

無形殺手～ 心房顫動

◎林口長庚心臟血管內科主治醫師 張尚宏



現職

林口長庚心臟科教授

專長

高血壓、狹心症、心律不整



掃描 QR code
可觀看影片

● 什麼是心房顫動？

心房顫動是臨床最常見之心律不整。特徵是不規則的心跳。正常情況下，心臟會規律的收縮。心房顫動患者，心臟會不規則地跳動，進而降低血液輸送的效率。

● 心房顫動有多常見？

心房顫動的發生率會隨年齡逐漸增高，以台灣老年人口比例逐漸提高的情況來看，估計至 2030 年時發率將達總人口的 4%。

● 心房顫動為什麼需要注意與治療？

心房顫動會造成三大不良的影響：
一、心跳太快及不規律，造成心悸，若長期心跳過速，甚至會引發心肌病變及心衰竭。

- 二、喪失有效的心房收縮、心臟輸出血量減少、降低心臟功能。
- 三、心房容易形成血栓，可能會引起全身性的栓塞，如中風等。

● 心房顫動最重要的併發症是中風

心房顫動可導致血液凝塊、中風、心衰竭和其他與心臟相關的併發症。未經治療的心房顫動，會使心臟相關死亡風險加倍，中風的風險更增加 5 倍，但只有 3 分之 1 的心房顫動患者認為心房顫動是一種嚴重疾病，超過半數的患者並不知道，他們中風或死亡的風險會增加。

● 心房顫動的症狀

若出現全身疲勞、快速不規則的心跳、頭暈、呼吸急促和焦慮、無力、暈眩或混亂、運動時易喘、盜汗，則可能有心房顫動的問題。

● 心房顫動如何診斷？

若是持續性的心房顫動，普通的心電圖即可確診。這項檢查只需幾分鐘，無需禁食或其它特殊準備。

● 心房顫動的治療方式

目前治療心房顫動的方式有：

- 一、改善生活型態
 1. 勿抽菸：香菸含有許多有害成分，損傷心臟和血管。
 2. 減少咖啡因：咖啡因會誘發心律不整。

3. 增加運動：運動能降低心血管疾病的發生。
4. 避免過勞：沒有適度的休息，會使交感神經長期興奮，增加心律不整風險。
5. 提防冷天氣：冬天血管突然收縮，血壓升高，也容易引起心律不整。
6. 留意情緒變化：興奮、緊張、壓力、情緒變化也會導致心律不規則。

二、藥物

服用藥物可以幫助心臟恢復正常的節奏（節律控制）、降低過高的心率（心率控制）、預防中風（預防血栓栓塞）、管理中風的危險因素、預防心衰竭。

三、中風預防：抗凝血治療

新型口服抗凝血藥物可以降低血液凝集功能。但必須注意的是，所有的抗凝血藥物，不論是種類，都仍然存在一定的出血風險。平日要留意出血跡象，例如解黑便、關節腫大。在看牙科或作侵入性檢查時，務必告知醫師正在服用抗凝血藥物。

四、藥物效果不佳時

若用藥後一段時間仍有症狀，可考慮電燒治療，減少心律不整的相關症狀。

最後，再次提醒大家，治療心房顫動的重點：(1) 知道症狀；(2) 得到正確的治療；(3) 減少中風和心衰竭的風險。民眾若有相關症狀請至心臟內科門診諮詢。☎