



心絞痛（胸痛）

Angina (Chest pain)

心絞痛是胸部的疼痛或不適，是冠狀動脈心臟病（簡稱冠心病）的徵兆。當通向心臟的血管堵塞或者變狹窄時，便會出現這種情況，原因是心臟得到的血流與氧氣都會因而減少。心絞痛不是心臟病發作，而是面臨心臟病發作危險的預警信號。

心絞痛常常被形容為好像被擠壓或壓迫的一種不適感，也有人把心絞痛描述為一種燒灼、似消化不良的疼痛。通常肩膀、手臂、頸部、下顎或背部會感覺不適。不適感一般持續不超過 10 分鐘，休息或服用硝酸甘油（nitroglycerin）都有幫助。

心絞痛的種類：Types of angina

- **穩定型心絞痛**——有可預估的規律。因運動、發力、承受壓力或大飲大食而使心臟用血量增加時，便會出現。
- **不穩定型心絞痛**——不可預料，會在休息期間發生。非穩定型心絞痛發生的頻度更高，持續的時間更長，應當作急症處理。
- **變異型心絞痛**——通常會在休息期間發生，常常在夜間出現。
- **微血管型心絞痛**——造成胸痛，但動脈並無堵塞，而是由於心臟的細小血管運作不正常而造成。
- **非典型型心絞痛**——異常的症狀，比如隱隱約約的不適感。女性更可能有非典型症狀。

居家護理：Care at home

- 每當感到有心絞痛帶來的不適時：1、立刻停止所做的事情。2、坐下或躺下。3、如果有硝酸甘油（Nitro），馬上使用——每隔五分鐘噴吸一次，可重覆使用三次。如仍不見好轉，撥打 9-1-1 求救。
- 改變生活方式，例如要減肥、運動時要注意安全及飲食要健康。
- 每餐少吃一點。飽餐會帶來不適。
- 停止吸煙。
- 適當治療高血壓、糖尿病及高膽固醇。
- 限量飲酒。
- 舒緩壓力。



心絞痛（胸痛）

Angina (Chest pain)



可處方某些藥品： Certain medications may be prescribed

- 硝酸鹽類的藥物如硝酸甘油（nitroglycerin）。硝酸甘油噴霧劑是一種急救藥品，可用來治療疼痛。
- 血液稀釋劑或抗血小板藥物可防止血液凝結與血管堵塞。
- β 阻斷劑及鈣通道阻斷劑可能減少心絞痛的出現。



立即尋求醫療救助：撥打 9-1-1 求救 Get immediate medical attention: Call 9-1-1

- 如果疼痛持續時間超過幾分鐘。
- 如果胸痛胸悶在休息或使用硝酸甘油（每隔 5 分鐘一次、噴吸 3 次之後，除非醫生另有醫囑）之後仍無幫助。
- 冒汗。
- 呼吸短速（喘不過氣）。
- 噁心（想吐）或嘔吐。
- 心跳過快、過慢或不規則。
- 頭昏或暈眩。
- 壓榨痛或重物壓胸般的痛。



附加指示： Additional Instructions

Reference:
Heart & Stroke Foundation Canada, Angina, 2006
Providence Health Care, Chest Pain Pathway, patient information, 2005
National Heart, Lung and Blood Institute, Angina, 2006