

不得不注意的 隱形殺手

主動脈剝離

撰文◎十一樓病房護理長 劉玉涵



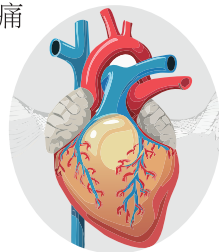
「主動脈剝離」這個似乎聽說過的醫學名詞，實際上真的是潛伏在我們身邊的隱形殺手，會無聲息地撕裂人體的主動脈，一旦發作，往往來勢洶洶，令人措手不及。

阿平（化名）是個五十五歲的老菸槍，菸齡超過四十年，前一陣子氣溫驟降，某天他抽完一根菸後，突然一陣劇烈胸痛後倒地，送往醫院急救，家人都以為是心肌梗塞，經由醫師解釋後才知道是主動脈剝離，透過醫療處置後才漸漸恢復健康。

主動脈剝離雖然凶險異常，但並非毫無防備的機會。透過清楚瞭解主動脈剝離的前兆與症狀，積極預防，學會自我檢測，及早診斷發現並治療，能夠大大提升存活的機率。

為什麼稱為隱形殺手？

- 無聲進展：主動脈瘤（剝離的前兆）通常無症狀，容易在健康檢查時意外發現。
- 發病急驟：一旦發病，症狀常是突如其來、像是「刀割」般的劇烈胸痛延伸至背部，可能導致瞬間休克。
- 高死亡率：若未及時治療，發病後死亡率極高，每小時增加1%的死亡率。



主要風險因子

- 高血壓：最主要的元兇，會使血管壁承受巨大壓力。
- 高血脂、高血糖：容易導致心臟動脈硬化，血管脆弱。
- 不良習慣：抽菸、酗酒都會損害血管。
- 其他：生活壓力、創傷、先天性疾病（如馬凡氏症）。

警訊症狀

- 劇烈胸背／背痛：刀割感、撕裂性，延展至脖子或下背。
- 其他：頭暈、嘔吐、下肢無力、冒冷汗。

緊急處理

- 分秒必爭：若有疑似症狀，立即就醫，通常需要緊急手術。
- 診斷工具：電腦斷層(CT)為黃金診斷標準。

預防主動脈剝離的日常保健

嚴格控管「三高」，尤其是血壓

穩定控制血壓是首要任務，因為高血壓是導致主動脈剝離的重要風險因素之一，所以要保持血壓在正常範圍內（維持收縮壓低於120mmHg、舒張壓低於



80mmHg），且平時也應注意飲食控制、適量運動、遠離壓力等，有助於降低血壓。

良好飲食習慣

採低油、低鹽、低糖、高纖維飲食。應避免吃進過高的飽和脂肪和膽固醇含量，盡量選擇健康食物，例如：多攝取蔬果、全穀類、健康脂肪等。並要適量攝取鈉，減少高鈉食品的攝取，有助於降低血壓和預防心血管疾病。另外，不抽菸、飲酒不過量也很重要。

規律運動

中低強度運動（如快走、慢跑、騎單車等）有助於維持血管彈性。

適當控制體重

維持健康體重，有助於降低心血管疾病的風險。無論是



過重或肥胖，都會增加患主動脈剝離的風險，故要特別注意飲食控制與適量運動。根據衛福部建議：BMI值控制在18.5~24之間，同時也要留意腰圍指標（男性小於90公分，女性小於80公分）。

定期接受健康檢查

許多高風險因子，如：高血壓、高血脂、主動脈瘤等，在早期可能無明顯症狀，唯有透過定期檢查，才有助於預防主動脈剝離等心血管疾病，或是及早掌握與治療。建議大家（尤其是四十歲以上者）每年（或至少每三年）進行一次完整的健康檢查，若有遺傳病史的話，更應提高檢查頻率與警覺性。

貼心提醒

急性主動脈剝離也常發生於身體硬朗的人，防範上切記不輕忽血壓的控制，多重視自己健康，身體如有胸痛、呼吸困難應趕快就醫，可以大幅降低風險，為自己與家人多一層保障。別讓健康成為意外中的遺憾，讓我們一起用心聆聽身體的聲音、定期檢查並用心照顧每條血管，就是給未來的自己最好的投資。🍀

主動脈剝離的兩大類型

類型	A型主動脈剝離	B型主動脈剝離
發生位置	升主動脈或主動脈弓部 (靠近心臟的部位)	胸腔的降主動脈 (遠離心臟的部位)
危險性	死亡率非常高，可能導致心臟驟停、心包填塞、急性心肌梗塞等致命併發症。	危險性相對較低，但仍可能引發重要器官缺血（如腎臟、腸道、下肢）或脊髓神經麻痺等併發症。
治療方式	必須進行緊急外科手術，修補或更換受損的主動脈，以避免病情進一步惡化。	<ul style="list-style-type: none"> 保守治療：對於無明顯併發症的患者，可透過藥物控制血壓，並密切觀察。 手術介入：若出現併發症（如分支血管阻塞、器官壞死等），可能需要介入治療（包括：支架植入或是主動脈內膜撕裂修補等方式）或手術。