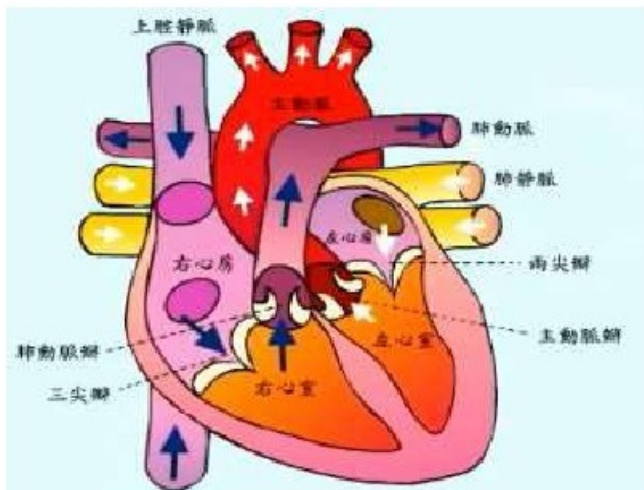


醫療新知

腎友的心臟衰竭

- 巡房時有時聽到腎友抱怨 “李醫師、我一洗腎血壓就低、好難過啊， “我洗腎時胸部不舒服， “我手腳水腫、都洗不出來” “我洗腎時心跳很難過”， “我洗完一直好累”，這些腎友可能已有不等程度的心臟功能病變、包括心臟衰竭。
- 心臟衰竭是指因各種原因使心臟肌肉受損或負荷過度，以致無法輸送足夠的血液供給身體需要而產生的症狀；一項回溯性研究報告，透析的病人經診斷出心衰竭，若不治療、未來存活平均僅 36 個月。遠低於沒有心衰竭的病人。



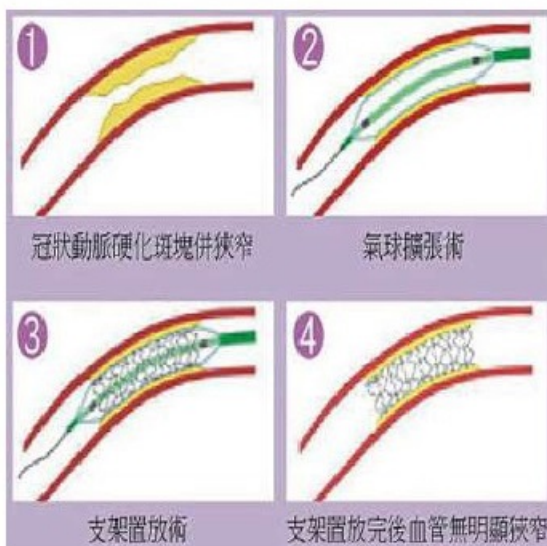
- 腎友的心臟衰竭臨床症狀與一般人的心衰竭相同，可能的臨床特徵包括：
 - 疲倦無力。易低血壓。易水腫。
 - 平躺感覺氣喘，坐起就能緩解。夜間睡覺時突然感覺呼吸困難。要注

意的是臨床表現有時是易腹部脹氣、消化不良、厭食、噁心。

➤ 若懷疑心臟衰竭就要安排下列檢查：

心電圖。胸部 X 光：可以顯示出心臟是否肥大、肺部是否積水、或是否有其他肺病。

胸前心臟超音波仍是診斷心臟功能變化的利器。經由超音波評估，可協助判斷心肌增厚或腔室變化等及心肌因缺血或高血壓造成收縮舒張功能異常。24 小時心電圖監視器。心臟血液循環掃描(放射性心室造影術或核子掃描)。心導管(Cardiac catheterization) 和冠狀動脈血管造影術(Coronary angiography)：這個重要檢查可知冠狀動脈的內部是否有任何阻塞。運動心電圖。甲狀腺功能試驗：甲狀腺功能過高或過低都可能是造成心臟衰竭的原因。



有心臟衰竭的腎友日常生活應注意：適度的休息。每日紀錄體重。大便時不可

太用力，以免突然昏倒，大便不順時，

應服用適當的軟便劑。保持規律的生活，維持愉快的心情。避免溫差太大，譬如洗三溫暖，或天冷時吃飽就出門。避免懷孕。應按時回診及服用藥物。施打感冒和肺炎疫苗三高、心臟病等疾病控制。禁抽煙。少油少鹹少甜。

➤ 飲食應注意的是限制鹽份最重要：輕度及中度之心臟衰竭時，攝取食鹽量每日應限制 6 公克以下。嚴重之心臟衰竭，鈉攝取量要限制更嚴格。限制液體(水分)之攝取：跟醫生討論每日可攝入液體量。

➤ 如何治療心衰竭：

找出造成心臟生衰竭的原因後，針對原因做處置。例如：規律洗腎減少尿毒性心肌病變。三高良好控制。心臟血管阻塞應該戒菸、降低膽固醇、規則服用藥物，若血管狹窄嚴重則考慮心導管檢查及冠狀動脈介入性治療或繞道手術；心臟瓣膜病變應考慮是否要接受瓣膜修補術或置換術…等。改善貧血與甲狀腺功能。心律不整的治療。配合服用藥物對心衰竭治療很重要，因為藥物可以維持心臟功能、減輕症狀，提升生活品質延長壽命！

資料來源：怡仁洗腎室 李凡醫師提供