

認識心絞痛

2021/01 修訂

一、何謂心絞痛：



圖：<http://www.yuanhosp.com.tw/ezcatfiles/uacan04/img/img/268/189016735.pdf>

- ◆ 心絞痛是一種胸骨後或心前區產生有短暫陣發性的疼痛或沉重壓迫感、緊縮感、燒灼感、類似消化不良的感覺。
- ◆ 疼痛感可能發生在前頸、喉嚨、左肩、左前臂等區域。
- ◆ 心絞痛是摸不到明確位置的，按得到的痛多半不是心絞痛。

二、心絞痛的原因：

心臟的養分和氧氣是靠三條主要的冠狀動脈供應，分別是左前降支、左迴旋支、和右冠狀動脈。這三條冠狀動脈若因為各種原因發生阻塞，血流不過去，心臟得不到養分和氧氣，就會產生心絞痛的症狀。簡單說，心絞痛就是因為心臟缺氧引起的。特別是身體在運動時，心臟要用力，心跳要加速幫助全身循環，心臟加足馬力運作時，如果血液供應不足，就會發生缺氧，產生心絞痛的症狀。就像引擎油路不順，嚴重時會熄火。然而心臟一旦停止運轉，全身循環停止，重要器官跟著發生缺氧，如果幾分鐘之內沒給予急救，生命就有危險。

三、心絞痛的症狀：

- 1.典型的症狀為胸骨後方或心前區有壓迫感、緊縮感、或刺痛感；疼痛感會輻射到喉嚨、雙肩、雙前臂、頸部、牙齦、下巴等區域。有時也可能發生在接近上腹的胸口。
- 2.疼痛的時間一般持續約 2~5 分鐘左右，最長不超過 20 分鐘。疼痛可在使用硝酸甘油（NTG）舌下含片或休息後得到緩解。
- 3.其他伴隨症狀如：呼吸困難、心悸、盜汗、頭暈、噁心...等等，都有可能發生。

四、心絞痛的種類：

心絞痛依成因可大致分為三種：

➔ 穩定型心絞痛：

一般是冠狀動脈有中等程度的阻塞，在平常活動還夠用，但是在運動時，心臟的需氧量增大，血流跟不上，造成心臟缺氧，引起心絞痛的症狀，因此又稱運動型心絞痛。

➔ 不穩定型心絞痛：

此時是冠狀動脈已經有嚴重的阻塞。血流即使在休息狀態也不夠用，稍微

一運動心臟可能會熄火，十分危險，故稱為不穩定型心絞痛，要及早就醫。

➔變異型心絞痛：

這種類型的心絞痛最奇特，冠狀動脈平時是好的，但是偶而會發生血管痙攣的情況。一旦發生痙攣，血管會緊縮關閉，整個血流會都過不去，直到血管再次放鬆為止。發生的時候像狂風暴雨，症狀非常嚴重，甚至危及生命，但是過去後又恢復正常。症狀時好時壞，變來變去、難以診斷，故稱為變異型心絞痛。此症好發在夜間、壓力大或天氣冷時、或是使用某些非法藥物如大麻時。隨身要攜帶硝化甘油（NTG）舌下含片，發作時備用。

五、急性發作時該如何處理？

- 1.立即停止所有活動，就地或就近找安全通風處坐下或平躺休息，並設法告知他人求援。
- 2.如平時已就醫治療，可遵循醫囑使用硝化甘油（NTG）舌下含片。切記要呈坐姿或臥姿使用，以免服藥後頭暈而摔倒。舌下含片可每隔5分鐘使用一次，最多三次，若症狀持續或加劇，需立即就醫。

六、硝化甘油藥物使用須知：

- 1.硝化甘油舌下含片有效期限一般為6個月。
- 2.此藥會因接觸空氣、濕氣、及日光而漸漸失去效用，因此需注意避光及防潮原廠瓶身可保護其藥效，故平時應整瓶隨身攜帶，切勿分裝至其他容器。若服用時沒有辛辣感、也不能減輕心絞痛，可能是失效了，可請醫師視病情需要再開立一瓶。
- 3.使用硝化甘油舌下含片頻率若有明顯增加，應儘速就醫進一步治療。
- 4.使用硝化甘油類藥物需避免併用威而鋼、犀利士、或樂威壯之類藥物，以免產生嚴重低血壓。若發生低血壓症狀，如頭暈及冒冷汗時，應立即躺下，腰部以下用棉被或枕頭墊高，讓身體呈頭低腳高姿勢，並設法補充水分，儘速就醫。

七、居家生活照護注意事項：

- 1.適當運動，控制體重，少吃紅肉、椰子油、牛油、棕櫚油和太鹹的食物。
- 2.避免抽菸、喝酒，設法減少生活壓力。
- 3.天冷時要注意保暖。
- 4.剛吃飽飯時要避免劇烈運動。
- 5.有高血壓、高血脂、或糖尿病者，要及早治療。
- 6.健康者可定期接受健康檢查。
- 7.已有心絞痛者，需遵從醫師指示，按時服藥治療，並定時返診追蹤。

參考資料：廖張京棟總校閱(2010)·最新實用內外科護理學(上)·四版
P11-99~11-106·台北市：永大。

製作單位：護理部 8C護理站
諮詢電話:07-3351121 轉 1871