

對付心絞痛有什麼方法？

心絞痛

有一些檢查和治療方法可用於長期控制心絞痛。這些包括：

- » 觀察動脈的X光片(血管造影)
- » 用支架打開動脈(血管成形術)
- » 在阻塞的動脈周圍開闢血液循環新通路(冠狀動脈搭橋術)。

有心絞痛患者不僅需要控制症狀,還要減少將來心肌梗塞發作的風險。

您對自己的健康扮演著重要角色每天需要作出正確的選擇來改善心臟健康。

降低心臟病發作和中風風險的明智選擇



停止吸煙



服藥



選擇有益心臟
健康的飲食



多運動



減肥

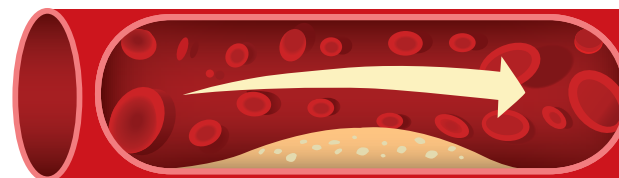
有關更多資訊,請獲取我們的「降低心肌梗塞發作和中風的風險」手冊,該手冊可從heartfoundation.org.nz或致電0800 863 375獲得。

若有問題：

有關更多資訊、個人故事和視頻,請在我們的網站heartfoundation.org.nz上搜索「心絞痛」。

作為慈善機構,我們感謝捐贈者的慷慨贈予,讓此宣傳單張得以出版發行。

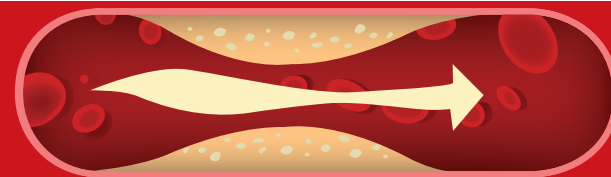
心絞痛是冠狀動脈疾病的常見症狀,也稱為缺血性心臟病。它通常是由狹窄但沒有堵塞的冠狀動脈引起的,冠狀動脈為心臟供血。心絞痛不會對心臟造成永久性損害。當動脈阻塞時會發生心肌梗塞。



冠狀動脈疾病

斑塊積聚在動脈中

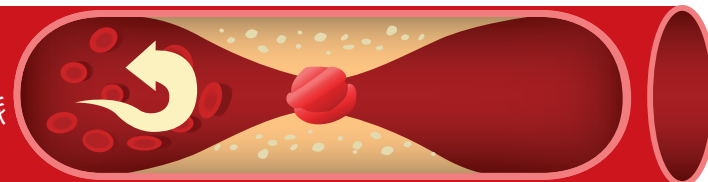
心絞痛



使血液更難通
過動脈

心肌梗塞

斑塊破裂,血栓堵塞了動脈



在以下情況下可能會出現心絞痛症狀：

活動時



天冷時



憂慮時



發怒時

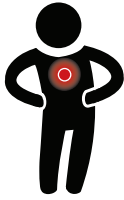


誘發因素是什麼？

症狀

患有心絞痛的人有時會描述：

» 感到胸部不適，沉重感或緊繃感可能蔓延至手臂、背部、肩膀、頸部或下巴。其他人將其描述為隱隱作痛。



» 手臂、頸部或下巴不適，無胸部不適。

» 不適感程度從溫和或者隱隱作痛至劇痛。



「我在冰箱旁邊的牆上貼了一個心絞痛應對計劃，而且我總是隨身攜帶硝酸甘油噴霧劑。您總是要做到未雨綢繆。」



弗蘭克，心臟病發作倖存者

使用硝酸甘油

什麼是硝酸甘油？

硝酸甘油噴霧劑或片劑是通常用來緩解心絞痛症狀的藥物。

硝酸甘油能發揮什麼作用？

硝酸甘油能迅速舒張血管，使血液更自由地流入心臟。這通常可以緩解心絞痛的症狀。有關更多詳細資訊，請參見您的心絞痛應對計劃。

硝酸甘油對我會產生什麼影響？

建議您在使用硝酸甘油之前先坐下，因為使用後可能會感到頭痛、潮紅或頭暈。如果服用藥片，您可能會感到口腔有點刺痛 - 這是正常現象。

始終隨身攜帶硝酸甘油噴霧劑或藥片。定期檢查到期日期，並在必要時進行更換。

還有其他藥物可以幫助控制心絞痛。與您的醫生或藥劑師聯繫，以瞭解更多資訊。

心絞痛應對計劃

01



- ▶ 如果您有心絞痛症狀，請停止正在做的事情並立即休息
- ▶ 把您的感受告訴附近的人。
- ▶ 吸一口硝酸甘油噴霧劑或在舌下含一粒硝酸甘油藥片

02



- ▶ 如果5分鐘後症狀沒有得到緩解，請再吸一口硝酸甘油噴霧劑，或在舌下再含一粒硝酸甘油藥片

03

- ▶ 如果再過5分鐘後症狀仍然沒有得到緩解，就要把這種情況視為心肌梗塞 - 撥打111並要求救護車
- ▶ 如果急救人員建議，請咀嚼一片阿司匹林

如果症狀消失，您可以緩慢地恢復活動

重要提示-如果您的心絞痛出現的更頻繁、更劇烈、持續時間更長或在您很少活動或休息時發生，請在接下來的24小時內去看醫生