

# 血液透析室

## 透析病人血壓的控制

制訂日期:98年4月20日  
修訂日期:112年4月27日

### 一、血壓控制的重要性

根據新版指引定義，血壓超過 130/80mmHg 即可診斷為高血壓，血壓需要控制在 130/80mmHg 以下。而透析病人血壓的不穩定，除了病人本身會有不適的感覺外，亦會影響透析品質。長期下來更會造成心臟血管疾病。而心臟血管疾病是造成透析病人死亡的最主要原因，故控制適當的血壓應是醫護人員及病人共同努力的目標。

### 二、高血壓的原因

- 1、鈉及水分滯留，造成體液過剩。
- 2、腎素 - 血管收縮素系統的活化。
- 3、自主神經系統的異常。
- 4、血管內皮細胞分泌血管激素。
- 5、紅血球生成素的使用。
- 6、續發性副甲狀腺亢進。
- 7、動脈血管的結構性改變。
- 8、原本存在的本態性的高血壓。
- 9、其他：貧血、動靜脈導管、藥物等。

### 三、高血壓的治療

- 1、水分滯留引起，調整乾體重：病人有明顯體液過多的徵兆時，如下肢水腫、胸部 X 光看到心臟變大等，要額外增加脫水量；若病人最近在家量到的血壓變高、使用的降血壓藥物種類變多，或者透析間體重增加幅度只有一點點、幾乎沒怎麼變重

時，也要有警覺，主動幫病人下調乾體重，每次多脫水的量不用太多，比原本的應脫水量再多設 0.2~0.3 kg 即可。

2、限鈉飲食：透析病人，對於鈉離子及水分排除能力逐漸喪失，而鹽是造成體液過剩的主因，所以對於飲食更要有所節制。鹽的攝取量最好每日不超過 3 克，因為鹽的攝取過多，會刺激口渴中樞，水分攝取就會增加，而造成體液過多而積存

3、維持正常及規律的生活習慣。適度運動、戒菸、避免飲酒。

4、藥物治療：使用降壓藥來控制病人高血壓之前，要先將病人的體重調整到理想乾體重為止，若仍無法有效控制血壓時，才使用降壓藥物，並且降壓藥種類越少越好。

5、日常保健：定期測量及記錄血壓，並按時返院追蹤檢查。平日注意保暖，冷天避免外出。保持心情愉快，充分休息與睡眠，攝取足量水分，並維持合宜體重。

#### 四、諮詢方法

若對以上內容有疑問或建議，請洽詢(04)24922000 轉分機 1601、1602 或 E-mail 至 wfcc.hos@msa.hinet.net

霧峰澄清醫院 關心您!!