

淺談水腫

腎臟內科 蔡昊灃主治醫師

李小姐為小學老師，最近幾個月來上課時老是覺得雙腳腫脹，而且這樣的情況不止出現一次，特別是在月經來之前，但醫院檢查結果一切正常，醫師建議先用一些物理治療的方式，上課時盡量避免久站及要穿彈性襪，回家後熱敷按摩將小腿抬高，之後這樣下肢水腫的情況便很少再出現。

王太太為上班族，生活忙碌緊張，某天在銀行的自動血壓計竟量到160/100mmHg的血壓，加上平常有腰酸背痛的情形，於是自行至藥房拿了些血壓藥及止痛藥服用，沒想到吃了幾天後就出現了下肢水腫的情況，醫師檢查肝腎功能正常，在給予血壓、止痛藥物調整，與飲食衛教避免太鹹的食物後，不久水腫即改善。

林阿嬤平時有糖尿病、高血壓但卻控制不良，最近幾個月來開始有下肢腫脹，用手一按還會出現凹陷且久久無法消去，並有出現排尿減少的情形，某日因躺不住喘不過氣來被送到急診，發現肺積水且已是腎衰竭末期必須立即洗腎否則有生命危險。

水腫是組織液聚積過多造成，依發生部位可分為局部性及全身性，就其致病機轉又可分為四大類：

1. 血管通透性增加：發炎、免疫反應引起，局部性如蜂窩性組織炎，全身性如過敏引起之血管性水腫(angioedema)。

2. 血管靜水壓增加：血管內血液充塞，局部性如靜脈栓塞，全身性如心衰竭、腎衰竭。
3. 血管膠體滲透壓降低：以低白蛋白血症引起之疾病為主，如肝硬化、腎病症候群或嚴重營養不良等。
4. 淋巴回流阻塞：局部性的疾病為主，如淋巴結清除術後或寄生蟲引起之象皮病。

除此之外，甲狀腺低下、女性懷孕或行經前、藥物諸如止痛藥(尤非類固醇抗發炎藥 Nonsteroid Anti-inflammatory Drugs；簡稱NSAIDs)、高血壓藥(如鈣離子阻斷劑、血管擴張劑)、降血糖藥物、類固醇、女性荷爾蒙等都有機會引起水腫。診斷上須詳細詢問過去病史、過敏史及用藥史，配合理學和實驗室血液、尿液、胸部X光及超音波等檢查，得到正確的診斷才可做出適當的處置對症下藥。

水腫之成因風情萬「腫」，如李小姐為正常生理週期引起，經過物理治療即得以紓解，又如王太太的水腫是因為新用的血壓藥及止痛藥引起，經過藥物及飲食調整短期間立即改善；而林阿嬤發現時已經是末期腎衰竭併心衰竭，須接受緊急洗腎方才保住性命。所以小小的水腫也可能累積為大大毛病，社會大眾千萬不可輕忽。