

心絞痛護理指導

一、定義:因心肌血流供應不足致心肌缺氧所造成。

二、常見症狀:

- (1)、胸骨後方或心前區有壓迫感、緊縮感；胸痛延伸至左肩、手臂；疼痛可能反射至右肩、頸部、下巴、上腹部或後背。
- (2)、發作時間可能從數分鐘至 15 分鐘不等，發作時在胸部中心會有像重物壓迫及呼吸困難的感覺，症狀可因休息或藥物而減輕。

三、發作時如何處理？

- (1)、立即停止所有活動，坐下或休息，並保持冷靜。
- (2)、疼痛時立即服用硝酸甘油舌下含片(NTG)。可每隔 5 分鐘使用一次，最多三次，若症狀持續或加劇，甚至愈來愈強烈時，須盡快至急診就醫。

四、硝酸甘油(NTG)藥物使用注意事項:

- (1)、硝酸甘油(NTG):將瓶蓋蓋緊並置於乾燥涼爽處，外出時應隨身攜帶以應付緊急所需；注意有效期限，確保療效。
- (2)、在與醫師討論前，切勿自行停藥。
- (3)、如有頭暈情形應避免駕車，以確保安全。

五、日常保健:

- (1)、控制體重避免肥胖，戒煙、少喝酒。
- (2)、應遵循醫囑，控制血壓、血脂、血糖及膽固醇。
- (3)、適度的運動、但應避免劇烈運動或從事推舉重物等費力的工作。
- (4)、保持心情愉悅、避免無謂的壓力與動怒避免過勞適度休息。