

## 醫療新知

### 水分過多(fluid overload)與發炎(inflammation)

- 繼上週腎友週報談過水分過多對死亡率的影響，這一週我們來看看水分與發炎之間的相關性。對透析腎友來說，水分過多與血壓高低、心臟病變、死亡率都有明顯影響，而發炎則是與腎友諸多合併症(包括營養不良、貧血、血管鈣化、心血管疾病等等)、甚至於死亡率都有相關；過去的小型研究發現，腎友體內水分異常會與發炎的情況互相影響，水分過多會導致發炎、發炎也會



引起水分過多，如果水分過多與發炎同時存在對腎友的影響又是如何呢？

圖片出處：[http://www.ptt01.cc/post\\_8948](http://www.ptt01.cc/post_8948)

- 跟各位分享一篇刊登在今年 5 月份國際期刊(Kidney international)的文章，這篇研究主要是探討腎友體內水分多寡對死亡率的影響以及水分過多同時合併發炎對腎友的影響，得到以下結論，首先，不管透析前或是透析後，只要水分過多，死亡風險就會增加，水分過多程度越嚴重，死亡風險增加越顯著；水分偏少的情況在透析前

後又有不同的影響，透析前水分偏少死亡風險一樣會增加，主要是因為透析前水分明顯不足容易引起透析過程中的種種不適，尤其是透析中低血壓，導致各個器官血流不足、造成不適症狀，但透析後水分偏少則是有好處的、能降低26%的死亡風險(HR: 0.74, 95% CI: 0.62 - 0.90)；再者，研究顯示水分過多的族群常合併有較高的發炎指數，作者認為水分過多可以視為發炎的危險因子之一；最後，發炎與水分過多對於死亡風險的影響是有加乘效果的，當兩者同時存在時，死亡風險會顯著增加，若是不改善、持續處在水分過多又發炎的狀態，死亡風險會上升得更加明顯。

- 由此可知，不管是水分的異常或是發炎的問題，對於死亡率都有不好的影響，兩者相較之下，水分異常的臨床表現通常是比較顯而易見的，而且只要藉由改變生活型態、調整飲食習慣就可以達到一定程度的改善；相對來說，發炎的部分是比較難自我察覺、也比較不易藉由一般檢驗就能發現異常，但腎友如果能把握洗得乾淨(規律透析、優質透析用水、適當人工腎臟)、營養充足、適當運動、減少感染發生(手部清潔、透析管路照護、傷口照護、疫苗施打)等原則，一樣可以降低身體發炎的機會，近而降低死亡風險、延長壽命。



圖片出處: [http://www.hksports.net/hkpe/sports\\_nutrition/sports\\_nutrition.htm](http://www.hksports.net/hkpe/sports_nutrition/sports_nutrition.htm)

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