

## 心絞痛衛教指導



- 什麼是心絞痛？

心絞痛是罹患冠狀動脈病變的病人，因為過度勞累、用力、情緒激動、天冷或其他情況，所引起暫時性的局部性心肌缺血，而發生的胸痛現象。
- 常見症狀
  - 1.典型的症狀為胸骨後方或心前區有壓迫感、緊縮感；胸痛延伸至左肩、手臂；疼痛可能反射至右肩、頸部、下巴、上腹部或後背。
  - 2.發作時間可能從數分鐘至 15 分鐘不等，發作時在胸部中心會有像重物壓迫及呼吸困難的感覺，症狀可因休息或藥物而減輕。
- 日常保健
  - 1.控制體重避免肥胖，戒煙、少喝酒。
  - 2.應遵循醫囑，控制血壓、血脂、血糖及膽固醇。
  - 3.適度的運動、但應避免劇烈運動或從事推舉重物等費力的工作。
  - 4.保持心情愉悅、避免無謂的壓力與動怒避免過勞適度休息。
  - 5.注意冬季保暖，室內需保持適當溫度。
  - 6.隨時監測心跳的情況，以觀察有無心律不整、血壓下降、呼吸困難等情形。
  - 7.定期接受健康檢查。
  - 8.依照醫師指示，定期返回門診追蹤病情。
- 急性發作時該如何處理？
  - 1.立即停止所有活動，坐下或休息，並保持冷靜。
  - 2.疼痛時立即服用硝化甘油舌下含片。可每隔 5 分鐘使用一次，最多三次，若症狀持續或加劇，甚至愈來愈強烈時，須盡快至急診就醫。
- 硝酸甘油脂（NTG）藥物使用注意事項：
  - (1)硝酸甘油脂（NTG）：將 NTG 瓶蓋蓋緊並置於乾燥涼爽處，外出時應隨身攜帶以應付緊急所需；注意有效期限，確保療效。
  - (2)與醫師討論前，切勿自行停藥。
  - (3)如有頭暈情形應避免駕車，以確保安全。

➤ 擬訂適當的活動計畫：

(1)依照醫師指示，從事適當的活動及逐步增加活動量。

(2)如預期活動時會有心絞痛發生，可於活動前含服 NTG，若無不適再進行活動。

參考文獻：

蔡仁貞、梁穎、洪美英、高秋惠、楊易宏、張效煌(2016)·心臟疾病護理·於劉雪娥總校閱，成人內外科護理上冊(七版，750頁)·台北市：華杏。



寶建醫療  
社團法人 寶建醫院  
PAOCHIEN HOSPITAL

關心您

總機：08-7665995

院址：屏東市中山路123號

救護專線：08-7330290

網址：www.paochien.com.tw