

認識心絞痛及藥物治療

◎林口長庚藥劑部藥師 羅紫勻



心臟日以繼夜地搏動，將攜帶氧氣的血液供應至身體各個角落，而冠狀動脈則是負責供給含氧血液給心臟的血管。當膽固醇沉積在冠狀動脈內壁形成斑塊，會導致動脈增厚，發展為動脈粥狀硬化。若斑塊破裂，引起發炎反應，吸引血小板聚集形成血栓，則將導致血管變得狹窄或阻塞。當心臟需氧量提高或是血管收縮時，若供應心臟氧氣的血流部分受阻，心肌會因缺氧而表現出心絞痛症狀，若血管已被完全阻塞，便會引發心肌梗塞。

心絞痛多半發生在搬重物、激烈運動、氣溫變化大、情緒劇烈起伏等情況。運動時，心臟需增加收縮力讓肌肉組織能夠獲得更多的血液供應，心臟需氧量會隨之提高，又如接觸冷空氣刺激時血管會突然收縮，此時若血管狹窄或阻塞，便可能誘發心絞痛。

心絞痛的典型症狀包含如同被重物壓迫的胸悶、胸痛，疼痛感可能蔓延至手臂、背部、頸部及下顎，伴隨著噁心、喘不過氣、頭暈或冒冷汗。持續約 3～5 分鐘，經過休息或是給予急救藥便能逐步緩解；若血管阻塞更加嚴重，心絞痛可能發生於休息狀態或是輕微活動時，持續時間較長，即使休息或給藥都難以緩解，必須盡快就醫。

風險因子分為不可控制及可控制因子，不可控制因子包含性別、年齡及家族病史。男性發生風險大於女性，主因女性的雌激素具有心血管保護作用，但停經後女性風險快速上升，甚至可能高於同年齡男性；隨年紀增長，血管老化造成血管彈性降低、動脈硬化累積，大於 45 歲男性及大於 55 歲女性的發生風險增加，尤其有家族病史者更須留意。

可控制因子包含：高血壓、

高血脂、高血糖、肥胖、抽菸、壓力。長期高血壓會因血流壓力過大，損傷血管內皮、降低彈性，並加速動脈硬化；高血脂（尤其是低密度脂蛋白膽固醇過高）與肥胖會促使膽固醇沉積，形成動脈粥樣硬化斑塊；高血糖易導致發炎反應，傷害血管內壁，加速血管硬化；而香菸內的有害物質，如尼古丁、一氧化碳等，破壞血管內壁，加速動脈硬化；當壓力過大時，身體產生壓力賀爾蒙，使心跳加快、血壓上升，增加心臟的負荷，長期易導致身體慢性發炎，產生血塊造成血管狹窄或阻塞。

心絞痛的治療目的是預防心肌梗塞及死亡，以及改善生活品質。首先從管理「可控制因子」下手：飲食選擇清淡的烹調方式，如清蒸、水煮等，少吃高油、高鹽、高糖食物，選擇富含不飽和脂肪酸的植物油以及均衡攝取營養，可以有效控制及預防三高疾病。其次要搭配規律的運動，若原本無運動習慣，建議開始前先諮詢醫師，適合的運動強度，循序漸進培養運動習慣。

香菸中的有害物質除了危及

自身的健康，殘留在環境中的二手菸、三手菸更在無形之中危害家人及朋友的健康，長庚各院區皆有戒菸門診提供資源，可多加利用。酷熱或酷寒的環境都容易誘發心絞痛，心血管疾病患者需留意氣溫遽變，寒流來襲時應加強保暖；最後，應定期回診追蹤及按時服藥，若對藥品產生疑慮時，切記不可自行停用，務必回診與醫師討論或向藥師諮詢。

硝化甘油是廣為人知的心臟病急救藥，其作用為擴張冠狀動脈以改善心臟血氧供給，同時擴張周邊血管以降低心臟負荷及需氧量，但因其擴張血管作用，可能出現低血壓、暈眩、臉潮紅等現象，須注意不可與其他擴張血管的藥品，例如治療勃起功能障礙藥品併用。心絞痛發作時請先坐下休息，如此可避免服用硝化甘油後發生低血壓及暈眩導致跌倒，服藥時先取出一錠「含在舌下」，切記不可直接吞服否則影響藥效，觀察5分鐘後，若情況未緩解或持續惡化，再含服一錠並盡速就醫，就醫途中每隔5分鐘含服一錠，單次發作最多含服3錠，並於就醫時主動告知醫

師已服用硝化甘油。急救藥必須隨身攜帶，才能在緊急時刻救自己一命，但須注意硝化甘油亦受光、熱及潮溼影響，須保存於原藥罐中，勿自行分裝藥品，緊蓋瓶蓋以防藥品受潮，攜帶時置於隨身包包，勿放於貼近身體的口袋，因為藥品長期接觸體溫易使其變質。正確保存及服用藥品的觀念才能在危急時刻帶來最有效的救援。

其他使用於心絞痛的藥品主要作用為降低心臟需氧量及擴張血管，如乙型受體阻斷劑、鈣離子通道阻斷劑、硝酸鹽類、鉀離子通道開啟劑，因其血管擴張作用，可能產生低血壓及暈眩，當姿勢轉變時需放慢動作以防跌倒。乙型受體阻斷劑可能遮蔽低血糖症狀，如心悸、手抖等，也可能降低胰島素分泌使血糖上升，服用此類藥物的糖尿病患者應留意並監測血糖值；鈣離子通道阻斷劑須注意不可與葡萄柚（汁）併服；服用硝酸鹽類、鉀離子通道開啟劑須注意不可與其他亦有血管擴張作用的藥品，如治療勃起功能障礙藥品併用。心絞痛患者也可能服用抗血小板藥物

來預防心肌梗塞，必須特別留意身體是否有出血跡象，如流血不止、黑便、血尿、不明原因的瘀青，若發現不正常出血，請立即停藥並盡速就醫，若需執行拔牙或其他手術及侵入性治療，請務必洽詢原開方醫師，請醫師評估是否需要事先停藥。

在此須提醒民眾，若察覺自身有疑似心絞痛症狀，切忌自行購買藥品服用，應安排就醫，由醫師診斷，以免錯失治療時機，導致疾病惡化。而藥品選擇更是門大學問，醫師經綜合評估效果、安全性、病人身體狀況、是否服用其他藥品等個人化差異，處方合適的藥品，再加上病人自我健康管理及按時服藥，相互配合之下必能達到最大效益。🏥

