



身體的警訊：什麼是休克？

08
2023

▶ 休克的常見原因

▶ 休克的警示症狀

職安e訊

大家都聽過「**休克**」兩個字，但你真正了解它的意思以及發生時的症狀嗎？當遇到時又該怎麼應對，快一起來了解吧！

什麼是休克？

一般我們對於休克的觀念還不太瞭解，有些人以為休克就是失去意識，有些人則認為沒有脈搏和呼吸才算休克。但在醫學上，休克是由疾病引起的一種特定現象。簡單來說，**休克是因為血液循環出了問題，導致身體各個器官無法得到足夠的血液供應，進而影響運作的結果。**



休克的類型與常見原因

類型	常見原因
低血量性休克	如外傷造成大出血、上消化道出血、食物中毒所引起持續性嘔吐、腹瀉、尿崩症。
心因性休克	心臟的血液輸出量不足而造成休克，如嚴重心肌梗塞及心律不整。
敗血性休克	遭遇細菌感染，細菌釋放出毒素而引起的全身性反應。
過敏性休克	因嚴重的過敏性反應，如藥物過敏、或遭蜜蜂叮咬引起。
神經性休克	多發生於器械操作引起血管擴張，周邊血管阻力喪失而造成。如高位脊髓（頸部及胸部）麻醉或損傷等引起。

若遇到身邊有人休克該怎麼辦？



- 1 使患者採平躺姿勢，頭部偏向一側，保持呼吸道暢通，腳部以毛毯、木箱等物墊高。
- 2 鬆開頸部及胸部的衣物束縛。
- 3 蓋毛毯保暖（不建議使用熱水袋，避免因皮膚血管擴張使血液流向皮膚，使器官缺血嚴重）。
- 4 依休克的不同原因加以處理，如出血者給予止血、骨折時則固定患肢以減輕疼痛。
- 5 患者如果口渴，可用濕棉棒擦嘴唇，不建議直接給水或飲料。
- 6 立刻送醫處理。

休克的警示症狀

休克主要的臨床表現是**臉色蒼白、皮膚濕冷、血壓下降、心跳加快、脈搏淺快、尿量減少、神志煩躁不安或表情淡漠，甚至昏迷等。**



博仁綜合醫院 | 職安部 關心您

由於造成休克的原因不同，而且休克多屬於緊急狀況，一般較難事先預防；因此，建議平常應**保持規律的生活並多多注意日常保健**，就可能降低發生休克的機率。想要維持身體的健康，就從養成良好的生活習慣開始做起吧！