

面對自主神經異常反射的處理

自主神經異常反射常見於第六胸椎以上受傷的脊髓損傷病友，此係因交感神經系統對於內臟器官或是外來刺激過度反應而產生的症狀。發生的當下通常傷友會描述有嚴重或是劇烈的頭痛，可以觀察到明顯的皮膚血管擴張以致有臉部潮紅與冒汗的現象，測量生命徵象則會發現有血壓異常升高、心跳變慢的徵象，而無法抑制的高血壓則是自主神經反射異常最大的危險，可能造成意識喪失、腦出血甚至死亡。

自主神經發生反射異常時，需第一時間讓病人採坐姿，可以是搖高床頭或直接協助病人坐起，並且要讓雙腳垂放於床邊，讓血液儲留在下肢，且要儘快找到可能造成自主神經異常反射的原因，並移除刺激源，就能有效的讓血壓降下來。常見引發自主神經異常反射的原因，包括有皮膚受到外來的壓迫或刺激、尿液瀦留或是糞便嵌塞等問題，我們可以採取的措施包括：

一、檢查皮膚

不平整的床褥、衣服是第一時間最能夠確認的事情，有時候身體下方壓著一個不平整的床單縐褶或是壓在衣物摺疊一起的不平順平面，都有可能是導致自主神經異常傳導的刺激源。第一時間讓病人坐起時，整理好病人背後的衣物，確認皮膚有無壓迫到鼻胃管或是導尿管等管路，檢查床單上是否有遺留異物等。

二、確認沒有尿液瀦留的問題

當病人身上留有導尿管時，第一時間需檢查導尿管的引流是否順暢，若是懷疑導尿管引流出的尿液與平常的量有差異，則需考慮更換導尿管；若是病人平時能自行解尿，則需藉由膀胱超音波檢查，確認病人是否已經將尿液解乾淨，甚至需要時再進行單次導尿，以確保沒有尿液瀦留的問題。

三、有無糞便嵌塞的問題

確認病人每日皆能有按時間確實的排便，且排出的是品質與

性狀良好的糞便型態，不是顆粒狀的硬便或有糞便嵌塞的情形；若對於排便方面有疑慮，必要時須進行肛門指診，確認並排除因為糞便嵌塞而導致的自主神經反射異常。

另外，排除了上述常見的原因後，仍然無法有效的讓血壓回到平常的狀態，則需藉由進一步的檢查，來找出可能影響病人出現自主神經異常反射的原因，有些感染、發炎的問題、指甲內嵌或是懷孕的婦女，也是有可能發生此現象。

若是一般的處理都沒能有效地解決異常反射的問題，則可以選擇使用短效的降血壓藥物，小心的治療高血壓情形，以免在自主神經反射異常被處理後，卻因為服用了降血壓藥物而導致血壓過低。因此，建議脊髓損傷的傷友可以隨身攜帶緊急連絡卡，當緊急狀況發生時，可以讓協助的人知道傷友可能出現自主神經反射異常的問題，以免誤用降血壓藥物。第一次出現自主神經反射異常的傷友，建議一定要回到門診持續追蹤檢查，認識此症狀並保持良好的生活照顧，是有效避免發生的不二法門。

延伸閱讀

1. 手麻是周邊神經病變或是頸椎神經病變？
2. 我有「自律神經失調」嗎？談找不到原因的身體症狀

護理部護理長 林瑛釗

NTUHF