



認識心絞痛

一、什麼是心絞痛？

心絞痛是罹患冠狀動脈疾病的病人，因為勞累、用力、情緒激動或其他因素，所引起暫時性的局部心肌缺血，而發生的胸痛現象，俗稱狹心症。

二、心絞痛的症狀：

發作時間可能從數分鐘至 15~20 分鐘不等，發作時在胸骨下(或胸口)有悶、痛、重物壓迫或呼吸困難的感覺，有時悶痛會延伸到左肩、左臂內側或下巴，可是這種疼痛可以在休息或使用藥物後(硝化甘油舌下含片；NTG)而減輕(圖一)。



(圖一)

三、急性發作時該如何處理？

(一)立即停止活動，坐下或休息，並保持冷靜，尋求旁人幫忙。

(二)疼痛時立即服用舌下含片 NTG 一片。可每隔 5 分鐘使用一次，最多三次，若症狀持續或加劇，則立即就醫。若服用舌下含片可減輕症狀，仍建議就醫檢查。

(三)如果家裡有準備氧氣設備，則先給予氧氣使用。

四、居家生活中的注意事項：

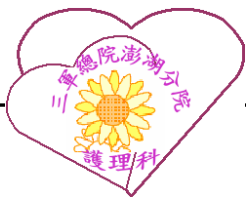
(一)定期接受健康檢查，如有高血壓及糖尿病需配合治療，以達到良好控制。

(二)適當且規律運動、每天適當運動至少 30 分鐘，以利控制體重。

(三)戒菸及避免吸二手菸，飲食上避免太油、太鹹的食物，並建議採取低膽固醇、低鈉及低鹽的飲食。

(四)保持情緒穩定，將工作速度放慢，減少精神壓力，愉快地完成工作。

(五)預期心絞痛可能發作時，先服用舌下含片。



五、服用舌下含片須知：

- (一)舌下含片會因為熱、光、空氣使藥物效力降低，因此須注意避光及防潮濕(勿放棉花在瓶子內，因為棉花會吸收部份藥物)，用原裝有色的瓶子盛藥，不要分裝到其他容器使用。
- (二)若舌下含服時沒有辛辣感，且胸部不適症狀未改善，表示可能已失效，應取新藥(一般為6個月內有效)，每月服用數量若有明顯增加，應於回診時告知您的醫師，但長期服用此藥物，其藥效並不會減退，也不會有成癮情形。
- (三)服藥時要坐下或躺下，以防藥物作用導致低血壓而發生意外；含藥後若發生低血壓、頭暈、冒冷汗時，應立即躺下，採頭低腳高姿勢，補充水分，如未改善則儘速就醫。
- (四)避免同時服用「威而剛」，以免產生嚴重低血壓。

參考文獻

- 李秀現、葉忍莉、馬先芝(2012)·探討病人使用硝酸甘油舌下含片現況與用藥知識·*榮總護理*，29(1)，10-18。
- 洪愉涵(2013)·口服硝酸鹽與鈣離子阻斷劑於穩定型心絞痛的治療·*嘉基藥訊*，108，1-4。