

認識冠狀動脈疾病

症狀：

胸悶痛(胸骨下或心前區)可能蔓延到下巴、肩部、背部等，也可能有發麻感、冒冷汗、呼吸困難、胸悶、臉色蒼白。



立即處理方法：

胸痛時，每隔5分鐘舌下含1錠硝酸甘油片(須坐下)，如果連續含3錠症狀仍未改善請立即就醫。

日常生活注意事項：



1. 飲食控制：採低油、低膽固醇、低鹽飲食，建議戒菸，避免喝酒、含咖啡因等刺激性飲料，多攝取蔬菜水果，避免便秘。
2. 避免過度緊張、不熬夜、避免溫度相差太多的環境(洗三溫暖)。
3. 維持理想體重避免肥胖，規則有氧運動，建議每週3~5次，每次30分鐘，如游泳、散步、慢跑等。
4. 性生活時不宜在飲食後或沐浴前後1小時，性交時若有胸痛可立刻含1錠硝酸甘油類藥錠(救心)，並將情形告知醫師。
5. 應隨時攜帶硝酸甘油類藥錠(救心)；規則服用藥物並按時回門診追蹤。

硝酸甘油片服用時的注意事項：

1. 應隨時攜帶藥片，室溫保存，應避光並保持乾燥，有效期限為開封後六個月，未使用的藥錠應丟棄。
2. 舌下含藥後，若有輕微舌下燒灼、辣痛感、頭痛是正常反應。
3. 舌下含藥不宜站著服用，因副作用可能引起血壓降低、頭暈。
4. 服用含硝酸甘油類藥物(如：Isosorbide、NTG等)時禁止合併威而剛類抗陽萎藥物，請洽詢您的心臟科或泌尿科醫師。

參考資料來源：成大總院 9B
製作單位：8W
製作日期：111.04
修訂日期：113.08
DL-08-1-003

