



人參可幫助改善透析中低血壓

桃安診所 楊謹榕 醫師

「醫生，我朋友聽說我在洗腎，送我人參說可以調養身體，請問我可以使用的嗎？」

自古以來，人參就被傳有「久服輕身延年」的效果。在《神農本草經》中也記載了人參可以「補五臟、安精神」。甚至在武俠小說之中，人參被誇大為可以增進武俠功力的聖品。近二十年來，針對人參的有效成分與藥理特性已經有許多研究問世，也開始有人探討「人參對腎友是否有益」這個議題。實驗證實：人參可幫助改善透析中低血壓。



透析中低血壓是透析最常見的併發症之一，發生率高達 30% 至 50%。其發生的原因在於心臟血管對於調水的不適應，如：調水的速率高於血管外的組織間液回充到血管內的速率 (vascular refilling)，血管在調水時沒有適當收縮以維持血壓，心臟推動循環的能力不足使心輸出量下降。透析中低血壓特別好發於糖尿病患者。

目前針對透析中低血壓的治療，包括：準確評估乾體重與調水量，調整透析液的成分（避免低鈣透析）、降低透析液溫度、在透析當天避免使用降血壓藥物，用藥物幫助維持血壓：邁妥林錠 (midodrine)、肉鹼 (carnitine，又名「卡尼丁」)。如果使用傳統的方法處理仍然有透析中低血壓，可以嘗試人參片。

根據長庚醫院在 2012 年 1 月發表的研究，透析中低血壓的腎友，在透析期間含人參片，份量約為一錢 (3.5 公克)，人參片可以咀嚼之後吞服，這個做法可以有效減少透析中低血壓的發生，而且沒有明顯的副作用。

以中醫理論來說，人參可以「大補元氣，復脈固脫」，用於「體虛、肢冷、脈微」的情形。可以說是古人在長時間的經驗累積中，認識到「人參對於低血壓有幫助」這個現象。現代藥理分析發現，人參含有以人參皂苷 (ginsenosides) 為主的多種有效成分。動物實驗也證實，人參可以加強心臟的收縮力、增加心輸出量、可以使低血壓的病人血壓回升。但值得注意的是，人參的使用還是必須要小心，一次使用過大劑量，會導致頭痛、頭暈、皮膚搔癢的副作用，長期使用大劑量人參 (超過 30 公克) 則會導致血壓升高、失眠等問題。

腎友在面對透析中低血壓的問題，仍需回顧是否有透析間體重增加過多、使用降血壓藥物的劑量、時機不正確，或者因為食欲變好，乾體重增加。人參片的使用也是透析中低血壓的一個治療方法。我們也期待在未來，有更多關於人參在透析病人的功效可以得到臨床實驗的證實。

***本文作者同時具有中醫師資格**

參考文獻：

Chen I-Ju et al, “Korean red ginseng improves blood pressure stability in patients with intradialytic hypotension” , Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, Vol 2012: 595271, 2012