



洗腎患者自律神經失調之探討

文:孫樹俊醫師/戴良恭洗腎中心

在洗腎過程中血壓下降的原因非常多，也有好幾篇文章都有特別提到，所以不再敘述，但其中有一項比較少被提及的原因就是”自律神經失調”引發低血壓。自律神經失調，會使人體的平衡機制出問題，病患雖然不舒服，卻經常查不出原因。此篇文章特別就”自律神經失調”這個問題加以探討。

首先必須知道什麼是”自律神經”？所謂”自律神經”是指獨立自主而無法用人體自己意志去控制的神經，主要分為交感神經及副交感神經兩大系統，兩者的作用是互相拮抗的，其中一個為促進性，另一個則為抑制性，兩者保持著相互的平衡與協調。兩者一旦協調出了問題，就會引起所屬的”自律神經功能失調”相關症狀與疾病，而不同體質的人，會有不同之表現。

緊張、焦慮容易引起自律神經功能失調，但通常是暫時性的，相對地糖尿病、尿毒症、巴金森氏症等患者所併發之自律神經功能失調則較持續，甚至會威脅生命之安全。

對洗腎患者來說”自律神經功能失調”會出現那些症狀呢？自律神經失調的症狀，範圍非常廣泛，舉凡頭暈、口乾、消化不良、心悸、性功能異常、排尿困難等等，都屬於這種系統之病變，洗腎患者比較常見的臨床症狀有以下幾點：

- 一.心臟血管系統：如姿勢性低血壓、心臟無力感、胸悶、胸部壓迫感。
- 二.腸胃道異常：例如吞嚥困難、便秘、腹瀉、胃部痙攣、腹脹、疼痛，噁心、嘔吐、大腸激燥症。
- 三.汗腺失調：可能會無汗、少汗，造成對熱不適應。
- 四.生殖泌尿道自主反射不良：可能會夜尿、無法控制排尿、無法射精、勃起不能、性功能障礙。
- 五.眼睛反射方面：眼睛疲勞、眼痛、淚眼、眼睛張不開、視線模糊、眼睛乾澀、無淚液分泌。
- 六.神經系統：頭暈、頭痛、偏頭痛、感覺異常、發冷、發燙。
- 七.骨骼關節系統：手腳發麻疼痛、下肢麻木、抽筋、全身肌肉疼痛、頸部酸痛、關節疼痛。

其中自律神經失調整引起姿態性低血壓在洗腎單位非常常見，當患者姿勢改變時，會覺得眼前發黑、頭暈、甚至昏倒，如果一個人由平躺到坐起或站起時，收縮壓降低二十毫米汞柱以上、舒張壓降低十毫米汞柱以上時，就符合姿態性低血壓的定義了。主要由於正常調節血壓的機轉無法在短時間內達成，所以容易有姿態性低血壓。尤其老年人或糖尿病患者，因自律神經失調嚴重，特別容易引發姿態性低血壓，所以收針後一定要特別注意躺、坐、站三個不同位置血壓的變化。

而目前評估自律神經失調方式有：

(一)測量姿勢改變時血壓的變異，在正常的情形下，血壓在姿勢改變時，會獲得自律神經系統調節，所以不致於有太大變動，但姿勢性低血壓的患者其血壓下降程度則遠超過正常值。

(二)監測心跳間隔變異數(心率變異性)，一個心跳與下一個之間的間距不是一成不變的，而是隱藏著規律性的變化。因心跳會隨著呼吸或姿勢之改變而變化，它相當敏感且客觀，在沒有心律不整的情形下，心跳的變異越大越好，但在自律神經功能障礙患者，其心跳間隔變異數遠小於正常值。

(三)皮膚交感神經皮膚電位反應乃是在您的手掌腳掌處貼上幾個小電極片，在您的腕關節處進行小量而短暫的電刺激。使受檢者因交感神經刺激而分泌汗液，進而改變皮膚上的電位，若具交感神經病變的患者，則偵測不到任何電位變化。

臨床上治療自律神經失調，通常以精神科藥物為主，抗焦慮的藥、安眠藥等鎮靜藥物則為常選用之藥物，其它則採症狀治療法，視其所表現出的症狀選用適當的藥物。近年來有所謂的逆行性神經療法，主要係採用脈頻共振治療儀，針對特定的神經治療點作治療，使失調的神經系統恢復正常，其效果如何則因沒有統計報告而不得而知。洗腎患者自律神經一般不會無緣無故輕易失調，大都是有原因的，洗腎病患心理常面臨極大壓力，情緒也不佳，加上作息的不正常，常造成自律神經失調，所以安排適度的舒壓並且改變生活作息，做個樂觀快樂的洗腎人，如此才能逐漸遠離自律神經失調的困擾。