

抽血常見 問答集

護理師/黃虹靜



抽血檢查是發現追蹤身體變化最直接方便的方法！尤其是來我們診所的病人大部分都是糖尿病患，固定每三個月就要抽血追蹤血糖變化。在抽血櫃台可以遇到各式各樣的人，常被問到的問題也形形色色，對於抽血會問到的問題也不少，大家疑問較多的幾項列出來跟大家分享一下。

Q1：抽血檢查一次要抽多少血？抽那麼多會不會怎麼樣？

其實抽血量並沒有嚴格規定，在我們診所內其實大概都只抽5-10 ml，分為紫管、白管(生化管)。根據血液基金會的衛教資料，一般成年人的全身血量大約是體重的十三分之一，若體重60公斤的人，全身血量約有5000ml，所以即使抽血失掉1%約50ml，對身體應該也沒什麼影響。除非是住院需要，短時間抽掉太多血量，少數人才可能產生貧血症狀，大部分的人一星期抽一、兩次應該沒問題。

Q2：為什麼我的血管那麼不好抽？為什麼會抽不到？

其實抽不到血的因素很多，除了抽血人員技術問題外，體型過胖、皮下脂肪厚，抽血時也不容易確定血管位置；若天氣太冷，血管收縮、四肢血液較少，也較不易抽到；另外也有一些老人家皮下組織鬆弛，血管會到處跑，也會較難抽血。

Q3：抽血較常抽的部位？如果都抽不到怎麼辦？

一般抽血常抽的部位是手臂，手臂肘關節血管較淺且粗，比較容易找到，另外抽手臂這部位可直接放在桌面方便操作。通常手臂抽不到或不能抽血，就會抽手背的血管。如果上肢都不適合抽，也可以抽下肢腿部的血。若是靜脈的血管都抽不到才會考慮到抽動脈血。

Q4：抽血後要不要壓傷口？要壓多久？要不要揉？

抽血後一定要壓住傷口，至少5-10分鐘，較不易瘀青。壓住不要揉，揉反而會造成瘀青。另外常遇到抽完血用手臂彎曲方式來止血，這是有點偷懶的方法，因為有可能未真的壓迫住傷口，跟只貼膠帶一樣，建議還是直接壓住傷口較不易瘀青。

Q5：抽血後為什麼會瘀青？該怎麼辦？

抽血後瘀青的原因有很多，當抽血時下針角度或深度有偏差，導致血管壁受傷，未能及時癒合；或病人血管壁太脆弱；或抽血後扎針部位傷口加壓不夠；或抽血後提重物，都有可能形成瘀青。若您抽血後有瘀青情形，發現瘀青部分越來越大，請不要太緊張，因為皮下組織稀鬆，血液從血管流出後會散開，故呈現瘀血擴散現象。建議24小時內冰敷以降低疼痛減少血液滲出，24小時後熱敷可加快瘀青消退，必要時才塗抹消腫藥膏。通常小一點的瘀青3-7天，大一點1-2周左右，身體會自行吸收，瘀青會逐漸消失，顏色由青紫色漸漸變淡黃色至消失。

Q6：抽血時上臂為什麼要綁鬆緊帶？

鬆緊帶一般稱止血帶，其功用就是綁上後會限制靜脈血液回流，血管會隆起，方便抽血人員抽到血，扎上後流出的速度也會較快，所以抽血的過程中止血帶都是綁著的。有些人會問不是扎中後就要鬆開，一般都是要靜脈注射藥物才會扎中後就鬆開止血帶，方便藥物由靜脈回到心臟到全身。

Q7：為什麼有人會暈針？

抽血暈針的原因也很多，通常容易緊張、較神經質的人是高危險群，由於副交感神經因疼痛亢進，心跳暫時變慢導致腦部血流不足而暈倒，通常休息一下很快就會醒來。暈針的情況很難預防，所以如果發現被抽血者情緒緊張，可請他(她)先休息一下緩和情緒後再抽，在抽血前轉移注意力，像深呼吸、數數字，有助轉移被抽血者對抽血的恐懼。也可視情況躺著抽血以防暈針跌倒。

Q8：抽血後多久可知道報告？

一般我們診所大概會告知3天後就可以來看報告，除非有些較特殊的項目，醫師會另外告知病人。目前本診所所有提供檢驗報告網路查詢服務，方便民衆查詢報告。