

自主神經異常反射

(Autonomic Dysreflexia)

自主神經異常反射(AD)是一種脊髓損傷后可能發生的血壓危險上升。 它會影響脊髓損傷高於 T6 水平以上的患者。 AD 發生時，你在沒有任何知覺的區域內感到疼痛或不適。 最常見的 AD 原因是腸道或膀胱滿了。 當你有 AD 時，你同時還會有其它體徵和症狀。 如果你有這些症狀，你需要立即解決問題。 AD 是一種**醫療緊急情況**。 如果不及時治療，會導致中風、心臟病發作、癲癇和死亡。

症狀

AD 是血壓突然上升 20-40 毫米汞柱，並伴隨著其它症狀。 由於你無法感覺血壓的上升，你需要知道 AD 的跡象和症狀。 如果你有這些症狀中的任何一種，請馬上檢查你的血壓。 AD 症狀的發生很突然。 如果你無法檢查你的血壓，請立即去看醫生。

自主神經異常反射的症狀	
血壓上升 20-40 毫米汞柱	
劇烈頭痛	鼻塞
面部出汗或潮紅	視力模糊
起雞皮疙瘩	眼前有斑點
增加肌肉痙攣	噁心
口腔有金屬味	呼吸困難
感覺焦慮	心律過緩

治療: 坐起有助於降低你的血壓。發現並消除造成 AD 的原因。檢查你的膀胱、腸道和皮膚。如果你的血壓居高不下，請馬上就醫。

如需更多信息，請聯絡你的醫生或護士。

醫療

©2015 大學健康網絡 - 多倫多康復中心，版權所有。 免責聲明：資料僅供學習使用。如有具體醫療或治療問題，請諮詢合格的健康專業人士。如因本出版物內的錯誤或遺漏而造成任何損失或損害，大學健康網絡不對任何一方承擔責任。

www.SpinalCordEssentials.ca
SCE2-Ge2-2015-11-17

自主神經異常反射

(Autonomic Dysreflexia)

了解你的平常血壓

要知道你的血壓是否升高，你需要知道你平常的血壓。脊髓損傷后，血壓往往較低。

許多損傷水平在 T6 以上的患者的收縮壓在 90 到 110(最大值)。某些人可能更低。這些人的血壓如果高於 130 就可能是 AD 的跡象。

教你的家人、朋友和護理人員如何幫你度過 AD 事件。

如果你有症狀怎麼辦

AD 是一種嚴重狀況，必須馬上治療。一旦起因得到處理，你的血壓就應該降下來。症狀也應消失。如果你的血壓仍居高不下，請去最近的急診部門就醫。

第一步：檢查你的血壓

如果你躺著，先坐起來，放下雙腿。這會有助於降低你的血壓。檢測你的血壓，看看是否高(上升 20-40 毫米汞柱)。如果高，那就是緊急情況。每 5 分鐘量一下血壓，看它是否下降。在家裏備一個血壓計。這在大多數藥房都可以買到。

第二步：檢查並清空你的膀胱

膀胱滿了會引起 AD。AD 的一種治療就是清空膀胱。為降低你的風險，要定期排空你的膀胱。如果你使用間歇性導尿，用麻木凝膠會有幫助。其它與膀胱有關，會導致 AD 的事件包括：

- 尿液引流管(弗利導尿管或避孕套導管)堵塞或扭結。
- 避孕套導管設置得過緊。
- 尿道感染或膀胱/腎結石。
- 膀胱檢查(尿流動力學檢查、膀胱鏡檢查)。麻木凝膠會有幫助。

第三步。檢查並清空你的腸道

腸道滿了會引起 AD。通過直腸觸摸，檢查腸道糞便。如果你的腸道內有糞便，使用你的常規方法輕輕排出。你的腸道排便方案有可能會誘發 AD。在這種情況下，你可以在進行

如需更多信息，請聯絡你的醫生或護士。

醫療

©2015 大學健康網絡 - 多倫多康復中心，版權所有。免責聲明：資料僅供學習使用。如有具體醫療或治療問題，請諮詢合格的健康專業人士。如因本出版物內的錯誤或遺漏而造成任何損失或損害，大學健康網絡不對任何一方承擔責任。

www.SpinalCordEssentials.ca
SCE2-Ge2-2015-11-17



自主神經異常反射

(Autonomic Dysreflexia)

腸道排便時使用麻木凝膠。保持定時排便的習慣能降低你的風險。其它與腸道有關，會導致 AD 的事件包括：

- 痔瘡
- 肛裂

第四步。檢查你的皮膚

皮膚發炎和壓點也會引起 AD。這可能是由於衣服太緊、鞋子太緊或坐的地方太硬。極熱極冷或對皮膚的壓力會導致 AD。確保不要有東西壓迫你的皮膚。其它與皮膚有關，會導致 AD 的事件包括：

- 嵌甲
- 腳趾在鞋內彎曲
- 曬傷
- 衣服太緊或衣服打褶
- 割傷或灼傷
- 昆蟲叮咬
- 外傷(例如骨折)
- 水皰
- 壓住陰囊
- 褥瘡

AD 影響損傷水平 T6 以上的患者。大多數人在受傷后 6 個月內會有 AD。幾乎所有患者都會在第一年經歷一次。

其它 AD 的起因

性行為可以導致 AD，原因可以包括性交、振盪器、擠壓生殖器、性高潮和射精。其它原因可能來自于痛經和分娩。

醫療狀況也可能造成 AD，這些包括胃潰瘍、心臟病發作、哮喘、肺部感染和你腿部的血栓。如果你不能發現 AD 的病源，請立即就醫。

如果你的血壓居高不下，請立刻就醫

如果你的血壓不回復正常，請立即去最近的急診部門。不要開車。通知醫院工作人員你有 AD 並且情況嚴重。急診室人員不一定了解脊髓損傷患者的特殊需求。帶上 AD 卡會有幫助。

如需更多信息，請聯絡你的醫生或護士。

醫療

©2015 大學健康網絡 - 多倫多康復中心，版權所有。免責聲明：資料僅供學習使用。如有具體醫療或治療問題，請諮詢合格的健康專業人士。如因本出版物內的錯誤或遺漏而造成任何損失或損害，大學健康網絡不對任何一方承擔責任。

www.SpinalCordEssentials.ca
SCE2-Ge2-2015-11-17



自主神經異常反射

(Autonomic Dysreflexia)

攜帶 AD 卡

隨身攜帶一張錢包大小的卡片，這在緊急情況下會有幫助。卡片上解釋警示標誌，說明該如何處理。AD 卡上應寫上你的正常血壓。將你的 AD 卡交給醫務人員，請他們立即測量你的血壓。你可能需要藥物來降低血壓。

搜索一下互聯網，看有沒有可列印的錢包尺寸 AD 卡。這些網站都有：

- Paralyzed Veterans of America（美國退伍軍人協會）
- Christopher and Dana Reeve Foundation（Christopher 和 Dana Reeve 基金會）

事實：AD 是一種醫療緊急情況，必須立即治療。如果不治療，AD 會導致心臟病發作、中風、癱瘓和死亡。

如何防止 AD

避免這些誘因是防止 AD 的關鍵。

- 穿寬鬆的衣服。
- 遵循日常排尿日程。
- 遵循日常排便日程。
- 確保管道通暢（弗利導尿管或避孕套導管）。
- 定期檢查你的皮膚。
- 保持衣服和床單平整。
- 定期作足部護理，防止嵌甲。
- 及早治療炎症（例如膀胱感染）。

如需更多信息，請聯絡你的醫生或護士。

醫療

©2015 大學健康網絡 - 多倫多康復中心，版權所有。免責聲明：資料僅供學習使用。如有具體醫療或治療問題，請諮詢合格的健康專業人士。如因本出版物內的錯誤或遺漏而造成任何損失或損害，大學健康網絡不對任何一方承擔責任。

www.SpinalCordEssentials.ca

SCE2-Ge2-2015-11-17