



醫療新知

無法達標目標體重的影響

➤ 住院、出院後再住院，是長期透析腎友經常需要面對的困擾，反覆入出院，除了對腎友本身健康的影響外，對於家屬、照護系統、甚至醫療花費都有相當大的影響。住院的原因不外乎是心血管疾病、感染、透析管路的問題，過去統計也發現水份過多也是其中一個關鍵因素。水分控制恰當與否，與腎友的日常生活品質、血壓高低、心血管病變、甚至死亡率都息息相關，更會影響腎友的住院率、出院後的再住院率。

➤ 過去研究顯示，透析腎友經常無法達到設定的目標體重對於長期死亡率有相當高的風險，尤其是當洗後體重超



過目標體重 2 公斤以上，長期死亡風險更大。今年 8 月份國際期刊(Journal of the American Society of Nephrology, JASN)發表了一篇針對無法達到目標體重與反覆急診就診、住院、出院後短期內(30 天內)再住院的相關研究，

這份研究報告涵蓋超過 11 萬名腎友、追蹤兩年，得到以下結論：洗後體重超過目標體重 1 公斤以上的次數超過 30%，7 天、14 天、30 天內的急診再就診率、住院率都相對提高，短期的整體死亡率、心血管疾病死亡率也都明顯上升；同時也發現不易達到目標體重族群的特色，多是年紀較輕、體型較壯碩、心血管疾病風險大、兩次透析間體重增加過多、每次透析時間短以及透析次數不足(不規則透析)；另外也發現在出院後適當調整目標體重也有助於改善 30 天內再住院的情形；最終結論就是達到目標體重的次數多寡可以用來當作住院、再住院的風險

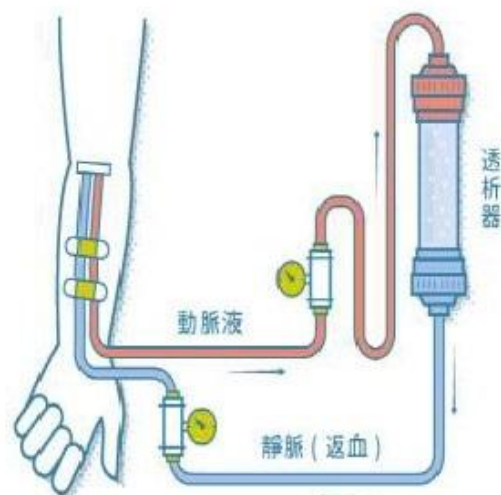
評估依據。

- 由以上研究可知，要改善腎友住院、再住院(不管短期、長期)的風險，水分控制是很重要的一個環節，也是腎友自身就可以完成的，只要能做到控制

兩次透析間的體重增加、

透析時間充足、規則透析(足量透析)，就能達到減少併發症、降低住院/再住院、降低死亡風險。

血液透析運作簡圖



圖片出處:

<https://www.stockfeel.com.tw/%E8%8A%1%80%E6%B6%B2%E9%80%8F%E6%9E%90%E8%80%97%E6%EF%BC%9A%E9%82%A6%E7%89%B9%EF%BC%884107%EF%BC%89/>

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