

2023 年 06 月 20 日

「這東西」吃太多老翁罹橫紋肌溶解症 小心洗腎風險！

患有睡眠障礙的 85 歲張先生，因為晚上睡不著長期依賴服用大量安眠藥，某日凌晨外出運動時，突然感到全身癱軟無力、意識模糊最後甚至昏倒在地，被發現時體溫已高達 40 度，就醫檢驗後肌肉酵素(CPK)指數飆升，確診橫紋肌溶解症併發急性腎衰竭，所幸送醫即時，透過住院靜脈輸液治療及休養，病情逐漸好轉。

萬芳醫院腎臟內科醫師鄭仲益說明，橫肌溶解症是指肌肉急速過度損傷，破壞肌肉細胞導致壞死，讓肌肉中的蛋白質或細胞內的電解質大量滲透到血液內，產生電解質不平衡，引起血栓症、高血鉀症、急性腎臟衰竭等併發症，嚴重時甚至會導致死亡。

引發橫紋肌溶解症常見因素如激烈、過量的運動、熱中暑、水分攝取不足、外力壓撞傷、藥物與肌肉毒素等都是可能發病的原因。而橫紋肌溶解症的病人，除了典型的肌肉疼痛或精神倦怠等症狀，尿液顏色也是判斷的要點，由於肌紅蛋白會隨著小解排出，此時尿液可能會呈茶褐色或類似可樂的顏色且排放量少。



尿液呈深棕色是橫紋肌溶解症常見症狀，俗稱可樂尿。

因此當民眾出現上述情形建議及早就醫，輕症者多補充水分、打點滴休養幾天便能好轉，嚴重者需血液透析維持腎功能，若延遲治療恐會形成慢性腎臟病，屆時則要長期洗腎。

暑假將至，在酷熱的氣溫從事戶外活動時，應避免長時間待在高溫環境，適當補充水份、養成運動前後暖身、伸展筋骨的習慣、運動時切記要量力而為，循序漸進的加上運動量及強度才不會傷身。而本身若有先天性基因疾病、肌肉疾病、服用癲癇藥物、降膽固醇藥物、精神科用藥等病人更需特別留意。