



不要輕忽血液透析前後的胸悶

鄧逸峰:聖保祿心臟血管中心主任

血液透析，也就是台灣俗稱的「洗腎」，是「尿毒症病友」的重要生命線。病友在接受血液透析時，雖然都是臥床，但是因為一定比例的血液會暫時離開身體，加上透析過程中，血液滲透壓、酸鹼值、體液都會有不小的變動，所以血液透析的前、中、後，常常會有一些不適的現象。胸悶，也是其中一種。透析前後的胸悶是很常見的，而胸悶的原因，可以是很輕微，也可能很嚴重。你或許已經對這些不適，習以為常。

胸悶分類：

胸悶，是血液透析病友常見的合併症(統計約 2%)。而心臟科醫師接到腎臟科同事的會診要求時，我們常常會評估以下幾個面相：

冠狀動脈心臟病

造成長期透析的病友死亡的原因當中，心臟血管病變約佔 50-60%，而後才是感染及其他肺部出血、惡性腫瘤。可能原因除了一般因素如年齡、種族、抽煙之外，透析病友常合併的特別疾病如高血壓、糖尿病、高血脂等，也都易合併心血管病變。血管病變的病友在接受透析時，因為血行動力學的變化，而造成暫時性的心臟負荷增加，就可能以「胸悶」或是「血壓下降」來表現。

瘻管問題

瘻管，是血液透析腎友的「生命線」，卻也是最難以捉摸的。血流量不足，透析的效能會下降，甚至會「無法上針」，可是相對的，如果血流量太大，也會造成心臟負荷太重。評估瘻管的功能，除了大家都知道的「流速大小」以外，還有回流的「靜脈壓」，另外，血管超音波、血管攝影都有幫助。除了血流太大會造成心臟負擔，而產生胸悶之外，血管有了阻塞，會產生分流現象，也常是胸悶的原因。

飲食問題

洗腎的病友們，原本飲食就有很多限制。這些限制，不是只有說說而已，多數是生命相關的。尤其是「限制鹽分」這一項，更是重要。

通常大家以為「我已經洗腎了啊!洗腎機可以幫我把鹽洗掉啊!吃一點鹽沒關係吧…」「有那麼嚴重嗎?」「可是不鹹我吃不下啊…」

問題的重點在「滲透壓」，做為一位洗腎的病友，你應該要了解什麼是滲透壓。

滲透壓的異常，一方面會妨礙洗腎的效率，另一方面則會惡化心臟的負擔。不了解滲透壓的重要性，就會輕忽飲食控制的重要性。

所謂「洗腎」，並不是「清洗腎臟」。正確的說法，應該是叫「血液透析治療」，而「透析治療」，就是經由半透膜的兩端血液及透析液，利用高濃度物質經由半透膜往低濃度的溶液移動的原理，將血液內高濃度有機廢物(尿毒症)析出，順便使水分移出。因此，在透析治療時，通常有兩種物理作用力在進行，一種是擴散，又稱廓清，另一種是超過濾，又稱對流。透析方法目前有兩種：一是血液透析，一是腹膜透析，這兩種治療方法的手續截然不同，然而原理是一致的。

而在透析的進行當中，血液滲透壓的變化，會影響到電解質和毒素的擴散和過濾，而「鹽分」是血液滲透壓的主要構成成分，如果飲食當中攝取的鹽分過多，會造成血液透析的效能下降。具體的建議是，「完全不要吃醃製的食物，最好別喝湯」，如果能選擇的話，儘量「選用鹹表面，而不是鹹裡面的食物」。

什麼叫鹹表面?什麼又叫鹹裡面?

比如同樣吃肉，蒜泥白肉的「鹹味」是來自「表面」的沾醬，而東坡肉的「鹹味」則是來自「內部的鹽分」。人在吃肉的時候，舌頭「感受到的鹹味」，多半是來自表面的鹽分。於是在「舌頭產生相同鹹味」的情況下，吃東坡肉攝取的鹽分是遠大於蒜泥白肉的。

鹽分一多，血液的滲透壓會上升，滲透壓上升，就會把身體組織的水份「吸」到血管內，也就會使得「血管內的血液體積」增加，進一步增加心臟的負擔。簡單一句話「沒有控制好鹽分，會大幅降低血液透析的效能」

在個人的經驗裡面，「洗腎時有胸悶現象」的病友，大約三分之一的病友有有冠狀動脈血管阻塞，三分之一的人，有心臟衰竭、關節、膽管等問題。而另外有三分之一的病友，檢查過了心臟、膽管、關節後，卻找不出什麼異常。針對這些病人，除了藥物上做調整以外，我們會再次「檢視飲食的內容」，尤其是「鹽分」，其中，有很高比例的病人，在限制了鹽分的攝取之後，胸悶得到了明顯的改善。你也應該試試看。

最後提醒您，血液透析的前後，如有任何的不舒服，應直接請教所屬腎臟專科醫師，或是進一步請教心臟科醫師。不要輕忽了病癥。