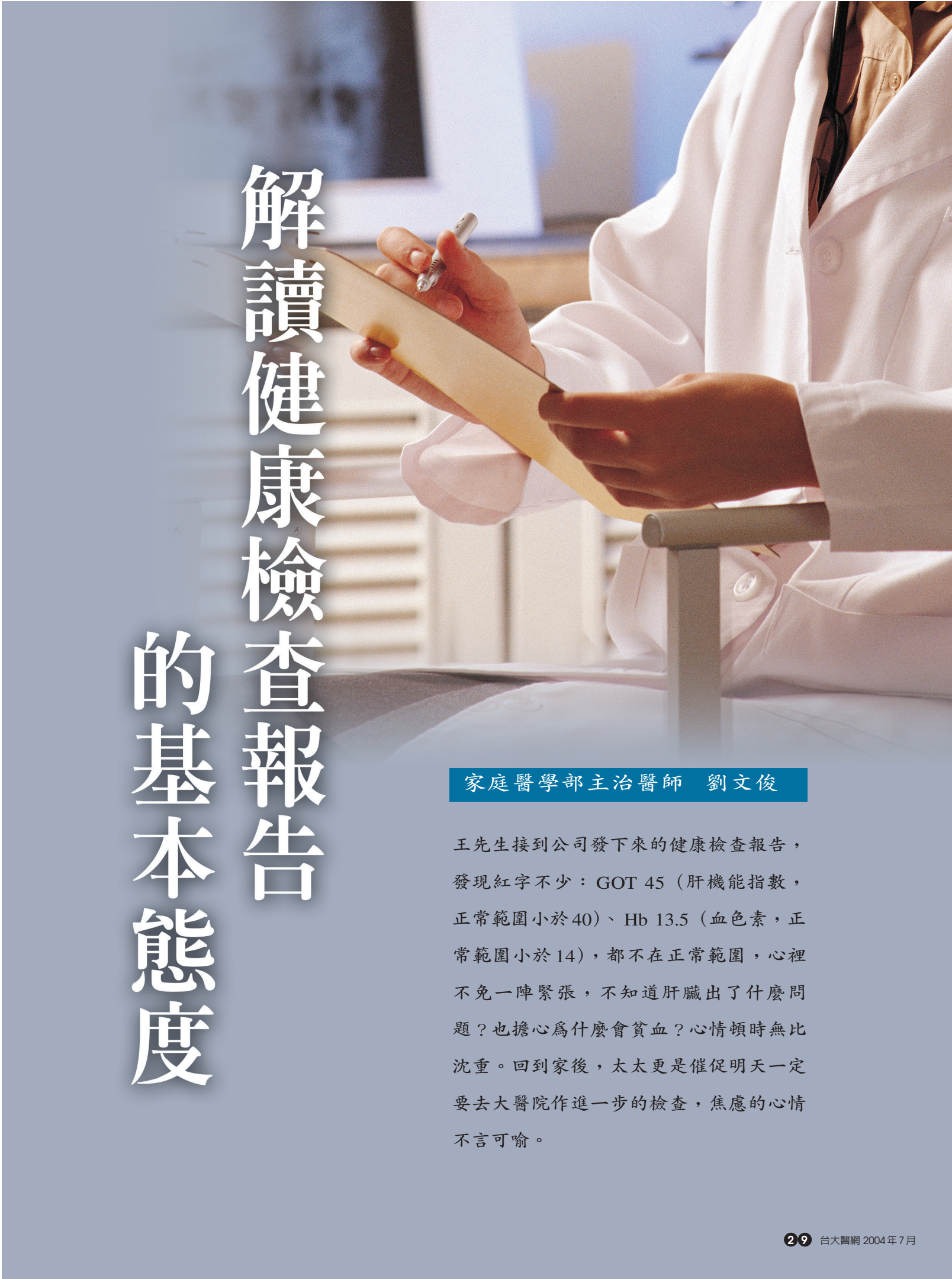
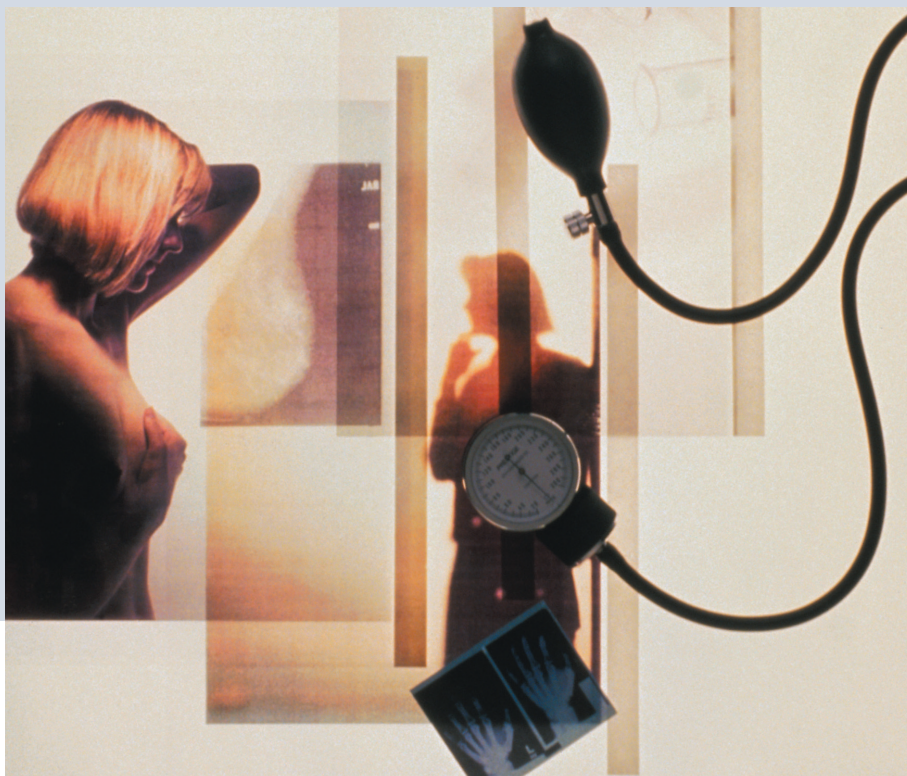




解讀健康檢查報告 的基本態度

家庭醫學部主治醫師 劉文俊

王先生接到公司發下來的健康檢查報告，發現紅字不少：GOT 45（肝機能指數，正常範圍小於40）、Hb 13.5（血色素，正常範圍小於14），都不在正常範圍，心裡不免一陣緊張，不知道肝臟出了什麼問題？也擔心為什麼會貧血？心情頓時無比沈重。回到家後，太太更是催促明天一定要去大醫院作進一步的檢查，焦慮的心情不言可喻。



檢驗報告的迷思

這裡必須先聲明的是，今天的主題是針對「健康檢查報告」，健康檢查一般是在沒有身體不舒服症狀，純粹是想藉由檢驗儀器來事先瞭解身體是否已有什麼毛病所進行的，與因為已有身體症狀求診，經醫師評估以後所必須做的檢查結果之解釋，並不完全相同。

面對檢驗報告，民眾關注的是檢驗數值的高低，發揮民主社會「多一票就是贏」的本色，只要檢驗結果比正常值高一點就開始認定身體有問題了，極端者甚至就開始自行尋求藥物治療了。

幾年前曾經歷過這樣的一個例子，一位民眾在私人檢驗所檢查飯前血糖為 112 mg/dL（正常為小於 110 mg/dL），檢驗所人員向他說你得到了糖尿病，這位民眾竟然未到醫院診所進一步確認，就開始自行到藥房購買降血糖的藥物服用，最後這位民眾因低血糖就醫，經後續檢驗確定並無

血糖偏高的情形，才脫離了「糖尿病」的生涯。其實比正常值多一點點，更有可能只是檢驗的誤差所導致，再次檢查可能就回到正常了。多餘的擔心已屬不必，不明究理的自尋治療更屬危險。

過度的臆測原因雖應避免，鸵鳥心態抗拒進一步檢查則更不足取。有些人初步檢驗結果異常，醫師建議追蹤複檢，但是受檢者則是檢查報告一擺數年，毫不理會，待憶起時已錯失早期診斷的時機，豈不可惜。

因此，對於一般民眾而言面對這些健康檢查的結果，什麼才是正確的態度呢？

檢驗的結果不一定準確

面對健康檢查結果，首先一定要有這樣的認識。大家一定有過這樣的經驗，常常初步檢查是不正常的，但經複檢後就又正常了，雖然有可能是一過性的身體變化所導致，不過肇因於檢驗的

誤差仍是可能的原因。在檢驗醫學上有不少的因素會影響檢驗的最後結果，如檢體(血液、尿、痰等做為檢查)沒有適當採取或準備、檢驗儀器未適當調校或檢驗人員未依照標準步驟操作等，這些皆可能是造成檢驗誤差發生的原因。因此實驗室的品質管控相當重要，品管愈差者，誤差或出錯的機會愈大，品管愈好者，誤差或出錯的情形就會愈少。因此面對健康檢查報告的第一步，即是就醫請醫師進一步評估，再複檢一次常常是必須的。

檢驗結果的數據偏高或偏低，未必代表身體出了狀況

有些民眾或許會有經驗，為什麼自己的白血球檢查老是低於正常值？肝功能指數就是會輕微偏高？血色素一直比正常值少了一些？可是後續的檢查卻也沒找出什麼嚴重疾病來。在臨床上這是屢見不鮮的情形，以檢驗結果而言的確是超過或低於正常標準，但在身體上卻也無甚麼大礙。部分人因不明的原因使得白血球一直低於正常下限值4000，所謂的「良性白血球低下症」，抽血檢查的白血球數目雖然一直介於2000~4000之間，不過卻無損於身體的免疫作戰能力；遺傳性貧血如海洋性貧血帶基因者，雖然血色素偏低、紅血球比正常小，對帶基因者本身一般並無健康上的影響；肝機能指數GOT、GPT對於身體狀態的反應也是很敏銳，一過性的升高是常有的情形，因此再複驗一次仍偏高後始安排進一步檢查應該是較為合理，也無須為一次的GOT、GPT升高而大驚小怪。

從這樣的事實就可以讓我們更清楚瞭解，健康檢查是可以幫助我們發現疾病，卻也可能帶來不少臨床上不甚重要的異常結果，這些狀況即使一輩子存在身體內大概也不會損及健康。亦即如果不去做這項檢查，可能根本不知道它的存在，也沒有任何健康上的損失。但是當做了檢驗知道異常後，有些人可能就永遠輕鬆不起來，隨時想著它會不會惡化，不定時就會要求醫師再檢查看看好了沒？惡化了沒？這是做健康檢查時必須面對的後遺症之一。

檢驗結果的涵義，無須自我引伸，交給醫師來為您服務

既是檢驗一定無法避免誤差及判讀的問題，而這些都必須有豐富的醫學知識與經驗才能有較準確的判斷與處理，另外醫師對受檢者當面親自解釋也是非常重要的。現在的健康檢查報告常會註明檢查項目的參考值與異常原因說明，受檢者可以根據參考值判斷自己的檢查結果是否正常？如果不正常，又可以從所提供的異常原因說明去瞭解可能的原因。這樣的服務雖然便利，但是引發的無謂擔心與困惑卻是相當常見，主要是因為異常原因說明常列舉了無數可能的病因（包括相當嚴重的疾病），卻常常不是最後的確定原因，而受檢者又常會自我擴大解釋，在就醫複檢確定前即已飽嚙焦慮擔憂之苦了！

所以無論是在醫療院所或到無醫師駐地說明的檢驗單位接受健康檢查，檢驗結果最好都能讓自己的家庭醫師再判讀一次，這樣可以讓檢驗所帶來的困惑降到最低。