

心肌梗塞症的防治

台北市立婦幼醫院 / 任宜蓀

大多數的急性心肌梗塞病人都是由於輸送血液、氧氣、養分至心臟肌肉的血管——即一般所說的冠狀動脈產生硬化現象後，冠狀動脈內徑發生或多或少的狹窄，當有一天血栓突然把這血管塞住了，使得心臟所需的血液、氧氣、養分無法順利地供應而產生的疾病。

四大危險因素

如果冠狀動脈沒有硬化，也有可能造成急性心肌梗塞，但是這種例子較少見，一般急性心肌梗塞的四大危險因素分別如下：

(一)高血壓

高血壓容易刺激血管內皮細胞增生，而使管徑變狹窄。

(二)糖尿病

許多相關的研究指出，糖尿病本身容易使血管受到損傷，也容易使血管內皮細胞或平滑肌細胞增生，進而發生狹窄，故冠狀動脈硬化也易提早產生。

(三)膽固醇增加

血液裡的膽固醇或脂肪過高時，會刺激到血液裡的許多成分，而造成增生的現象，使得動脈硬化過程較快。

(四)抽菸

抽菸除了一般人印象中的會侵犯到肺之外，也容易造成血管壁或平滑肌細胞的增生，故罹患急性心肌梗塞的可能性自然也高。

其它如家族史中有人罹患過心臟血管疾病、A型行為型態（此種人凡事求好心切、行動積極進取、不易放鬆自己）或好吃懶做的人都有較易罹患急性心肌梗塞的傾向。另外，年齡愈大發生此病的可能性也愈大。

症狀與治療

一般患有急性心肌梗塞的病人，發病之前都有狹心症的情形，所以胸痛也是一般人自我檢視的一個重要症狀。

若只是狹心症的胸痛，

病人含著舌下硝酸甘油片幾分鐘後，胸痛自會消失，但仍未見好轉時，則得急性心肌梗塞的可能性相當大，需儘快求醫診治。但是，少數的急性心肌梗塞病人發病並未有狹心症的現象，而是在左胸前常有巨石壓住般的胸痛，甚至會導致左嘴角有麻麻的感覺，有時也會有下腹部疼痛、肋骨下疼痛等其它症狀。急性心肌梗塞的胸痛頂多十幾分鐘，最多不超過20分鐘便會轉好，所以若是有長期的胸痛，就不是患有急性心肌梗塞了。

急性心肌梗塞的處理和治療是要搶時間的，愈快愈好。緊急治療上最常用的是注射血栓溶解劑，使冠狀動脈中的血栓溶解掉，以保持血液的順暢。

發病後，30分鐘內注射的效果大，若6小時內仍未給予注射，則沒有多少助益。故6小時是急性心肌梗塞的「黃金時間」，愈早處理愈好。

老人免費健康檢查

爲 促進老人健康，使預防勝於治療，台北市立婦幼綜合醫院自民國81年9月開始辦理老人健康檢查門診，歡迎設籍台北市1年以上（民國80年6月30日入籍），年滿65歲者（民國17年6月30日以前出生），自81年7月1日以後，未曾前來檢查者，皆可享此項免費健康檢服務。

注意事項

(1)檢查費用：全部費用由台北市政府支付。

(2)預約及檢查地點：2樓家醫科老人健檢門診。

(3)請先攜帶戶口名簿（正本）來該院預約時間。

(4)檢查時間：每星期一、二、三、四、五的上午8：30～12：00。

(5)檢查前1天的晚上12時以後不要進食。

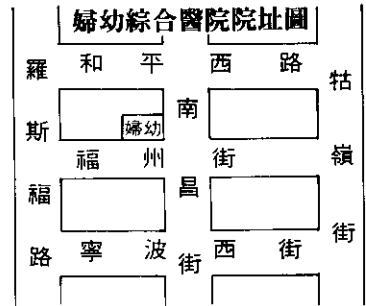
(6)檢查當天請留取少許糞便置於小盒內。

(7)預約及服務電話：

322-2332。391-6471～314、316。

(8)院址：台北市福州街12號。

註：10人以上會安排救護車接送，檢查完畢備有早餐。



但注射仍有其限制，如硬化嚴重、年紀大、有其他出血疾病在身的病人就不太適合，有罹患容易出血的血液疾病之傾向的人也不可以注射。

病人經初期的急診處理後，通常會被送至冠狀動脈的加護病房照顧，因為發病的初期病患還會有一些如心律不整等病症發生。因此需藉由加護病房內良好、健全的設備及醫師護士來加以妥善的照顧，減少病人死亡的機率。

在加護病房觀察幾天後，若情況好轉，就可轉至一般加護病房，再做心導管的檢查，看看病人的心臟機能，特別是左心室機能如何，或再做冠狀動脈的血管攝影，看看血管梗塞後是否打通

了，並檢驗是否還有其他的血管狹窄現象。

如果內科成效不好，就可能考慮以開刀的方式來治療，或可用冠狀動脈汽球擴張術。

調適飲食生活

預防急性心肌梗塞這類型疾病是相當重要的。隨著經濟的發展，西化程度愈深的情況下，國人罹患動脈硬化、高血壓的併發症和機率也都頗高，所以針對易引起急性心肌梗塞的原因，一般人在日常生活中就應該多注意。

例如控制飲食、生活調適、壓力調適、多運動、避免高血壓、糖尿病、膽固醇過高的產生等，當然不抽煙

也很重要，這些不但能減輕對自身的傷害，也不會傷及其他的人的行動，絕對是可以靠自己的努力來降低其發生率的。

至於已經罹患急性心肌梗塞的病人，更要小心地預防再次的發作。因為發作一次後，病人的心臟機能便有所減退，若再一次發作則更糟，所以在日常生活中避免受到急性心肌梗塞的危險因素的侵犯是很重要的。

因此具有對類似疾病的基本醫療知識，不論是對個人、家屬或其它的人預防及了解發病時的緊急處理，都可以避免並協助病人的治療，而且，一旦家屬、朋友中有人罹患此病，對他的心理健康及支持也相當的重要。

