



認識抗磷脂抗體症候群

一、什麼是抗磷脂抗體症候群

抗磷脂抗體症候群是一種自體免疫疾病，是由抗磷脂抗體引起的一群臨床症候的總稱；磷脂質是構成細胞膜的主成份，因白血球不明原因的大量製造抗體攻擊自己的磷脂質，造成器官組織破壞及功能喪失。實際發生率目前仍不清楚，但在具有自體免疫疾病的病人(尤其是全身性紅斑狼瘡)，出現抗磷脂抗體症候群的機會高達 30~40%，女生的發生率高於男生。可分為原發性及繼發性抗磷脂症候群。

全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經免疫風濕科醫師檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

二、抗磷脂抗體症候群的症狀

- (一)內臟器官的血栓：是最具代表性的症狀之一，若為動脈系統的血栓，會造成內臟器官的栓塞產生，如：心肌血管梗塞、腦中風、偏頭痛、認知功能異常、癲癇發作、肺動脈高壓、腎衰竭、腸胃道缺血性出血或是眼睛失明等症狀。若深層靜脈血栓最常見症狀則是造成不對稱的下肢腫脹。
- (二)反覆性流產：血栓也是造成反覆性流產最重要的致病機轉之一，若在懷孕 10 週後一次以上，或是 10 週前三次以上不明原因的流產，需懷疑此症候群。
- (三)血液學異常：主要是血小板低下，當血小板數量低於 4 萬較容易有出血情形。
- (四)皮膚症狀：皮膚呈現網狀青斑。若四肢末梢血管因血栓產生時，可能會引起皮膚潰瘍或肢體缺血性壞死。

三、如何治療抗磷脂抗體症候群

抗磷脂抗體症候群是一種慢性的疾病，罹患此疾病之病人須長期配合醫師的處方與治療計畫，才能有

效的控制此疾病。

(一)抗血栓藥物:包括抗血小板抑制劑 (Aspirin)與抗血液凝固劑 (Heparin 、 Enoxaparin 、 Warfarin)，以 Aspirin 為主，Heparin 為輔助的治療。

(二)免疫調節劑:最常使用的是 Plaquenil，可藉由調整免疫內部的活性，減少免疫易受驅動而活化的狀態。

(三)腎上腺皮質醇:用於急性血管栓塞時的輔助治療，減少血管急性期的免疫發炎反應。

(四)免疫抑制劑與其他輔助性治療:包括移護寧 (Azathioprine)、癌德星 (Cyclophosphamide)、環抱靈 (Cyclosporine)、免疫球蛋白 (Intravenous Immunoglobulin)、抗 CD20 單株抗體 (莫須瘤； Rituximab)，或是血漿置換術等方式，適用於復發性或急性重要器官侵犯時使用。

四、抗磷脂抗體症候群患者應如何自我照顧

(一)預防動脈硬化及高血壓，例如：戒菸、控制血脂、減肥、少鹽、適當運動、調整生活步調等。

(二)按時服藥及定期門診追蹤。

(三)觀察有無抗磷脂抗體症候群症狀發生，如：腸胃道出血、習慣性流產、偏頭痛、認知功能異常、不對稱下肢腫脹、腿部潰瘍、網狀青斑、血小板減少等，應提早就醫。

(四)服用抗血液凝固劑的注意事項：

1. 若同時併用阿斯匹靈或 Amoxicillin、Cefazolin、Ciprofloxacin 等抗生素；Acetaminophen、Celecoxib、Meloxicam、Naproxen 等非類固醇消炎止痛藥；及其他如 Acarbose、Allopurinol、Cyclosporine、Ranitidine 等，需告知本科醫師，以免因不當服用藥物而影響凝血時間。
2. 牙齦異常出血、鼻出血、血尿、黑便、血便、月經過多、皮膚出現瘀青，應立即停藥，並返院抽血檢驗凝血功能，醫師會視檢驗報告調整藥量，勿長期停藥。
3. 如需接受任何侵入性治療，如：拔牙、齒科治療或手術時，必須告知診治的醫師，目前正服

用抗凝血藥，以避免發生異常的出血情形。

4. 避免外傷及容易出血的活動，例如：撞傷、用力按摩、切菜時太快太急；選擇軟毛牙刷，使用電動刮鬍刀刮除毛髮，勿用剃刀，如有不慎造成出血情形，請局部加壓 10—15 分鐘止血。
5. 避免過量攝取以下含維他命 K 食物（勿超過 2 碗或熟重 500 公克），以免降低抗凝劑的藥效，如：菠菜、高麗菜芽、青色花椰菜、高麗菜、蘆筍、涼拌生菜絲，茶葉（烏龍茶、綠茶）、青蔥、蘿蔔、酪梨、洋蔥、動物肝臟。
6. 以下中藥會延長出血時間不宜服用：龍牙草、銀杏、人蔘、黨蔘、甘菊、當歸。
7. 大蒜及薑會延長出血時間不宜攝取過量。
8. 避免自行補充營養劑及維他命，以免因內含維他命 K 而降低抗凝劑的藥效。

（五）當決定懷孕，需與主治醫師討論，請勿自行停藥。

1. 依醫師指示服用低劑量阿斯匹靈或同時每日使

用低分子肝素皮下注射，預防流產。

2. 口服抗凝血劑會使胎兒畸形，不應使用。
3. 懷孕過程須注意胎動情形及有無水腫、高血壓等子癩前症症狀。