

乾體重

所謂乾體重，指的是病人透析前身上沒有蓄積水份，無四肢水腫及肺水腫，且透析前血壓正常、透析後血壓不會過低時的體重，即稱為乾體重。

乾體重會隨身體狀況改變而增加或減少。

如何正確測量體重？

踏上體重計之前，先確定體重計指示器是否歸零。

每次測量時身上的東西儘量一樣。(最好於透析日穿同樣的衣服)

鞋子等身上附加物品要脫下。

身體不可靠牆壁。

體重計指示數值要正確讀出，不易看清楚的人要戴眼鏡或託人代讀。

每次洗前、洗後需確實告知，以便有助於醫師對乾體重的評估。

透析病人的體重變化 | 衛教單張 - 中國醫藥大學附設醫院 第 2張圖片

體重增加的標準

一天增加重量不可超過 1 ~1.5 公斤。

每次透析間體重最好只增加乾體重的 **5%** (約 **2 ~ 3** 公斤)。因為每次透析若脫去過多的水分，長期下來會對心血管有不良的影響。

乾體重的調整

每次透析以不超過 **0.2** 公斤為原則。

每年檢查 **X** 光測量心臟胸廓比 (**CTR**)、每月的營養狀況 (血液白蛋白高低)、貧血狀況 (血液血紅素)、血壓高低及水腫狀況，可作為調整乾體重的客觀指標。