

# 血友病

## 一、何謂血友病？

這是一種遺傳性凝血異常的病變，因為血液中某些特定蛋白質凝血因子（第 8、第 9 或第 11 因子）功能異常或數目不足，以致於在止血過程中無法形成堅固的血塊而流血不止，其中以第 8 凝血因子缺乏（稱甲型血友病）為最常見的病例，約佔 80%。

## 二、血友病的症狀

病患症狀之輕重，依據血液中第 8 凝血因子的活性來決定，此病通常在兒童時期就被診斷出來，特徵就是持續性的出血。症狀包括：

1. 凝血時間延長（正常約 9~12 分鐘），可能持續數小時或數天。  
例如：小小的刀傷、抓傷...等會持續性一直流血，除非有藥物控制，否則也可能造成致命的大出血。
2. 容易大量出血：常見於腸胃道或泌尿道，鼻子受傷或拔牙後也可能引起嚴重出血。
3. 外傷後的流血不止也可能形成血腫塊，或血腫塊壓迫到神經，就會產生疼痛或感覺缺失，甚至永久性的神經損害(麻痺)或肌肉萎縮現象。
4. 容易發生關節內出血，而導致關節變形甚至殘廢，最常發生的部位是膝關節，其次是踝關節。
5. 嚴重創傷出血及自發性出血，徵兆與症狀如下：
  - (1) 腦部出血：頭痛、頭暈、昏睡、噁心、嘔吐。
  - (2) 眼睛出血：疼痛、腫脹、視覺障礙。
  - (3) 口腔及呼吸道出血：呼吸困難、吞嚥困難。
  - (4) 消化道出血：吐血、便血或解黑色便。
  - (5) 泌尿道出血：血尿。

## 三、血友病患者應注意事項

1. 平時活動要小儘量避免撞擊或外傷。如發生出血時處理如下：
  - (1) 局部出血時，可局部壓迫受傷部位至止血，或採間歇性局部



冰敷 10-15 分鐘。

- (2) 鼻子出血時應壓迫鼻部，且不可將頭往上仰（應讓血往下流）。
- (3) 出血的傷口若有血附著時，不可將血剝除，應緊急送醫處理。
- (4) 若出血不止或出現自發性出血的徵兆，應緊急送醫理。
- (5) 發生關節積血時，需讓關節處休息並局部冰敷，必要時上石膏保護關節，但出血部位停止消腫後，就應恢復正常活動。

## 2. 養成良好的個人衛生習慣

- (1) 注意肛門會陰部清潔、避免便秘或灌腸。
- (2) 修剪指甲預防抓傷皮膚。
- (3) 避免挖鼻孔或用力擤鼻涕。
- (4) 養成自我觀察的習慣，隨時注意身上是否有出血斑、發紅疹的現象。
- (5) 避免穿太緊的衣物或鞋襪。

## 3. 注重口腔衛生及牙齦保健

- (1) 保持口腔清潔，應選用軟毛牙刷，且刷牙時不可太用力，避免造成出血。
- (2) 注意有無牙痛，有無牙齦或口腔粘膜出血現象，若需要治療，應由血液科及牙科醫師共同診治。

4. 儘量避免肌肉注射，若需要肌肉注射，應採用小號針頭，並在注射後按壓注射部位至止血。
5. 避免服用含阿斯匹靈或其他抗凝血成份的藥劑。
6. 避免不必要的手術。
7. 嚴禁劇烈及碰觸身體的運動，如球類、拳擊...等，應選擇適宜的運動，如游泳、體操...等。
8. 養成均衡的飲食習慣，攝取足夠的蛋白質食物，避免熱燙、粗糙及刺激性食物。
9. 讓親近的人知道自己是血友病的事實，例如老師、醫師、雇主等。並且要隨身攜帶血友病識別卡，註明姓名、血型、血友病型及平時就診醫院名稱。
10. 遵守醫療專業人員提供的治療照護指引，以減少進出醫院急診室的次數。

