

## 顏清標血壓飆高掛急診！血壓瞬間升高時該怎麼做？



鎮瀾宮董事長顏清標昨天傳出因為血壓飆高，緊急到醫院掛急診，經診斷出現頭暈、脫水、血壓不穩的狀況，只是民眾如果遇到血壓突然飆高時，到底需不需要掛急診？心臟內科主治醫師提醒：「若是相隔半小時，連兩次量血壓收縮壓都超過 160 毫米汞柱，建議可以到急診由醫師評估。」

血壓突飆高反應出「身體不舒服」

不只顏清標因為血壓突然升高而掛急診，前衛生署長葉金川也曾經在立法院衝突中收縮壓飆到 160mmHg，為此趕緊掛急診住院，但民眾要先有觀念「血壓飆高」不等於慢性病「高血壓」！

通常血壓突然升高是反應出「身體的不舒服」，使得血壓飆高，基隆長庚醫院副院長洪明銳醫師解釋：「當收縮壓超過 160 mmHg、舒張壓超過 100 mmHg 就要警覺，連續兩次測量都超過，代表身體狀況可能代表交感神經特別旺盛讓血管收縮，這時特別需要注意心血管事件發生。」



### 血壓出現異常採取三步驟！

通常會發現血壓突然飆高，民眾通常都是已經感到不舒服才會發現，洪明銳建議：「量了不管血壓數值多少，一定要靜靜休息 15-30 分鐘後再量一次，同時回想一下這幾個小時內是否有哪裡不舒服，保持心情平穩。」

但若是本身就是長期慢性高血壓的患者，洪明銳提到：「**通常醫囑都會有『短效型』藥物可以使用，可以先服用後觀察半小時再次量一次血壓，如果沒有改善建議到醫院給醫師評估比較安全。**」建議民眾可採取以下步驟：

- 1.記錄第一次血壓數值
- 2.休息 15-30 分鐘再次測量
- 3.未改善再至醫院急診

若當兩次血壓都很高並沒有下降時，確實需要前往醫院急診就醫，交由急診醫師排除一些致命問題，包括腦溢血、動脈剝離、心肌梗塞等問題，同時做心電圖、X光、抽血等檢查，釐清造成血壓飆升的主因，在醫院內還是會持續觀察血壓變化，針對血壓升高原因給予治療。

### 哪些情況容易造成血壓突然升高呢？

許多外在刺激是會造成「暫時性」血壓上升，通常會自己慢慢回復正常，以下都跟血壓升高有關：

- 情緒波動
- 壓力事件發生

- 睡眠都沒有熟睡
- 身體病痛

如果血壓飆高的同時還伴隨其他症狀，例如頭暈頭痛、各種疼痛、突然神智改變、呼吸困難、喘、冒冷汗等等，這時候真的要警覺！洪明銳呼籲民眾：「面對血壓突然飆高的問題，是要警覺但不要過於緊張，無法改善下可以到急診室尋求醫師幫助。」

出處: <https://heho.com.tw/archives/201284>