



台灣基層透析協會

TAIWAN CLINICAL DIALYSIS ASSOCIATION

宗旨：關懷透析病患，提升透析品質，維護透析診所與病患的權益，協助政府制定相關醫療政策及推行健康保險制度。

發行人：楊孟儒 理事長

學術編輯：張智鴻 醫師

週報編輯：曾庭俞 專員

第 334 期 基層透析週報

發行日期：108/10/17

最新消息

一、台南腎友協會理監事會議暨會員餐敘

108 年 10 月 13 日 (日) 台南腎友協會舉辦理監事會議暨會員餐敘，基層透析協會顏大翔理事到場共同參與，並致贈兩萬元整作為台南腎友協會運作之經費。



二、 全台第一本護腎童書「腎臟超人與小腎豆冒險記」-發布記者會 含糖飲料喝多恐痛風 醫師：傷肝又傷腎

時間：2019-10-16 18:12，新聞引據：採訪，撰稿編輯：陳國維

根據統計，每天喝含糖飲料 500CC 以上的青少年，身體質量指數 BMI 值超過 25 的機率，是沒有喝含糖飲料者的近 5 倍。腎臟科醫師表示，含糖飲料喝太多，除了發胖，也會造成尿酸過高，成為痛風與慢性腎臟病的高危險群。為了讓學生從小就建立護腎觀念，多個團體今天(16 日)共同發表全台第一本護腎童書，期盼守護下一代的腎臟健康。

許多台灣民眾愛買手搖飲料，國家衛生研究院群體健康科學研究所副所長許志成表示，喝含糖飲料與肥胖、高尿酸都有非常密切的關係，而且對愈胖的人，影響愈大。許志成：『跟沒有喝糖的人比，喝全糖而且每天喝超過 500CC 的人，他的肥胖的機率多了快 5 倍，喝罐裝飲料的人也多了 4 點多倍；高尿酸比也是一樣，多了 2.4 倍，多了超過 2 倍以上。』

市售大杯現調飲料(手搖飲)之糖含量及熱量							
品 項 重量700公克	多多綠茶 (全糖)	珍珠奶茶 (全糖)	珍珠奶茶 (半糖)	珍珠奶茶 (微糖)	烏龍奶茶 (全糖)	烏龍奶茶 (半糖)	烏龍奶茶 (微糖)
每杯糖含量等 同之方糖量(顆)	14	12	9	8	12	7	5
每杯熱量 (大卡)	343	658	588	525	525	434	413
每天喝1杯，暑假 2個月(60天)可能 增加體重公斤數	2.7	5.1	4.6	4.1	4.1	3.4	3.2

1.現調飲料(手搖飲)係參考衛生福利部食品藥物管理署臺灣地區食品營養成分資料庫。
2.每日添加糖熱量係依衛生福利部國民健康署107年新版國民飲食指標建議，每日飲食中添加糖攝取量不宜超過總熱量的10%，以每日熱量攝取量2000大卡為例，則每日糖添加攝取量不宜超過200大卡，也就是50公克糖(約10顆方糖，每顆方糖含5公克糖，每公克糖可產生4大卡熱量)。

含糖飲料喝太多，影響身體健康。(陳國維 攝)

台灣基層透析協會理事長楊孟儒進一步指出，由於市售飲品多添加玉米果糖，人體消耗果糖需要靠肝臟代謝，轉換成三酸甘油脂，進而累積成脂肪，造成脂肪肝，長期食用將造成肝臟負擔。

楊孟儒說，果糖也容易磷酸化，中間的產物之一是「腺嘌呤」，嘌呤又稱為「普林」，最後會形成尿酸，尿酸過多若無法代謝，將導致痛風，所以就算年輕人平時不吃海鮮、不喝酒，也會因過量攝取含糖飲料，而導致尿酸值升高；研究顯示，每天喝 1、2 份高果糖糖漿飲料，比 1 個月喝不到 1 次的人，患有高尿酸血症的機率增加 85%。

楊孟儒：『高尿酸如果說超過一個程度之後，他其實對身體的影響，一個是直接對腎小管的傷害；另外，他可能引起腎結石，也會傷到腎臟；那另外就是因為尿酸會引起痛風，痛風之後吃了止痛藥，也會傷到腎臟，所以這是高尿酸會傷到腎臟的 3 種途徑。』

為了讓腎臟保健教育向下扎根，包括康健雜誌、天下雜誌教育基金會及台灣費森尤斯公司，共同製作全台第一本護腎童書「腎臟超人與小腎豆冒險記」，內容除了提到腎臟的結構，也提醒每天至少要喝掉 2,000CC 的水，並指導如何做「愛腎健康操」。這本童書即日起將隨「希望閱讀專車」巡迴台灣偏鄉校園，之後也將送給全台 200 多所非都會小學各兩本書，供小朋友到學校圖書館閱讀。



基層透析協會理事長楊孟儒/腎臟醫學會理事長盧國城/國衛院群體健康科學研究所副所長許志成



護腎童書將巡迴台灣偏鄉小學。(陳國維 攝)

三、第二屆台灣基層透析協會優秀論文大獎賽

各位醫師大家好：

台灣基層透析協會目前有 289 家透析診所會員，為了響應腎臟醫學會提倡腎臟學術研究，並且感謝腎臟醫學會為爭取透析總額的貢獻，特成立「台灣基層透析協會優秀論文大獎賽」，辦法如下：

1. 每年提供新台幣 20 萬元給一個最優秀論文團隊。
2. 邀請腎臟醫學會理事五位擔任評審委員，以評分方式選出。
3. 108 年 10 月 1 日至 10 月 31 日提出申請。
4. 論文以 107 年 11 月 1 日至 108 年 10 月 31 日獲刊登於學術期刊之論文。
5. 參賽資格：
 - (1) 台灣腎臟專科醫師
 - (2) 第一作者 (代表團隊) (每人限申請一篇)
 - (3) Original research article
6. 評選標準：
 - (1) 對腎臟醫學貢獻度
 - (2) 刊登期刊之等級
 - (3) 若同分以對於透析治療貢獻度為優先

申請表：

申請人(第一作者)：
服務單位：
論文題目：
刊登期刊：
刊登日期：

(需繳交論文電子檔全文)

7. 頒獎日期：108 年 11 月 18 日公布入圍名單，108 年 11 月 24 日 (週日) 台灣基層透析協會會員大會 (台大醫院國際會議中心) 宣布得獎者 (團隊) 及頒獎。

申請方式：一律 e-mail 到協會 dialysis98@gmail.com 曾專員

截止日期：即日起至 108 年 10 月 31 日止

四、108 年度會費繳交

去年度 (107 年) 繳費院所已達到七成，希望尚未繳交今年度 (108 年) 會費之院所盡速繳交！每一家都要做出貢獻，協會才有經費繼續運作，為大家服務。

台灣基層透析協會統一編號：29200695

常年會費	
負責醫師	10000 元
非負責醫師	1000 元
醫院會友	1000 元

繳費方式	
郵政劃撥	戶名：台灣基層透析協會 帳號：5 0 2 6 5 6 1 4
銀行匯款或 ATM 轉帳	戶名：社團法人台灣基層透析協會 匯入行庫：合作金庫 台大分行 (銀行代碼：0 0 6，分行代碼：1 3 4 6) 帳號：1 3 4 6 - 7 1 7 - 0 3 3 5 9 8

98-04-43-04 郵政劃撥儲金存款單		◎寄款人請注意背面說明 ◎本收據由電腦印錄請勿填寫	
收款帳號 5 0 2 6 5 6 1 4	金額 (阿拉伯數字) 億 仟 萬 佰 萬 仟 佰 拾 元	郵政劃撥儲金存款收據	
通訊欄 (限與本次存款有關事項)		收款帳號戶名	
匯款人： 院 所： 電 話： 地 址：	收款戶名 台灣基層透析協會	存款金額	
	寄 款 人 ☐ 他人存款 ☐ 本戶存款	電腦紀錄	
	姓名 申請人請於瞭解「郵政儲金匯兌個人資料及隱私權告知聲明」內容後，填寫本單並交郵局辦理。	主管：	
	地址與電話 □□□-□□	經辦局收款章戳	
108 年度會費 ☐ 1.院所負責醫師：壹萬元 ☐ ①開立個人捐款收據 ☐ ②開立診所會費收據 ☐ 2.非負責醫師：壹仟元 (開立個人會費收據) ☐ 3.醫院會友：壹仟元 (開立個人捐款收據)		經辦局收款章戳	
虛線內備供機器印錄用請勿填寫			

五、108 年度已繳納「院所負責醫師一萬元會費」名單

目前累計 289 家院所已繳納一萬元會費，請尚未繳納會費之院所務必繳交，謝謝！

基隆				
泰安內科診所	安基診所	高士振診所	元翔診所	佳基內科診所
佳冠內科診所				

臺北市				
柏安診所	安德聯合診所	滙安診所	元林診所	安禾聯合診所
宏林診所	萬澤內科診所	景安診所	百齡診所	安仁診所
晟幸診所	文林診所	康禾診所	杏心診所	怡仁診所
怡德診所	和泰內科診所	華榮診所	崇德診所	弘德診所
佳德內科診所	祐腎內科診所	洪永祥診所	慶如診所	佳康內科診所
福林診所	東成診所			
新北市				
杏原診所	宏明診所	漳怡內科診所	輝德診所	逸守診所
安新診所	展源內科診所	匯康內科診所	明暘診所	德澤診所
陳尚志診所	東暉診所	江生診所	承安聯合診所	仁佳診所
仁馨診所	康全診所	新庚診所	安旭診所	祥佑診所
富康診所	戴良恭診所	欣禾診所	世康診所	志豪診所
仁謙診所	怡安診所	仁川診所	廣泉診所	板橋仁安內科診所
恩康診所	仁美診所	詠靜診所	益康診所	晉康診所
昕隆診所	仁暉診所	安庚內科診所	逸安診所	逸原診所
逸全診所	新莊新仁診所	家祥診所	新欣診所	慧安診所
禾安診所	佳佑診所	思原內科診所	佳愛診所	佳晟診所
元福診所	幸安診所	集賢內科診所	集安診所	東辰診所
怡和診所	國城診所			
桃園				
中慎診所	佑霖診所	宏元診所	桃安診所	惠民診所
全安診所	欣庚診所	安馨大溪診所	中庚診所	鑫庚內科診所
安庚內科診所	桃庚聯合診所	桃德診所	安慧診所	聖文診所
榮元診所	杏福診所	家誼診所		
新竹				
新竹安慎診所	竹東安慎診所	安新診所	惠慎診所	成民內科診所

宏仁診所	康健診所	宜暘診所	祥仁內科診所	
苗栗				
宏福診所	德安診所	長春診所	竹南診所	
台中				
長安診所	雅林診所	蔡精龍診所	瑞東診所	淨新診所
育恩診所	漢寧診所	大業診所	宜家診所	健安內科診所
榮平診所	信安診所	高美內科診所	合安診所	傑安內科診所
佑全診所	東豐診所	中清診所	京冠診所	仁禾診所
仁德診所	晉安診所	安新診所	佳弘診所	佳仁內科診所
慶華診所	佳楊診所	佳福診所	加安診所	榮曜診所
興豐內科診所	東福診所			
彰化				
健新內科診所	里仁診所	建霖內科診所	惠聖診所	合濟診所
旭安診所	安馨彰美內科診所	佳文內科診所	員美診所	佳安內科診所
雲林				
惠腎診所	大安診所	崙安診所	明德聯合診所	螺安診所
宏德診所	腎安診所			
嘉義				
宏醫診所	正安診所	家馨診所	安馨嘉義內科診所	康明診所
慈安診所	維德診所			
南投				
新協合聯合診所	益民診所	金生診所	草屯陳診所	農安診所
安馨竹山內科診所				
台南				
文賢內科診所	光明內科診所	林建任內科診所	迦南內科診所	榮銘內科診所
以琳內科診所	陳相國聯合診所	懷仁內科診所	昕安內科診所	十全診所
群安診所	康福內科診所	公園內科診所	謝智超達恩診所	崇仁內科診所

沅林內科診所	立福內科診所	奇安內科診所	蘇炳文內科診所	杏和診所
杏福內科診所	泰祐診所	佳宜內科診所	佑馨診所	顏大翔內科診所
仁得內科診所	陳冠文內科診所	弘典內科診所	華康內科診所	福民內科診所
康健內兒科診所	美侖診所	佳新診所	尚禾內科診所	錫和診所
高雄				
宗禾診所	佑鎮診所	仁康診所	愛欣診所	好生診所
明港診所	茂田診所	新鴻遠診所	路竹內科診所	蔣榮福診所
長清診所	高健診所	鴻源診所	為好診所	鴻仁健康診所
岡山內科診所	建安診所	佑強診所	聖安診所	裕生診所
東陽診所	優彼高榮育仁診所	益祥診所	偉仁健康診所	高美診所
幸安診所	楠華診所	五福診所	安泰診所	高欣診所
吳三江內科診所	揚銘診所	湖康診所	安馨楠梓內科診所	健聖診所
王禾診所	長新診所	佳生診所	芳民診所	佳澤診所
佳醫診所	龍華診所	劉內兒科診所	昱泰診所	聖博診所
高悅診所	高晟診所	德恩內科診所	田源診所	
屏東				
人晟診所	立安診所	大武診所	宇安診所	沐民診所
德埔診所	藍文君診所	佳屏診所	德家內科診所	迦美診所
宏祥診所	東和內科診所			
宜蘭				
傳康診所	陳文貴診所	吳得中診所	得安診所	青田診所
花蓮				
懷德診所	嘉恩診所	維德診所		
台東				
陳明正內科診所				
澎湖				
惠安診所				