

# 貧血

## 簡介

血液由血球與血漿兩部分組成，血球包括：紅血球、白血球與血小板。紅血球中之血色素（Hb）具有輸送氧氣之功能，血色素在肺部與氧氣結合後，經循環系統運輸到各個器官，可將氧氣釋放出來供應細胞新陳代謝之需要。血球容積佔血液容積之百分比稱為血球容積比，因為紅血球數量遠多於白血球與血小板，血球容積比取決於紅血球之容積。當紅血球、血色素或血球容積比減少到一定標準以下時就叫做貧血。貧血會影響氧氣之輸送，嚴重時會使身體內許多器官無法正常運作。一般成人以男性 Hb < 14 g/dL，女性 Hb < 12 g/dL 時，即認為有貧血的問題。

## 參考值

項目	男性	女性	單位
血色素	15.3 ± 3	13.3 ± 2	g /dL
紅血球	5.2 ± 1.0	4.6 ± 0.9	M / $\mu$ L
血球容積比	46 ± 7	40 ± 7	%

此三數值通常呈平行關係，偏低時代表貧血。在某些特殊狀況下，此三者可呈不同方向之變化，例如：某些輕微海洋型貧血者，因紅血球體積較小，即使紅血球數目增加，血色素卻反而輕微下降。

## 症狀

輕微貧血的人多數沒有自覺症狀，較嚴重的貧血可造成臉色蒼白、胸悶、心悸、活動時呼吸困難、食慾不振或疲累等症狀。

## 原因

### 1.紅血球生成不足

缺鐵性貧血、地中海貧血、鉛中毒、維他命 B 12 缺乏、骨髓病變、慢性腎衰竭、內分泌疾病、慢性疾病、藥物副作用等。

### 2.紅血球破壞或損失太快

出血、先天性溶血性貧血（鎌狀細胞性貧血、G6PD 酵素缺乏等）、後天性溶血性貧血（免疫疾病、微小血管病變、肝病、脾腫大、藥物副作用等）。

## 處置

許多原因可造成貧血，若有貧血請就醫進一步追查原因，並由醫師依原因之差異決定治療之方式。不同原因造成之貧血，治療方式也不相同。

## 預防保健

- 1.G6PD 缺乏者需避免接觸某些化學藥品，以免引起溶血，詳情請參考[基層醫療保健藥品手冊葡萄糖-六-磷酸鹽脫氫酵素缺乏症之用藥禁忌](#)。
- 2.月經量很多之女性，需至婦產科檢查是否有貧血及潛在之疾病。

### 相關衛教網址

1. 中華民國血液病學會 ( <http://www.hematology.org.tw/contents/4b-1.htm> )
2. 老醫之家－吳昭新醫師－血液病 ( <http://www.tmn.idv.tw/tmw-guide/blood.htm> )

★ 本文章內容僅供參考,如有任何問題,仍須請教專家或看醫生.