

五分之一老人貧血 不能只補充鐵劑



2020-05-26 15:19:25

好醫師新聞網記者張本篤／嘉義報導



圖：嘉義基督教醫院血液腫瘤科李育庭醫師

台灣65歲以上的民眾貧血的比率大約10%；85歲以上的老人家的比率大約20%。病患往往直覺地認為貧血吃鐵劑就好，這樣的觀念不但錯誤也容易引發後遺症。因為老人貧血原因多樣化，必須就醫檢查對症下藥。

80歲黃老先生，最近出現身體容易疲累，食慾變差，體重減輕等症狀。除此之外，皮膚常常出現瘀青或紫斑。於診所發現血球異常轉至嘉義基督教醫院血液腫瘤科就診。診斷後確診為骨髓化生不良症，經過後續追蹤並持續治療後，黃老先生的症狀大為改善，也恢復正常作息。

嘉義基督教醫院血液腫瘤科李育庭醫師指出，台灣65歲以上的民眾貧血的比率大約10%；85歲以上的老人家的比率大約20%。貧血的症狀很廣，輕微的或許無症狀，但嚴重一點的可能覺得身體疲累、活動時容易喘或是姿態性低血壓，造成日常生活的困擾。老年性貧血病因，有時候也會其他合併的症狀，例如消化道出血可能有血便或黑便，多發性骨髓瘤常常合併骨頭痠痛等症狀。

李育庭說，貧血是一種現象與表徵，應有周全的評估才能對症下藥。首先是各種慢性發炎性疾病，如慢性腎臟病、慢性肝炎、癌症、阻塞性肺病、自體免疫性疾病或內分泌問題等。

另外，酒癮或藥物的影響也會造成血球製造能力下降。高齡長者也容易有營養素不足的問題，例如蛋白質攝取不足、缺鐵性貧血、葉酸或維生素B12缺乏等等。老人家營養素的缺乏有時候不單純是攝取量不足，有時候可能是飲食習慣(如習慣飲茶或咖啡)或是年輕時曾接受腸胃道手術致腸胃吸收效果變差。最後還有可能是血液的疾病例如多發性骨髓瘤、骨髓化生不良症候群或是白血病等。

李育庭強調，病患往往直覺地認為貧血吃補血劑就好(通常指鐵劑)，這樣的觀念是錯誤的。因為鐵劑只有針對鐵質不足的病人有效，但是副作用常會造成病患腸胃不適或是嚴重便秘。老年人貧血首要是找出隱藏在底下可能造成身體機能惡化的原因，接著依原因而對症治療，方能促進健康維持生活品質。