

心絞痛

心絞痛 (angina) 一詞來自拉丁文「angerer」，意思是引致窒息，這是因為供應血液給心臟的動脈收窄，令患者感到痛楚，有時更會呼吸困難，甚至感到窒息。

每 50 人中約有一個受心絞痛影響，病因不只一個。通常可用藥物和改變生活習慣來加以控制。心絞痛一般在運動後出現，嚴重時如行斜坡時也會出現。心絞痛的感覺是胸口有重量或壓力。在晚餐後或在寒風中行走，最容易出現心絞痛。憤怒或壓力會使它更壞。

痛楚可牽連到頸部、咽喉或手臂，使你感到窒息或手臂如鉛重。痛楚通常不會持續多於數分鐘，休息後會很快便消失。痛楚之餘，你可能會感到呼吸困難、流汗和驚慌。

病因

大部分心絞痛是由冠狀動脈的疾病 (粥樣硬化) 引起，原因是動脈被脂肪積聚堵塞，使心臟肌肉的血流量不足 (所以得不到足夠氧氣)——尤其是當需要出力時，心肌的負荷更重。另外，以下情況也可引起心絞痛病：

- 主動脈心瓣狹窄
- 貧血
- 心律快速而不正常
- 心臟肌本身的疾病

心絞痛的種類

心絞痛主要有三種類型：

穩定型心絞痛

穩定型心絞痛與冠心病有關，由用力太猛或太多而引起。在這情況下，心絞痛通常只會持續數分鐘。停止用力後，痛楚會減退，但再用力時通常又會發作。

不穩定型心絞痛

患這類型心絞痛的人，即使用很少力，如走數級樓梯，甚至正在休息，痛楚也會出現。通常是由冠狀動脈嚴重收窄引起。

如果冠狀動脈完全阻塞而得不到迅速疏通，部分心臟肌便會因得不到血液供應而壞死。這就是心臟病發作 (心肌梗塞)，痛楚會較為嚴重，也較持久。有些人心臟病發作時會感到不適、呼吸困難和出汗，還會嘔吐。

變異型心絞痛

這類心絞痛在沒有警告的情況下出現，通常於女性身上發生。起因是冠狀動脈抽搐。醫生可能要詳細調查，才能作出診斷。這個病發作時，心律會有不正常現象。

誰會患心絞痛？

心絞痛通常在年紀大的人身上出現。若患者在五十歲以下，則男性較女性普遍。

此外，以下人士亦較容易患上心絞痛：

- 吸煙者
- 膽固醇高的人
- 有高血壓的人
- 糖尿病患者
- 少做運動的人

有些病例中，心絞痛會在家族遺傳，所以如果有家屬曾患心絞痛，你患上的機會也較高。

診斷

如果你胸口有痛楚，尤其是當符合本單張開首所形容的症狀時，應盡快找醫生。

醫生會問你痛楚的情況，並替你檢查：感覺你腿部的脈搏、查看足踝有沒有腫脹、聽你的心臟和胸肺、檢查你的血壓，尋找你有沒有高膽固醇或貧血的表徵。

進一步的調查

你可能需要在醫院作些測試，才能確定你的病徵是否由心絞痛引起，測試包括：

- 心電圖。當你躺下或在踏旋器上做運動時，你心臟的電流活動會由心電圖量度出來
- 超音波心動圖。超音波探針會放在胸部上移動，從而透視心室和心瓣的操作情況
- 血管造影，把染料注入冠狀動脈以查看有否任何阻塞

治療

藥物通常是治療心絞痛的第一步。病人往往須每日服用少量阿斯匹靈，以減少心臟病發作的機會。心臟病發作時，一般會用 Glyceryl Trinitrate (GTN) 來舒緩痛楚，它通常是噴霧（在口內使用）或片劑（放在舌下使用）。其他用來防止心絞痛發作的藥物有：

- 具長遠療效的硝酸（nitrates），如單硝酸異山梨脂（isosorbide mononitrate），可擴張冠狀動脈以改善血液流動和心臟的氧氣供應
- 乙型交感神經阻斷劑，如 atenolol，可減慢心跳和心臟泵血的速度
- 鈣離子斷劑，如 nifedipine，可放鬆冠狀動脈及其他血管，減弱心臟收縮的力量

患有嚴重心絞痛的人或需接受手術，例如：

- 血管成形術：把一個氣球放進血管，到達心臟的動脈，然後把氣球吹氣脹大，使阻塞了的冠狀動脈得以擴張。之後，或會插入支架（可彎曲的網狀管子），來幫助動脈保持張開。如血管遭脂肪堵塞，可能會先用激光打通血管，以便氣球通過
- 冠狀動脈搭橋手術（CABG）：利用腿內或胸部的血管來「搭橋」，繞過堵塞之處。這手術須切開心臟，留院時間會較長

預防

防止心絞痛的可行步驟如下：

- 如果你吸煙，請戒掉
- 保持血壓正常，最少每五年檢查一次
- 進食低脂肪、高纖維食品 and 大量生果蔬菜
- 嘗試吃多油的魚，如沙甸魚和新鮮的吞拿魚，每星期兩次
- 檢查膽固醇水平，如果膽固醇高，詢問醫生如何減低
- 如有糖尿病，應嚴格遵照醫生吩咐接受治療
- 定時做運動，如每天快步走半小時

索取更多資料

The British Heart Foundation
<http://www.bhf.org.uk/hearthealth/index.asp>

American Heart Association
<http://www.americanheart.org>

National Heart Foundation of Australia
<http://www.heartfoundation.com.au>

智康資源中心
電話：(852) 2849 2400
傳真：(852) 2849 2900
電郵：info@healthwise.org.hk
網址：www.healthwise.org.hk

本資訊謹用作參考用途，如欲索取詳細意見及專業建議，請向您的私人醫生查詢。

Supported by
www.healthwise.org.hk



Sponsored by
BUPA



Assured by
The University of HK

