



## 懷寧復健科診所

Huaining Rehabilitation Clinic

### 什麼是自律神經功能失調？

- 自律神經功能失調或又稱為自律神經功能障礙。就字面上描述代表許多導致自律神經系統 (ANS) 無法正常工作的情況。ANS 控制著我們沒有自覺想到的身體功能：呼吸，血壓調節，消化，溫度調節等。自律神經功能失調可能是許多疾病和病症的併發症，並且可能是某些藥物的副作用。
- 自律神經功能失調是一個複雜的症狀，與其說是診斷不如說是身體表現。他有兩個大的困難點以至於臨床醫學上比較難處理

1. 他缺乏特定的量測方法以及工具；一般的電學診斷方法也很難用來直接量測到自律神經系統。主要還是靠症狀描述來參考。
2. 即使診斷出來也沒有特定的方法做針對性的治療。雖然有些輔助性的藥物，可以使用。但是一方面效果不佳；一方面或少都有潛在性的副作用；目前多半還是採取症狀治療為主。

### 以下把自律神經失調的症狀列出來給大家參考

- 常見症狀包括：
- 體位性低血壓：頭暈，頭暈，昏厥，視力昏暗，步態不穩，虛弱
- 泌尿功能障礙：頻尿，夜間排尿過多，尿急，壓力性尿失禁，尿滯留排，尿啟動遲緩 (hesitancy)
- 性功能障礙：勃起功能障礙，陰道乾燥，性慾下降
- 胃腸功能不全：間歇性腹瀉，便秘，噁心，嘔吐，進食後飽脹，食慾不振，胃內容減慢，腹脹，胃灼熱
- 出汗受損：出汗過多或減少
- 運動不耐症，虛弱 容易疲勞
- 感覺異常：腳，腿，手，臂或其他身體部位麻木或刺痛
- 心動過速
- 脫水症，
- 焦慮，失眠



懷寧復健科診所

Huaining Rehabilitation Clinic

---

多年前曾經遇到自律神經功能失調的患者，幾經多方轉介及嘗試，後來利用全身水療訓練法才得到改善；目前經驗上全身水療對自律神經失調的患者的治療效果還不錯