

冠心病的 預防重於治療

文／陳郁志 花蓮慈濟醫院心臟內科主任

為了保護心臟、預防心血管疾病，民間總是免不了有一些未經求證或不實的方法，教導民眾和病友正確的護心知識，也是我們救心團隊工作中不可或缺的一環。

耐絞寧錠是強力血管擴張劑 只能暫緩心絞痛症狀

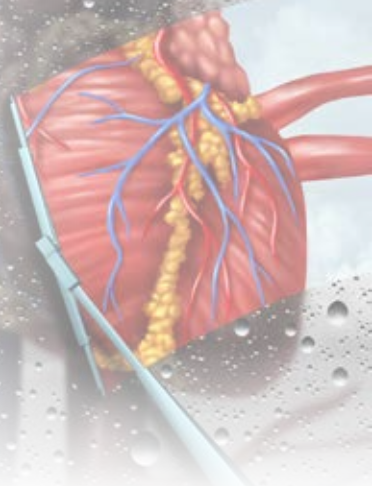
寶島低音歌王郭金發不幸猝逝後，網路瘋傳「心肌梗塞救星『耐絞寧』」文章，呼籲人手一瓶，救人救己，因為出事時，有醫師在現場也無能為力，必須有藥在身。但其實心肌梗塞用藥「耐絞寧錠（硝化甘油，Nitroglycerin，NTG）」並非人人可用，用錯藥可能導致病情更加嚴重而產生致命危機。

在診間，我也常遇到高血壓病友詢問，「預防突發性心肌梗塞藥品『耐絞寧』，到底該不該自行買來備著？」，甚至遇過病人因為低血壓覺得頭昏，卻誤以為是心絞痛發作含耐絞寧錠；還有病人呼吸喘、心悸也使用耐絞寧錠，這些錯誤觀念和做法，都有可能延誤救命時機，弄巧成拙。

急性心肌梗塞有九成是冠狀動脈斑塊破裂形成血栓引起，一成是血管嚴重

痙攣所造成。當發生急性心肌梗塞，若原因是痙攣血管收縮時，使用耐絞寧錠可擴張供應心臟血液的冠狀動脈，使心臟所需的血流重新恢復供應，達到症狀緩解的目的。但如果心肌梗塞的原因是斑塊破裂形成血栓嚴重阻塞，病人即使這時口中含入一片耐絞寧錠，阻塞的血管大部分不會通，無法改善症狀，可能會讓血壓急速下降，造成血壓低和心跳快。服用後可能造成頭暈、跌倒、休克等意外，增加危險。

其實耐絞寧錠是種強力血管擴張劑，只是救急一般血管痙攣，或暫時緩解心絞痛症狀。嚴重的急性心肌梗塞發作，可能會致命，耐絞寧錠也無能為力。耐絞寧錠不像是感冒藥，也不應是家庭常備藥，更不是胸悶就能含入口中，而是屬於醫師處方用藥。耐絞寧不可和一些血管擴張藥物一起使用，例如：威而鋼。有嚴重主動瓣膜狹窄和阻塞性肥厚心肌病變的病人，更不宜服用。若民眾有胸悶、胸痛等症狀且持續沒有緩解，應趕快就醫治療。有心臟病症狀更不宜於含藥後開車或跑步。耐絞寧是處方藥，必須經醫師評估身體狀況及指示後了解禁忌才服用，切勿自行亂服用。不能把急救藥物當成保命符，更不宜當禮物贈送。





血壓忽高忽低更危險 應先確認自己罹患冠心病的機率

不想被心臟病擊倒甚至喪命，關鍵還是先確認自己罹患冠心病的機率有多高。面對門診的高血壓患者，最讓醫師頭痛的就是自行更改藥物劑量，或者有病人自己當起了醫生，將每日服用一次，改成兩天一次。等隔天或接連幾天量血壓正常或稍高，沒有什麼不舒服，乾脆把藥停了。

相較於高血壓，忽高忽低、不穩定的血壓更危險。許多病人擅自停藥後幾天血壓正常，是因為藥物維持血壓效力還在，等到藥物濃度完全消失，血壓會再度上升，回到沒控制的高血壓狀況，將來發生合併症的機會同樣高。況且，有些藥若驟然停用，可能會使血壓反彈、心跳加快更危險。

「病人最重要的是積極控制血壓、血脂肪和預防糖尿病，即可遠離中風和冠心病！」根據國外研究顯示，慢性高血壓只要下降二毫米汞柱 (mmHg)，就可

以大幅降低百分之六中風死亡率及百分之四心血管死亡率。然而血壓並非不會變化，但若起伏過大時，有時是緊張、服藥或內分泌疾病等情形所導致，若仍發現情況未好轉，則應盡快就醫檢查，不宜自行亂服藥，才能避免危害健康。

因此，建議有心絞痛症狀，高心血管疾病風險，或年過四十歲的人，利用健康檢查，得知自己的身體質量指數 (BMI)、膽固醇、血糖、血壓、心電圖是否異常，了解自己的心臟病風險，必要時可做「心血管健檢」，利用運動心電圖檢查單獨或配合負荷性心臟超音波，以及血管硬化相關指標，必要時加上核子醫學掃描或 2 5 6 切冠狀動脈電腦斷層等檢查，來確認冠狀動脈有沒有阻塞。

一旦確認患有冠心病，治療重點在於戒菸，用飲食、運動、減重、藥物等方式，控制血脂、血壓、血糖，必要時經醫師處方隨身帶耐絞寧錠緩解心絞痛，才是根本。

