

尿液潛血

正常人尿中雖可排出少量紅血球，但以驗尿試紙測試時仍應呈陰性反應。

為什麼尿液有潛血反應？

1. 女性在生理期驗尿時，可能因尿液受經血污染而導致血尿，故複檢尿液時，請一定要避開生理期。
2. 泌尿道（腎臟、輸尿管、膀胱或尿道）任何一處有病變（例如：結石、感染、發炎、腫瘤）都可能以血尿方式來表現，某些全身性疾病也可造成血尿，有血尿者應至腎臟內科或泌尿科追查原因。

蛋白尿

尿蛋白檢查主要的目的是為了篩檢泌尿系統—尤其是腎臟的疾病。正常人每天從尿中排出之蛋白質應少於 150 毫克，尿液試紙蛋白檢驗應呈陰性反應。蛋白尿的嚴重程度可以用尿液試紙做半定量測定，尿蛋白 $\geq 30\text{mg/dL}$ 、 $\geq 100\text{mg/dL}$ 、 $\geq 300\text{mg/dL}$ 代表不同等級的蛋白尿，數值愈大表示蛋白尿愈厲害；也有人使用+來表示，「+」愈多代表尿中蛋白的「濃度」愈高，但不一定代表一天尿蛋白排泄總量較多。

尿蛋白反應呈陽性時，有許多可能性：

- 一、蛋白尿偽陽性：當尿液過鹼、尿液太濃或尿中有血時，有時會使尿蛋白反應呈陽性，但不一定真有超過正常量的蛋白尿存在。
- 二、暫時性或功能性蛋白尿：在劇烈運動後、洗澡後、發燒、急性感染、突然暴露於寒冷的環境、有精神壓力時、月經時、心臟衰竭、癲癇發作等狀況或不明原因會有暫時性或功能性蛋白尿出現，通常只要避開相關因子再複查尿液即呈陰性反應。
- 三、體位性（站立性）蛋白尿：蛋白尿只在站立時出現，通常是暫時性的，但也有少數人可呈持續性蛋白尿，十至二十年才逐漸消失，一般不必處理自己會好。
- 四、間歇性蛋白尿：蛋白尿時有時無，但無其他全身性或腎臟疾病，腎功能隨時間變壞的機會不大。
- 五、持續性蛋白尿：即每次尿液檢查都有蛋白尿存在，多為腎臟或泌尿道（輸尿管、膀胱、尿道）疾病所造成，病因可是腎臟或泌尿道原發性疾病，也可是其他器官疾病或毒、藥物對腎臟或泌尿道的影響。依病因之不同，腎功能惡化的速度各不相同。

如何預防？

- 一、大部分的年輕人檢查出蛋白尿多屬暫時性或功能性蛋白尿。尿液檢查前宜避免上述造成暫時性或功能性蛋白尿的因子以及容易形成偽陽性的狀態，以免干擾檢查之準確度。
- 二、有持續性蛋白尿存在者，需遵照醫囑進一步檢查與治療，以免腎功能惡化造成尿毒症。

尿糖反應陽性

正常情況下，身體會將吃進去的澱粉類食物轉變成葡萄糖，胰臟在血糖升高時會分泌胰島素促進葡萄糖進入細胞中，細胞便可代謝葡萄糖提供身體所需之能量。當胰島素的分泌不夠或作用不好時，葡萄糖就無法進入細胞，而會造成血糖升高，便是糖尿病或葡萄糖耐受不良(Glucose intolerance)。正常人體液中約含葡萄糖 80-120mg/dL，腎臟可回收尿液中的葡萄糖，故在小便中不會有糖份流失，尿糖反應呈陰性；當血液中葡萄糖濃度達 180 mg/dL 以上，超過腎臟回收能力之上限或有某些腎臟病影響腎臟回收葡萄糖之功能時，糖尿檢驗結果便可呈現陽性，如±、+、++、+++等。尿液試紙糖尿檢驗是為了篩檢糖尿病或某些腎臟病，在健康人，有時候在某些生理狀態或疾病時尿中可短暫出現少量糖分叫做一時性糖尿。「糖尿病」的診斷則是要根據至少兩次以上抽血的結果而定，當一個人的空腹血糖超過 126 mg/dL 或隨時血糖超過 200 mg/dL 時就是有「糖尿病」。

如何預防？

若有糖尿檢查異常，應進一步檢查血糖以確定是否有「葡萄糖耐受不良(Glucose intolerance)」、「糖尿病 (Diabetes Mellitus)」或腎臟病。若確定罹患「糖尿病」，應遵從醫師指示注意飲食控制、規律運動以及維持標準體重，前述治療若無法有效控制血糖，便須進一步接受藥物治療以避免糖尿病之各種急性或長期併發症的發生，例如：腎衰竭、末梢神經病變、視盲等。

何時找醫師？

- 一、大多數糖尿病人早期都沒有不適症狀，除非做健康檢查，否則不易發現，當出現明顯症狀時，可能已患病一段時間了。糖尿病常見的症狀有：
 1. 三多症狀：多吃、多喝、多尿。
 2. 疲倦、體重減輕、傷口不易癒合、皮膚或陰部搔癢等現象。
- 二、糖尿檢查異常的人，會被通知轉介至醫院複檢，醫師會再安排一次尿液檢查，並視情況驗血檢查血糖與腎功能以確定診斷。