

水腫病人的評估

►一般說明

所謂**水腫**(Edema)是指細胞外之間質液增加的一種狀態，通常在察覺之前可能已累積了好幾公升。水腫的分佈可能是局部或全身性，全身性水腫的症狀有顏面浮腫（在眼眶四周最明顯），及全身皮膚受壓後壓痕久久不退。局部性水腫僅在身體的局部區域造成水腫。造成水腫的原因包括靜脈壓增加，低白蛋白血症，微血管性水腫（如女性自發性水腫，過敏反應和血管炎），淋巴性水腫和藥物引起。全身性水腫的病人，必須注意是否有服用任何藥物，是否有心臟、腎臟、肝臟或吸收不良的過去病史。靜脈功能不全造成的水腫，會在夜晚時得到緩解，淋巴水腫則不會，而自發性水腫常與月經週期有相關性。局部性水腫的病人，應把焦點放在水腫發作的時間，持續的時間，是否有外傷或手術等促發因子，有無疼痛感或觸痛感。下肢水腫會造成不同程度的壓迫感，脹滿感，疼痛和日常生活的限制，主要和疾病的嚴重度有關。輕微的用力呼吸困難(exertional dyspnea)及呼吸窘迫之情形，可發生於肺水腫的病人。由口食入之食物或藥物的吸收情形受到改變時，應考慮是否有腸道水腫的情形。鈉離子和水份的滯留可因腎臟水腫引起。因腹水造成的腹部膨脹，常見於低白蛋白血症的病人。體重早晚間的差異過大（大於1.8公斤），口渴，頭痛和全身腫脹感，常見於自發性水腫。

►居家處理

- 適當飲食: 限制鈉離子的攝取(一天1-2克的鹽分)，避免食用如洋芋片醃漬食物等含鹽過高的食品。另外，肝硬化所引起的水腫，避免肝毒性的物質和適當的飲食是最基本的治療。
- 抬高患肢，彈性長襪和彈性衣的使用: 可維持病人在較為消腫的狀態。
- 良好的衛生習慣: 可使受到感染的機會降低。
- 正確使用藥物: 水腫的治療並非一味地給予利尿劑消除水腫，而是必須找出造成水腫的病因，針對其病因加以處理，按照醫師的指示服用藥物。使用利尿劑的病人，每天體重變化以一天減輕0.45-0.9公斤為宜。

►何時找醫師

造成水腫的原因很多，必須找出造成水腫的病因，針對其病因加以處理。若有下列情況之一時，應立即與醫師聯絡或就醫:

- 任何新發生的水腫
- 水腫情況逐漸嚴重時
- 水腫合併呼吸困難及呼吸窘迫
- 水腫合併無尿或少尿



家庭醫學科

學經歷

中國醫藥大學中醫學系
中國醫藥大學環境醫學研究所碩士
中國醫藥大學附設醫院環境及職業醫學專科醫師
中國醫藥大學附設醫院家庭醫學專科醫師
中國醫藥大學附設醫院老人醫學專科醫師
中國醫藥大學附設醫院豐原分院家庭醫學科主治醫師
教育部部定講師

專長



林獻鋒 醫師

家庭醫學、預防醫學、職業醫學、老人醫學