



抽血. 停. 看. 聽

新陳代謝科醫檢師
王玫君

「伯伯！吃飯了嗎？」「我沒吃飯！我吃麵！」，常常遇到病人不是很理解抽血時之注意事項，不是會錯意，就是誤以為醫事人員刁難，而與醫事人員討價還價，少一些靜坐時間或少爬一些樓梯。

抽血檢查是非常重要的，血液中的各種指標也是判斷身體健康的重要參考依據。而您到醫院作血液化驗檢查時，如果不注意抽血的注意事項及時間，就會影響看病治療的效果，也會耽誤時間。針對不同的檢驗項目，而有不同的注意事項！就由我仔細介紹抽血注意事項。

「空腹禁食」後方可抽血之檢驗項目，一般生化分析病人應空腹 8小時後抽血，脂質分析如膽固醇、三酸甘油脂、脂蛋白電泳等檢驗項目最好空腹12小時後抽血，以免受乳糜顆粒干擾。建議最好在早晨空腹抽血，胃腸的消化與吸收活動已基本完畢，因而血液中的各種生化成分比較恒定。此時測得的各種數值可以比較真實地反映出機體的生化變化，進而有助於疾病的診斷。

應「靜坐30分鐘」後方可抽血之檢驗項目，其主要為精神因素，緊張、情

緒激動可影響神經 - 內分泌功能，致使所要檢測之項目如荷爾蒙的結果有差異。且抽血時放鬆心情，可避免因恐懼而造成的血管收縮，不會引起抽血困難。

醫師囑附有特別規定時間，其主要為生理波動因素，荷爾蒙如可體松 (cortisol) 在身體呈現晝夜節律變化。

強烈的肌肉運動明顯影響體內代謝，所以，一般主張在清晨抽血。但有些檢驗項目會要求運動後抽血，如生長激素。因此檢驗項目繁多，其注意事項不盡相同，應注意且照規定遵守。

抽血後在正確位置 - 針孔部位按壓三分鐘，以壓迫止血。不要按揉針孔部位，以免造成皮下血腫。每個人的凝血情況各不相同，因此不要看到皮膚表層未出血，就停止壓迫，可能會因為完全止血而使血液滲至皮膚下面造成青瘀。如果不慎有青瘀，會有輕微觸痛，不必驚慌，於24小時前可先冰敷，過24小時後再做熱敷，以促進淤血吸收。淤血多在3到5天就會逐漸吸收變淺。

抽血當天，不要穿袖口過小過緊的衣服，避免抽血時，衣袖捲不上來或抽血後，衣袖過緊，引起手臂血管血腫。

