



透析患者高血壓的照護

高血壓是腎友生命的最大威脅。高血壓若不控制，長期下來則會造成心臟血管系統的損傷，例如腦中風、心臟衰竭等，會危及生命。

一、何謂高血壓

一般在多次的測量下，若收縮壓(高的)超過 140mmHg、舒張壓(低的)超過 90mmHg，即可診斷為有高血壓。

二、高血壓原因

鹽分、水份過度的滯留：造成腎衰竭患者高血壓的最主要原因乃是腎衰竭到達某一程度時，身體過多的鹽份與水份無法有效排出，因此可以說，大部份(80%)的尿毒患者在開始洗腎前都有高血壓。

三、高血壓的治療

水份滯留引起則需脫水治療，洗腎以『乾體重』為目標，可以排除體內過多的鹽份與水份，所以大部份的腎友高血壓都可以因洗腎脫水而獲得改善，若能配合平時減少對鹽份的攝取(吃的清淡)，則效果更好。

四、何謂『乾體重』？

乾體重，就是洗腎前為了脫水所設定的洗後目標體重，在這個情況下，沒有水腫、心沒有擴大、絕大部份的人血壓正常、但洗後可能有點虛脫感。

乾體重不是一成不變，瘦了就要往下調，胖了就要往上調，剛開始洗腎的病人，往往一開始先往下調以控制血壓，等食慾增加發胖再往上調，乾體重不是一個固定體重，而是要維持透析中生命徵象穩定少有合併症、且洗後舒適等原則，做一個彈性的調整，如體重增加不多往往可以多脫一點，增加太多則可以衡量狀況少脫一點。

每半年定期胸部 X 光檢查測量心臟與胸廓的比例(CTR)，可做為乾體重的參考，若比例小於 50%是較好的。

平常相對的血壓變化以及下肢有無水腫也可做為是否調整乾體重的參考。達到乾體重之前的高血壓，可以短暫的給予降壓藥以控制血壓；達到乾體重之後仍有高血壓，則需長期的給予降壓藥以控制血壓。



五、若洗腎中，常降血壓，藥物怎麼服用？

一般建議若洗腎當中容易降血壓的患者，若有在服用降壓藥，不要服用降壓藥，以免造成透析中降血壓的危險，因洗腎中的脫水身就有降血壓的作用。

六、為何洗腎過程中，血壓越來越高，藥物怎麼服用？

血壓是心輸出量與週邊血管阻力的總體表現，洗腎中脫水到某個程度，理論上會降低心輸出量，血壓會降低才對，但某些人(有點殘餘腎或糖尿病的人)可能因反應性的血管收縮過度(阻力大增)血壓反而上升甚至合併頭痛，有人認為與腎素的分泌有關。

控制兩次洗腎間的體重增加不超過乾體重的 5%，訂定準確的乾體重是防止腎友高血壓最好的方法，且可減少洗腎中降血壓的機會。

以上內容瞭解請簽名

病人或家屬簽章：

日期

我的恩典夠你用的，因為我的能力、是在人的軟弱上顯得完全。

🌸🌸哥林多後書 12 章 9 節 🌸🌸