

เกลือและความดันโลหิตสูง

นางสาว รัชฎาภรณ์ ทศนาวิวัฒน์  
นางสาว ดวงกมล เลี้ยวกิตติกุล

โครงการพิเศษฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาเภสัชศาสตรบัณฑิต

คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. 2537

# **Salt and Hypertension**

**Miss Nuttagan Tassanawiwat**

**Miss Dounkamol Leaokittikul**

**A Special Project Submitted in Partial Fulfilment of  
the Requirement for the Degree of  
Bachelor of Pharmacy  
Faculty of Pharmacy , Mahidol University**

**1994**

## เกลือและความดันโลหิตสูง

ณัฐกานต์ ทัศนาวินันต์,ดวงกมล เสียวกิตติกุล,สุวรรณ ชีระวารพันธ์ \*

\*ภาควิชาสรีรวิทยา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

Key Word: Salt Hypertension Human

โครงการนี้เป็นการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับบทบาทของเกลือในโรคความดันโลหิตสูง จากการศึกษาทางระบาดวิทยาและทางคลินิกแสดงให้เห็นความสัมพันธ์ระหว่างปริมาณเกลือโซเดียมที่บริโภคกับความดันโลหิต การบริโภคเกลือปริมาณสูงมีผลเพิ่มความดันโลหิตทั้ง systolic และ diastolic ในคนปกติและผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ในขณะที่การบริโภคเกลือลดลงจะช่วยลดความดันโลหิตทั้งในคนปกติและผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงได้เช่นเดียวกัน

กลไกที่น่าจะเป็นไปได้ในการที่เกลือมีส่วนทำให้เกิดโรคความดันโลหิตสูง

เกี่ยวข้องกับไต,ระบบฮอร์โมน,สมอง,กล้ามเนื้อเรียบของหลอดเลือด พบว่าการบริโภคเกลือโซเดียมโดยเฉลี่ยวันละ 100 มิลลิโมล (ประมาณ 1 ช้อนชา) จะช่วยลดความดันโลหิตโดยเฉลี่ยอย่างน้อย 2-3 มิลลิเมตรปรอท นอกจากนี้ยังมีหลักฐานที่ชี้ให้เห็นว่าการใช้การจำกัดเกลือส่งเสริมการลดความดันโลหิตของการใช้ยารักษาโรคความดันโลหิตสูงได้ ดังนั้นการจำกัดเกลือจึงมีประโยชน์ในการลดอุบัติการณ์ของโรคความดันโลหิตสูง และใช้รวมในการรักษาโรคความดันโลหิตสูงได้

### **Salt and Hypertension**

Nuttagan Tassanawiwat, Doungkamol Leaokittikul, Suwan Thirawarapan

\*

\*Department of Physiology, Faculty of Pharmacy, Mahidol University

Epidemiological observations and clinical trials supported a relation between dietary sodium intake and blood pressure. Both systolic and diastolic blood pressure increased in normotensive as well as hypertensive subjects on high salt intake. Salt intake reduction lowered blood pressure in normotensive and especially hypertensive subjects. There are various proposed mechanisms that associated between salt and hypertension via kidney, hormonal system, brain and vascular smooth muscle. The data indicated that on average consume of daily sodium intake 100 mmol (about 1 teaspoonful salt) would lower the average blood pressure at least by 2-3 mmHg. There were evidences that restricted salt intake enhanced the blood pressure reduction with various antihypertensive drugs. Thus, salt reduction could have a benefit in reducing the incidence of hypertension and using as adjunctive treatment of hypertension.