



橫紋肌溶解症照護之注意事項

一、何謂橫紋肌溶解症？

橫紋肌溶解症常見於激烈運動，如：馬拉松、騎飛輪、熱中暑及肌肉創傷後發生，因為人體的橫紋肌細胞受到破壞導致肌肉細胞損傷，細胞溶解後會釋出肌球蛋白、鉀離子及乳酸至血液中，經由腎臟過濾時會沉積在腎絲球內阻塞腎小管，進而造成腎臟組織的破壞。

二、橫紋肌溶解症的臨床症狀

常見的症狀為局部或全身肌肉的紅、腫、痛及僵硬等，嚴重時可能會出現深色、茶色或紅色尿液、倦怠、肢體無力、肌肉關節疼痛、肌肉僵硬、發燒、高血鉀、高血磷、低血鈣、高尿酸、血中肌胺酸激酶上升、少尿、無尿、噁心、嘔吐、心律不整等，嚴重會併發急性腎衰竭、昏迷、多重器官衰竭，甚至死亡。

三、橫紋肌溶解症的照顧注意事項

- (一)攝取足夠水分：可能需要大量補充水份，依照病情需要給予補充水分約 200~1000mL/小時，並隨時觀察尿流量，需維持尿量 200mL/小時。
- (二)鹼化尿液：添加碳酸鈉於低張點滴溶液中作為補充液，以矯正酸血症、預防肌蛋白沉澱在腎小管內、降低高鉀血症的危險。
- (三)監測電解質：因橫紋肌溶解症可能造成高血鉀、高血磷、低血鈣或急性腎衰竭的症狀，故應密切監測電解質數值及腎功能指數。
- (四)注意腔室症候群之發生：當肢體出現創傷時，會使組織壓力上升，神經及肌肉缺血及缺氧，易導致肌肉組織壞死情形，應儘早行手術治療。
- (五)充分休息：若出現上述症狀需提早治療，充分休息對於疾病恢復是很重要的。
- (六)心理支持：對疾病的正確認知，運用轉移注意力降低焦慮，並提升正面思考及自我照護能力。



(七)出院指導：運動前 15~30 分需先暖身運動，避免過度激烈運動，運動後最好補充水份與休息，若出現肌肉紅、腫、痛及僵硬或小便顏色呈現茶色、倦怠、全身無力或少尿時應立即就醫。

參考資料

三軍總醫院護理部腎臟科資訊網(2015)·橫紋肌溶解症衛教·取自

<http://www.tsgh.ndmctsgh.edu.tw/GMIS/file/Nurr/NEPHRO-15.pdf>

王瑄惠、馮文麗、吳允升、曾麗蓉(2011)·橫紋肌溶解症和急性腎損傷·當代醫學，38(6)，444-449。

鄧湘君(2009)·劇烈運動後產生橫紋肌溶解症併發急性腎衰竭病患之急診護理驗·長庚護理雜誌，21(4)，559-567。

Ferris, F. F. (2012). *Ferri's Clinical Advisor 2012*. Maryland Heights: Mosby.

Grazyna, S., Katarzyna, M., Agnieszka, M. M., Weronika, S., Matgorzata, K., & Halina, W. (2012). Rhabdomyolysis: Rare Complications with a Difficult Prognosis in the Course of Anticancer Treatment. *Rhabdomyolysis in the Course of Anticancer Treatment*, 34(4), 142-144.

Mosby's Nursing Consult. (2012). *Rhabdomyolysis is the breakdown of muscle fibers due to injury*. Retrieved from <http://www.nursingconsult.com/nursing/patient-education/full-text>.