

卫教编号：CV-415

2009.05.30 订定

2022.11.18 (4审)

2023.06.15 (8修)

# 心肌梗塞



## 一、前言

根据卫生福利部公布之十大死因，心脏疾病为民国108年的第二号杀手，平均每24分钟就有一位国人死于心脏疾病，冠状动脉心脏病常见于中老年人。现代人因缺乏运动及饮食西化，以高胆固醇之肉类代替多纤维的蔬果及生活型态改变导致心肌梗塞病人与日俱增；因此，心肌梗塞的预防治疗与照护成为目前重要的一环。



全人智慧 医疗典范  
爱心 质量 创新 当责

经心脏内科医师专家检视  
台中荣民总医院护理部编印

## 二、心肌梗塞的介绍及原因

心脏血流及营养的来源主要为心脏外面之冠状动脉供应，主要有三条，右侧为右冠状动脉，左侧主干会分出两条分别为左前降支、左回旋支，若冠状动脉出现阻塞便会导致心脏血液供应不足，引发心肌坏死，严重致命。九成引起阻塞的原因为冠状动脉血管粥样硬化(图一)，其他则为冠状动脉血管栓塞、痉挛、手术外伤、肠胃出血、严重脱水，造成暂时性冠状动脉血流不足等。

1. 正常的动脉剖面图。

2. 当脂肪形成堆积物或斑块开始堆积在血管中，便会开始减少血液流量。

3. 虽然血管已经开始阻塞，但仍有血液供应心脏，故有时不会出现症状。

4. 当血流继续减少就可能出现心绞痛症状，一旦完全阻塞，急性心肌梗塞就会发作。



正常血管



逐渐堆积



若冠状动脉发生粥样硬化导致血管狭窄或阻塞，让心脏肌肉因缺血坏死，即称「冠状动脉心脏病」，简称「冠心病」。

图一、冠状动脉血管粥样硬化

卫生福利部(2020). 认识冠心病。

<https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=632&pid=1188>

### 三、哪些人易得心肌梗塞

- 三高族群：高血压、糖尿病、高血脂者。
- 不良的生活习惯：缺乏运动、吸烟者。
- 情绪压力：如工作压力、争强好胜心强的人格特质。
- 其他：家族史，如直系血亲被诊断冠心病等。

### 四、常见的症状

---



#### 胸痛

胸腹部有重物压迫感，范围可能延伸到下巴、左肩及左前臂，时间持续超过20-30分，没有运动也会发生，休息时也无法减轻。



#### 休克症状

血压下降(收缩压小于80-90mmHg)、皮肤湿冷苍白、大量出冷汗



#### 呼吸困难或恶心、呕吐



## 心悸感或心律不整

心室频脉或是心室颤动，例如心跳每分钟大于140次，有生命危险，需立即就医。

## 五、心肌梗塞的治疗

### 心导管检视血管状况并治疗

- 冠状动脉气球扩张术
- 支架置放术

(详见 QR-CORD: CV-006 冠状动脉气球扩张/支架置放术前后注意事项)



---

### 心导管检查后发现血管为复杂病灶

- (左主干病灶或多条血管阻塞)
- 冠状动脉绕道手术  
(心脏外科医师执刀)

(详见 QR-CORD: CVS-007 冠状动脉绕道手术病人健康指导手册)



---

### 接受药物长期治疗

- 药物选择如下

## 六、常见药物治疗

### (一)血栓溶解剂(r-tPA)


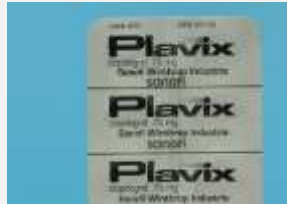
心肌梗塞发生的十二小时内，若病人无法接受或拒绝心导管手术，可使用血栓溶解剂以改善心肌血流。因其药物特性最常见的副作用为出血，故如有明显头部外伤、脑出血病史、脑内肿瘤、活动性出血、主动脉剥离等不建议使用，医师会于给药前进行评估。



### (二) 抗凝血剂类药物

肝素-采静脉持续输注方式给予，每 4-6 小时抽血检验凝血功能，以避免药物浓度过量。常见副作用为出血、血小板低下、与肝功能异常的现象。


### (三) 抗血小板类药物

常见口服抗血小板药物如下：

	<p><b>阿司匹林(Aspirin)</b> 预防冠心病、中风的形成。常见副作用包含肠胃不适、肠胃道出血、活动性溃疡。</p>
	<p><b>保栓通膜衣錠(Clopidogrel)</b> 可抑制血小板的凝集，进而抑制动脉血栓的生成。常见副作用为出血、瘀斑，病人无法耐受阿司匹林之副作用时得以使用。</p>

	<p><b>百无凝膜衣錠(Ticagrelor)</b> 抗血小板制剂，主要用于急性冠心症之病人，常见副作用为呼吸困难及出血。</p>
	<p><b>抑凝安膜衣錠(Eficent )</b> 为近年来新型的抗血小板用药，主要运用急性冠心症病人，应避免与制酸剂同时服用，也不建议于空腹使用(但起始剂量时除外)，常见副作用为出血及皮疹。</p>

#### (四) 血管扩张剂-硝酸甘油舌下錠(Nitroglycerin)

	<p><b>耐绞宁錠(Nitrostat)</b> 使血管扩张，增加冠状动脉血流，减少心肌受损。副作用会引起血压降低及头晕，故不宜站着服用。使用方式舌下含服，不能喝水，1-2分钟即有效果，若胸痛未减轻，每3~5分钟可含一颗，若含2-3颗仍无效时，需立即就医接受治疗。</p>
--	---

#### (五) 史他汀类 (Statins)

高胆固醇已知是急性冠心症的危险因子之一，而史他汀类的药物降低肝脏内胆固醇的制造，有效降低血液中低密度胆固醇之浓度，减少心血管疾病复发之机率，少数病人可能发生肝功能上升与横纹肌溶解症等副作用，可经由定期抽血监测，若有下列症状如皮肤变黄、茶色尿，肌肉酸痛、肿胀等情形，请告知您的医师。



## 七、心肌梗塞病人的预防及居家照护



### ● 按时服药，控制血压

血压参考值 (mmHg)	收缩压	舒张压
正常血压	<120	<80
高血压	$\geq 130$	$\geq 80$



### ● 饮食控制

- 多利用蒸、炖、烤、凉拌的方法，减少煎、炒、油炸的烹调，避免钠量高的调味品，例如盐、酱油、味精、西红柿酱，各类的罐头及加工食品。
- 避免食用胆固醇含量高的食物，采用不饱和脂肪酸的植物油(例如：橄榄油、芥花油)。
- 避免咖啡、浓茶、酒等刺激性食物。

### ● 规律生活，适度运动，情绪平稳



发病最初24至48小时，要绝对卧床休息。康复过程可慢慢恢复或开始各种运动，例如：散步、快走、慢跑、高尔夫或游泳等。运动量及种类建议听取心脏科及复健科医师之专业建议。



### ● 工作

80%-90%心肌梗塞病人可在二周至一个月后回去工作。多数可从事原来的工作，但需视心肌受损程度及工作繁重度决定，避免心脏过度负荷。



### ● 戒烟

研究指出每天吸1支烟，罹患冠状动脉心脏病的机率比不吸烟的人增加约50%，长期吸烟易导致心肌梗塞，在第一次心肌梗塞后，如果持续吸烟，再次梗塞的机会为已戒烟者的2.9倍。



### ● 提高警觉

心肌梗塞是常见之心脏急症，有所谓救命之黄金时间(120分钟)。如遇有剧烈胸痛，不能心存观望，要立刻送医院急诊室。



## 八、结论

现代人因缺乏运动及饮食西化，或以高胆固醇之肉类代替多纤维的蔬果及生活型态改变导致心肌梗塞病人与日俱增，如有相关问题，宜迅速就医。平时应按时服药，切勿自行停药、减量及乱服成药，并配合定期回诊调整药物及追踪检查、适当运动、少油、少盐饮食。

## 九、参考数据

- 台中荣民总医院 (2020, 8月18日) · 药品手册查询系统。  
<http://www3.vghtc.gov.tw:8080/pharmacyHandbook/handbook.html#/search>
- 卫生福利部 (2019, 9月19日) · 吸烟伤心，戒烟救心。  
<https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=1405&pid=8735>
- 卫生福利部 (2020, 6月15日) · 108年度死因统计。  
<https://dep.mohw.gov.tw/DOS/lp-4927-113.html>
- 卫生福利部 (2022, 8月29日) · 认识冠心病。  
<https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=632&pid=1188>

让我们来进行测验，以确认您已充分了解

1. 糖尿病是心肌梗塞的风险因子之一。

是 否 不知道

2. 心肌梗塞常见的症状有胸痛、呼吸困难或恶心。

是 否 不知道

3. 服用耐绞宁锭可以站着服用。

是 否 不知道

4. 心肌梗塞的治疗可以用心导管检视血管的状况。

是 否 不知道

5. 心肌梗塞不可以抽烟、喝酒。

是 否 不知道