

引言

這是一個新型傳染病得到高度關注的年代。與此同時，慢性疾病引起的發病率和死亡率在世界各地——包括香港——都不斷上升。慢性腎病更是日趨普遍，據研究估計，超過十分之一中國人患有慢性腎病；在香港估計亦有大約八十萬人患有不同階段及不同嚴重程度的慢性腎病。為防止情況進一步惡化，慢性腎病的早期檢測和醫治是重要的關鍵。

當腎功能逐漸退化，進入終末期腎衰竭時，慢性腎病的患者便需要接受腎臟替代治療，其中包括腹膜透析、血液透析和腎臟移植。根據香港醫院管理局（醫管局）2013年的數據顯示，逾4,700名患者在接受透析治療，另有逾3,400名已接受腎臟移植的患者在醫管局接受長期跟進。

在醫治慢性腎病患者的過程中，病友夥伴的支持尤其重要。病友夥伴可使病人更容易接受整個療程，從而得到更佳的療效，同時亦可提高病人的生活質素及滿意程度。不過，如果他們對腎病的認識不足夠或未能掌握正確資料，便難以達致病人自強的效果。因此，我們希望藉此書提高市民、病人及其親友對慢性及末期腎病的了解，從而得到更好的醫治及適應。另外，糖尿病是目前在香港最常見引發末期腎病的原因，在2013年的透析新症病人中，近半數是糖尿病患者，因此，其中一個章節專門介紹糖尿病腎病患者的需要。我們亦了解到婦女和兒童

腎病患者有獨特的需要，因此我們撰寫了另外兩章針對他們的情況，冀助他們處理慢性腎病。當患者進入終末期腎衰竭而需要接受透析時，其中一個重要的目標，是回復正常的日常活動，故本書其中一章強調透析患者如何可以繼續工作、運動和旅遊等，更作出不同建議，使患者可以身體力行。

我們一直都推動家居透析治療，對於家居腹膜透析或家居血液透析這兩項治療的優點，只要細讀治療選擇的章節，會有更詳細的闡釋。此外，我們一直都積極推動腎臟及器官捐贈，作移植用途去幫助腎衰竭的病友。在腎臟移植的章節，我們會詳細解釋如何減少排斥及引發其他併發症的可能性。

在治療及康復過程中，鼓勵和支持是不可缺少的。「病友心聲」一章中，病友及家人可藉此機會鼓勵其他腎友以正面及積極的態度面對慢性腎病，從而得到更佳療效。

腎臟健康是重要的，我們在初期慢性腎病時已要開始保護腎臟；我們希望透過這本書，使公眾、病人和其親屬對慢性腎病有更深入的了解，藉此促進腎臟健康和使腎臟壽命更長，積極生活，「腎延敏行」。

李錦滔、周啟明、羅民貞