



急性 白血病



臺大醫院竹東分院
醫療部血液腫瘤科李泳姿醫師

李先生，55 歲，過去無重大疾患，已退休。過去一週來有食慾不振、頭暈、發燒、運動後呼吸困難及身上有不明出血點之情形，遂至門診求助。經醫師理學檢查發現李先生的結膜蒼白，觸診肝臟、脾臟皆有腫大情形，且四肢出現多處瘀青及出血點，經抽血發現有嚴重貧血，血色素只有 6.8 g/dl (正常男性為 13 g/dl 以上)，血小板數下降至 2 萬 / μ L (正常為 10 萬 / μ L 以上)，且白血球數增加至四萬 / μ L，另

外發現白血球分類異常，出現了 80% 的芽細胞，經骨髓檢查確定李先生罹患了急性骨髓性白血病，須接受化學治療處置。

「急性白血病」可分為骨髓性及淋巴性，成人多為前者，而小孩多屬後者。急性白血病為骨髓內的造血幹細胞過度增殖及分化不良造成，臨床表現多見白血球增高合併芽細胞出現於周邊血液，由於芽細胞增生會影響骨髓內其他造血功能，致使出現貧血

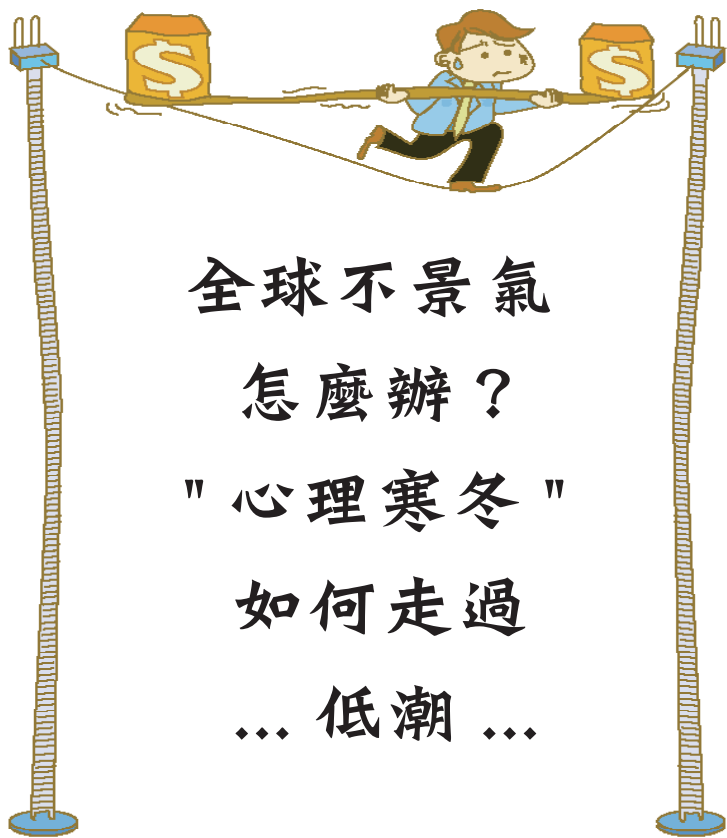
及相關症狀如暈眩、運動後呼吸困難等，另外血小板製造也會受阻導致數目下降，會造成出血等症狀。

「急性白血病」的真正成因尚未明確，過往對於「急性骨髓性白血病」的分類依靠形態學分為八種類別，隨著分子診斷技術的進步，現在可根據染色體變化及特定基因突變把「急性骨髓性白血病」的預後作分類，分為良好預後、中等預後及不良預後三類。

預後良好的病患接受標準治療長期存活率可達六成，而預後不良的長期存活率則只有兩成以下。

治療方面，目前對於「急性骨髓性白血病」的治療仍以傳統化學治療為主，標靶治療的角色仍有待確立。由於「急性骨髓性白血病」的特徵為以急性的症狀出現，故民眾若有身上出現不明出血點或有貧血相關症狀如倦怠、臉色蒼白或運動後呼吸困難等應儘速至相關醫療院所求診。

焦慮症



全球不景氣
怎麼辦？
"心理寒冬"
如何走過
... 低潮 ...

- 臺北市立聯合醫院松德院區身心科主任 陳冠宇 -

由社團法人廖永祥醫師之友會主辦之醫療講座，11 月 4 日星期日下午一點於雙連大廈舉行，臺北市立聯合醫院松德院區身心科主任陳冠宇表示，2012 年政經體制的不安定感，瀰漫不景氣的氣息，社會集體焦慮不安，均會影響到個人的生活面，多人面臨生存的受威脅，失業、投資失利、財務損失等，這重大突發性的生活事件，也會惡化個人原本就有的生活情境壓力，如此而有身心不適求醫的患者也增多。一名六十歲的男子因經濟不景氣遭裁員，擔負家庭經濟重責卻找不到新工作之際，出現全身無力，食慾差，失眠，提不起勁的身體症狀，如此身體不適似乎更驗證他無法工作，經治療兩個月後改善。

臺北市立聯合醫院松德院區身心科主任陳冠宇指出，全球經濟不景氣，無薪假人數大幅增加，民眾的生活壓力指數上升，連帶著心理的健康也受威脅。若能早期發現初期的症狀，如憂鬱、焦慮、相關身體症狀和失眠等，調整自己的生活態度與方式，就能避免相關精神官能症的產生。

陳冠宇醫師表示，焦慮是種極普遍的情緒感受，較常見的是廣泛性焦慮症，如自主神經失調，為一種模糊不定的

不安、煩躁、擔心的感覺。若產生呼吸困難、心悸、失眠、出汗忽冷忽熱、暈眩、頭暈或不穩的感覺、感覺異常顫慄或發抖、胸痛或其他窘迫性感覺、噁心或腹部不適等，則需請身心科或精神科醫師診治。

陳冠宇醫師強調，不同類型的焦慮症有不同的治療重點，常見的治療方式如『認知治療』，目的在探討患者過度擔心的想法是否合理，並找出適當的替代性想法。或是『放鬆訓練』，目的是藉由一整套的鬆弛練習，患者學習調整自己的呼吸，放鬆自己的肌肉，以便能緩和並控制生理焦慮的反應；藥物治療：如抗焦慮劑或抗憂鬱劑，協助患者焦慮症狀的緩解。

若是心理上的不安、焦慮及隨著心理焦慮而衍生出身體症狀。陳冠宇醫師指出，面對焦慮症最好的預防方式是讓自己有充足的睡眠、適當且持續的運動，例如散步、慢跑或游泳等、經常深呼吸練習放鬆、良好的自我壓力管理、足夠的人際支持與情緒宣洩管道等等，若是症狀持續無法改善時，可以尋求精神專科醫師或心理師的協助，必要時醫師會開抗焦慮藥物來緩解身心症狀。