



1 血液常規在看什麼？

紅血球 RBC、Hb、MCV...

負責運送氧氣。看數量、血色素和大小，偏低就是貧血；怎麼找原因請看〈貧血〉單張。

白血球 WBC

身體的免疫部隊，分成 5 種：看哪一種變多，可以猜是細菌、病毒，還是過敏。

血小板 Platelet

血管破了負責黏起來止血。太少容易瘀青、流血不止；太多則可能增加血栓。

2 13 個項目一覽

紅血球 (RBC 百萬/ μ L、Hb g/dL、MCV fL)

項目	正常	異常時可能代表
紅血球 RBC	男 4.5~6.0 / 女 4.0~5.5	偏低：貧血；偏高：脫水、抽菸、海洋性貧血（數量多但個子小）
血色素 Hb	男 14~18 / 女 12~16	偏低就是貧血，請看〈貧血〉單張
血球容積比 Hct	男 36~54 / 女 34~50	血液裡紅血球佔幾%，跟血色素一起看
平均體積 MCV	80~100	紅血球的大小：偏小常見缺鐵、海洋性貧血；偏大常見 B12、葉酸不足
平均血紅素 MCH	26~34	每個紅血球裝多少血色素，通常跟 MCV 一起變
平均血紅素濃度 MCHC	30~36	紅血球裡血色素的濃度；偏低常見缺鐵

白血球與血小板 (WBC/ μ L、PLT $\times 10^3/\mu$ L)

項目	正常	異常時可能代表
白血球 WBC	4,000~11,000	偏高：感染、發炎、抽菸、壓力、懷孕；偏低：病毒感染後、藥物、體質
嗜中性球 Neut	40~75 %	對抗細菌的主力，細菌感染時升高
淋巴球 Lym	20~45 %	對抗病毒的主力，病毒感染時升高
單核球 Mono	2~10 %	清除細菌與壞掉的細胞；慢性發炎、感染恢復期升高
嗜酸性球 Eos	1~6 %	過敏（鼻子過敏、氣喘、濕疹）、寄生蟲時升高
嗜鹼性球 Baso	0~2 %	數量很少；過敏、少數血液疾病時升高
血小板 PLT	140~440	負責止血：太低容易瘀青流血；太高常見缺鐵、發炎

3 白血球、血小板怎麼看？

白血球 WBC

單位/ μ L

偏低

正常

偏高

4000

11000

血小板 PLT

單位 $\times 10^3/\mu$ L

明顯偏低

偏低

正常

偏高

50

140

440

只超出一點點、沒有不舒服很常見：感冒、熬夜、抽菸、剛運動完都會讓數字變動，多半 2~4 週後重驗就好。有些人體質上白血球就比較少，一直穩定、也不常感染就不用擔心。血小板低於 50 (5 萬) 比較容易出血，請盡快就醫。

4 異常的時候，可以怎麼做？

白血球或血小板超出範圍

先看超出多少、有沒有不舒服；只超出一點點的，多數重驗就恢復

白血球偏高

常見原因

感冒、細菌感染、發炎、抽菸、壓力大、懷孕、吃類固醇

可以怎麼做

感染好了 2~4 週後重驗；看表格是哪一種白血球高

白血球偏低

常見原因

病毒感染後（感冒、流感）、藥物、體質、免疫疾病

可以怎麼做

2~4 週後重驗；一直偏低、常常感染要找醫師

血小板異常

偏低

先重驗（少數是採血管裡血小板黏在一起的假性偏低）；病毒感染、肝病、免疫、藥物

偏高

缺鐵、發炎、感染後；一直很高要找原因

好幾項一起異常（例如白血球、紅血球、血小板同時偏低，或白血球非常高），請盡快到血液腫瘤科。

5 什麼時候要看醫師？

正常	定期健康檢查。
輕微異常	只超出一點點、沒有症狀：感冒好了、不要剛運動完，2~4 週後重驗。
明顯異常	白血球低於 3,000 或高於 20,000、血小板低於 5 萬，或重驗還是異常、好幾項一起異常：請到 家醫科 或 血液腫瘤科 。

請盡快就醫：發燒又白血球很低（容易嚴重感染）；皮膚出現很多紅色小點或大片瘀青、牙齦或鼻子流血止不住、大便變黑（可能是血小板太低）。

資料來源：Tefferi A, et al. How to interpret and pursue an abnormal complete blood cell count in adults. *Mayo Clin Proc* 2005;80(7):923-936、台灣血液學會。本單張為一般衛教資訊，不能取代醫師的診斷與治療。

長安醫事檢驗所 電話 (02) 2682-8209 新北市樹林區中山路一段 176 號