

心衰患者应控制饮水量？可能没必要

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/32540.html>

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

心衰患者应控制饮水量？可能没必要

。·除了限制组更容易感到口渴之外，两组之间在安全性事件等方面没有显著差异。

当心脏因为先天构造、疾病等因素无法正常泵血时，就会发生心力衰竭。由于血液回流淤积造成的体液渗透，心衰患者往往会出现体内积水的症状，如肺部积水。根据这个理由，很多医生会建议心衰患者限制饮水量。在相关报道中，有明显症状的心衰患者往往被建议喝水量不要超过1.5升，且不应一次大量饮水。然而近日一项研究通过随机对照的临床试验却发现，限制液体摄入并没有改善心衰患者的病情。无论是否限制，患者的健康状况、住院次数、死亡率或药物使用均无显著差异。

该研究于2025年3月30日发表在《自然·医学》（Nature Medicine）杂志上，作者是来自荷兰拉德堡德大学医学中心（Radboud University Medical Center）等机构的一支研究团队。

该研究的作者们指出，限制心衰患者饮水量的建议看似合理，但其益处从未得到科学证实。“这种观点认为，减少饮水有助于减少体内液体积聚。但仔细想想，这种说法并不是很符合逻辑。”研究作者之一、拉德堡德大学医学中心的心脏病专家罗兰·范·金纳德（Roland van Kimmenade）在一次采访中表示，“在心力衰竭中，积水并不会发生在那些可能引发严重问题的区域。”

为了验证这种干预措施是否真的有效，研究人员们在7家医院组织了随机对照临床试验，共纳入506名病因各不相同、病情稳定的心衰患者。在这些患者中，一半被建议每天液体摄入量不超过1.5升，另一半则可随意饮水。在三个月的时间里，研究人员对这些患者进行了跟踪评估，通过“堪萨斯心肌病总体评分问卷”（KCCQ-OSS）测量了他们的健康状况、生活质量等指标。

最终，没有饮水限制的患者比遵循限制的患者平均每天多喝300毫升的水。除了限制组更容易感到口渴之外，两组之间在安全性事件等方面没有显著差异。

“限制饮水是令人沮丧的。患者会感觉到口渴，还要不断监控自己的摄入量，这些都提醒他们‘自己是心衰患者’，从而带来压力，也会对社交产生影响。”罗兰·范·金纳德说，“我们的研究结果表明，对于心衰患者进行饮水限制是不必要的。这个结果可以立即写入相关治疗指南当中。”

参考文献：

<https://www.nature.com/articles/s41591-025-03628-4>

<https://medicalxpress.com/news/2025-04-people-heart-failure-safely-fluids.html>

作者：季敬杰 来源：澎湃新闻

更多 科学进展 请访问 <https://www.iikx.com/news/progress/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](https://www.iikx.com)转发