

低血鈉

■ 疾病簡介

鈉是人體內很重要電解質，可維持人體水分平衡，幫助神經肌肉運作。正常情況下，人體會自動調控水及鈉的平衡，使血漿鈉離子濃度維持在135-145 mmol/L範圍內，但若是體內「水太多、鈉太少」，使得鈉離子濃度低於正常範圍，即稱為低血鈉。

■ 常見症狀

- 輕度的低血鈉 (<135 mmol/L) 沒有明顯症狀
- 中度低血鈉 (<130 mmol/L) 則可能有倦怠、噁心、頭痛、嗜睡等症狀，但血漿鈉離子濃度若快速降至120 mmol/L以下，則可能發生中樞神經系統的損害，痙攣、休克、腦損傷甚至死亡。

■ 檢查

實驗室檢查：抽血、驗尿，檢查血鈉及血漿滲透濃度，並同時測定尿滲透濃度、尿鈉濃度。

■ 處置

- 需由診醫師診斷出低鈉血症之原因以決定對策與治療方法。
- 無症狀的低鈉血症並不需急於矯正血鈉濃度，應治療原有的疾病(或只口服補充鹽分即可)。

■ 急性照護

- 藉由限水及促進水分排除，以提昇血鈉。
- 補充鈉、鉀的不足。
- 治療潛在的疾病。

■ 居家保健

- 適時補充水份及鹽份：水份不足會影響人體的新陳代謝速度，減少腸胃消化功能，影響肌肉及神經之傳導，各種營養如維生素亦不能被人體均衡吸收。
- 水份攝取因人而異：每人每天需要的飲水量要與失水量達到平衡，隨活動量、環境和飲食變化而不同。
- 養成正確飲水習慣：勿於吃飯前後大量喝水及湯，因為過多的水都會稀釋胃酸，造成消化不良，特別是老人。

■ 緊急返院提醒

如痙攣、休克等緊急狀況請速返院就醫。

參考資料：

財團法人藥害救濟基金會（2013）·猛喝水促代謝?當心「水中毒」·取自
http://www.tdrf.org.tw/ch/05knows/kno_02_main.asp?bull_id=5238

- 諮詢電話：(02)2737-2181 分機 8822
- 制訂單位/日期：8B病房/109.07.27
- PFS-8100-429

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮