

蛋白尿的原因有很多，有些可能是單純良性的蛋白尿，這些人沒有真正的腎臟疾病，而是其他生理因素，如改變姿勢、發燒或是劇烈運動，這些狀況下的蛋白尿通常是暫時性的，會自行消失。若是嚴重而持續性的蛋白尿反應了腎臟功能異常或是身體其他器官有狀況，又可以分為腎絲球疾病、腎小管疾病或是體內球蛋白製造過多的溢出型蛋白尿。若有持續的蛋白尿，需要來腎臟科門診做進一步的檢查，甚至是腎臟切片才能診斷確切的原因。