



高雄市立小港醫院

(委託財團法人高雄醫學大學經營)

狹心症(心絞痛) 照護需知

一、病因

心臟肌肉血流的冠狀動脈有顯著的狹窄及閉塞，造成心肌血液和氧氣供應不足，產生心絞痛及心肌梗塞的症狀，又稱缺血性心臟病。

二、症狀

典型心絞痛症狀—多在運動、走遠路、爬樓梯時發生，胸部正中區域胸骨下有壓迫感、緊縮透不過氣的感覺，持續三至五分鐘，可傳至下巴、左肩膀、左前臂，在休息或使用舌下硝酸甘油含片後可緩解疼痛。

三、造成狹心症(心絞痛)

(一)主要因素

1. 男性大於 45 歲女性大於 55 歲或早發性停經如卵巢切除術後但未補充女性荷爾蒙者。
2. 家族成員在年輕時即有心血管疾病者(包括心肌梗塞或心臟猝死)
3. 目前仍在抽菸者。
4. 高血壓。
5. 高膽固醇。
6. 高血清膽固醇 $> 259 \text{ mg /dl}$ 。
7. 糖尿病。

(二)次要因素

1. 肥胖。

- 2.缺乏運動。
- 3.精神壓力過大。

四、注意事項及預防方法

- 1.治療高血壓，高血脂，高血糖。
- 2.採低脂肪、低膽固醇、低鹽、高纖維的飲食。
- 3.維持標準體重。
- 4.絕對禁止吸菸及飲酒。
- 5.避免暴露過冷及過熱環境。
- 6.改變生活型態，避免從事會引起心絞痛之活動或降低其活動量，避免過度勞累。
- 7.清早或晨間運動或活動應緩慢執行。
- 8.性生活可於飯後二小時服用舌下含片後進行。
- 9.保持情緒穩定，避免情緒劇烈起伏。
- 10.規則運動可增加患者之運動量及生活品質。

五、藥物治療

- 1.阿斯匹靈：已證實可減低心肌梗塞的機率。
- 2.硝酸甘油製劑：心絞痛時舌下服用硝酸甘油含片可在2分鐘內產生效果，若無效5分鐘可重覆使用一次，最多三次，若無法緩解立即就醫。服用後可能產生頭暈、血壓下降的副作用，故應坐下或躺下休息服用。保存此製劑時宜避免光線照射。長效型的三酸甘油製劑多隨三餐服用，一日三次(隨各廠牌製劑改變)。
- 3.乙型接受器阻斷劑：可減低心絞痛發生頻率，增加長期存活率。

六、手術治療

對藥物治療反應不佳或不適合做冠狀動脈氣球擴張術者，考慮行開胸冠狀動脈繞道手術，可減輕症狀，延長病人的壽命。

七、注意可能之心肌梗塞

心絞痛持續超過三十分鐘，休息或使用舌下硝酸甘油片都無法緩解，病人可能有冒冷汗、氣喘、嘔吐等，這時可能已發生心肌梗塞，心臟肌肉正壞死中，請盡速就醫。

若有任何問題請電洽：

TEL：(07) 8036783 轉 3119、3112~3115(急診室諮詢)

~小港醫院急診科關心您~