

自律神經失調

◎北屯社區醫療群/楊進順醫師 楊進順醫師

不論是對「自律神經」是否瞭解，您大概都聽過「自律神經失調」這個名詞，有些是從親朋好友那裏聽來的，有些則出自專業醫師的口中。

什麼是「自律神經」呢？「自律神經」是屬於周邊神經系統的一部份，又區分「交感神經」與「副交感神經」。舉凡心跳、胃腸蠕動、呼吸等「不受意識控制」的器官生理機能，之所以能自主運作、維持穩定，靠的就是「自主神經系統」控制。

「自律神經失調」可分為兩大類：一類是「自律神經」過度興奮或老化；另一類則是「交感」與「副交感」失去平衡。而「自律神經失調」的症狀千變萬化，每個系統都可能出現問題，其生靈特色是「治不好」、「總不出」，卻一直反覆發作。

在以前「自律神經失調」是個很空泛的名詞，一般醫師只能用「可能」、「大概」等不確定的解說，既然沒有明確的診斷，當然無法有良好的治療。

由於科技的進步，現在可以偵測心臟跳動頻率的改變，高頻、低頻的多寡大小，來評估「自律神經」的功能，這就是所謂的「心率變異分析儀」。有了這部儀器，就能把您的「自律神經」的總體狀況及「交感」、「副交感」神經的平衡程度，用數字及圖形明確的顯示出來，以做為有效治療的依據。

醫師簡介

楊進順 醫師

北屯社區醫療群/楊進順診所

