

醫療新知

腎友血壓控制的目標值

➤ 對普羅大眾來說，血壓控制恰當與否，直接影響到心血管疾病(包括猝死、心肌梗塞、心臟瓣膜病變、心衰竭)及腦中風的發生率高低，甚至對整體死亡率都有直接的影響；對慢性腎病變、長期透析腎友來說，高血壓是一個經常面臨的問題，而長期透析的腎友心血管疾病發生率又比一般人來得高，心血管疾病也高居腎友死亡原因第一位，因此血壓控制恰當對於腎功能異常的病人可以說是非常重要。

➤ 血壓要控制在什麼範圍才叫做適當，一直都是腎友關注的焦點，而腎友血壓變化相對複雜，尤其是尿毒毒素對心血管



日期	血壓	日期	血壓
4/6	167/88	5/3	159/96
4/27	164/89	5/4	145/93
4/28	167/89	5/5	141/98
4/29	137/85	5/6	147/97
4/30	121/68	5/7	151/80
5/1	159/82	5/8	147/66
5/2	142/96	5/9	128/89

的影響、水分控制及透析治療對血壓的影響等因素；過去針對血壓控制目標的研究何其多，多數研究都將長期透析的腎友排除在外，所以要訂出適合腎友的血壓控制目標確實不易。

➤ 2017 年 10 月份腎臟科知名期刊(Kidney international)刊登了一篇關於腎友血壓控制目標的文獻回顧文章(review article)，文章中首先提到對腎友高

血壓的診斷、治療，**在家血壓記錄**優於透析過程血壓記錄，最大好處就是排除白袍症候群(假高血壓)、假正常/低血壓，診斷出真正的高血壓，同時可以真實反應血壓變化；第二點，透析前(或透析後)**稍高血壓**比正常或偏低血壓來得有益處，跨國的透析統計(the DOPPS)更發現透析前收縮壓介於130~160毫米汞柱的死亡率最低；第三點，使用降血壓藥物控制血壓是有益無害的。最後，針對腎友的血壓控制目標作出了建議，整理成表格供腎友參考。

居家	每天記錄兩次，早上服藥前及晚上用餐前 收縮壓目標：120~135 毫米汞柱 舒張壓目標：60~80 毫米汞柱
非透析日 (醫療院所量測)	收縮壓目標：小於 140 毫米汞柱 舒張壓目標：60~80 毫米汞柱
透析前	收縮壓目標：130~159 毫米汞柱 舒張壓目標：60~99 毫米汞柱
透析後	收縮壓目標：120~139 毫米汞柱 舒張壓目標：70~89 毫米汞柱
節錄自 Kidney International (2017) 92, 816 - 823	

- 總之，腎友適當的控制血壓比起一般族群更加重要，雖然有建議血壓目標值可供參考，但是影響血壓變化的因素多，所以要控制好血壓，還是應該要因人而異，依據個別情況調整透析處方、用藥；然而適度控制水分(鹽分)攝取、規則透析、規則用藥，搭配規律運動、適時監測居家血壓，才能將血壓控制適當、降低心血管疾病風險。



資料來源：安慎診所洗腎室

惠慎診所洗腎室林世杰醫師 提供