



心絞痛之護理指導

心絞痛是一種胸部的不適，可能被描述為一種奇怪的感覺、重壓感、擠壓感、壓縮感、或緊繃感，乃由於心肌缺氧，冠狀動脈供血不良所引起。

※注意事項：

- 一、保持愉快的心情。
- 二、體重過重者，應減輕體重。
- 三、避免抽菸及吸二手菸、喝酒，最好可以戒煙，因吸煙會使心臟所能利用氧氣量減少。
- 四、少吃高熱量和高膽固醇食物：油炸食物。
- 五、多吃高纖食物：青菜、水果。
- 六、每天作規律運動，以促進冠狀動脈循環。
- 七、按醫師指示、每天按時服用藥物。
- 八、隨身攜帶新鮮的硝酸甘油酯，因為藥效 6 個月後消失，若藥效夠強，會覺得舌上有灼熱感，頭有發脹的感覺。
- 九、一有胸痛發作立刻服用硝酸甘油酯舌下含片一片，每 5 分鐘重覆使用一次；如服用 3 片疼痛仍未緩解，請立刻到急診室就醫。

參考文獻

- 李和惠等(2002)．當代內外科護理(5 版)．台北：華杏。
- 蔡仁貞、梁穎、洪美英(2005)．成人內外科護理．於于博芮、胡文郁、胡月娟、同守民、吳韻淑、羅筱芬、鄭春秋、陳麗糸、劉向援、郭素娥、鄭麗珠、王雪娥、陳怡如、林金絲、陳品玲、林美良、林佳靜、張鶴齡、羅琦、馮清淳、蔡仁貞、梁穎、洪美英、曾珍麗、張玉梅、王桂芸、李惠玲和著，冠狀動脈疾病護理（613-622 頁）．台北：華杏。