心臟病

Lifeline 生命連線帶給您安心與獨立的生活

- 讓您在熟悉的家中安居。
- 友善與迅速的服務一觸可及，一天24小時，全年無休。
- 使您與您的家人過著安心的生活。

什麼是心臟病？

當心臟功能衰退，無法運送足夠的血液提供人體所需時，就會發生心臟病，這將造成全身血液的倒流。造成心臟病發的眾多原因中，最常見的就是冠狀動脈病變、心肌或心臟瓣膜的損壞、高血壓以及病毒感染。

心臟病患者常會感覺：

- 即使是進行微量的運動也會造成呼吸急促
- 躺下時呼吸困難
- 足部、膝部或腹部水腫而造成體重上升
- 經常性的疲勞與虛弱

心臟病的治療方式為何？

改變生活習慣以及藥物療程可以減輕徵狀並預防心臟功能進一步的喪失。

常見的治療方式

藥物治療：各種不同的病情需求都有適合的藥物，控制其他疾病(如糖尿病及高血壓)也會對心臟病有正面的幫助。

改變生活習慣：背面的清單可以幫助您改變生活習慣來控制病情。

預防心臟病發需要團隊努力

不論使用何種治療方式，與醫療團隊合作都是重要的一環，家人與朋友也能夠提供所需的協助、提醒以及支持。若發現任何病情惡化的警訊，請立即告知您的醫師。

PHILIPS

Lifeline 生命連線

該如何控制病情？

若您有發病過，下面的檢查表可以幫您控制病情。

藥物

我是否有定期看醫生？

❑是 ❑否

定期讓醫師了解您的病情、服用的藥物以及生活方式非常重要，安排定期就診並向醫師提出你的疑問。

是否有依照指示服藥？

❑是 ❑否

治療心臟病的藥物要正確服用才有效 - 正確的藥量、正確的時間、正確的方式。

是否有每天量體重？

❑是 ❑否

體重的上升可能是因為您體內的水分增加，每天定時測量體重，如果1天內增加超過1公斤，或1週內增加2.5公斤，請告知您的醫師。

我的免疫力是否夠強？

❑是 ❑否

感冒和肺炎等傳染病對心臟病患來說更為危險。別忘了接受疫苗注射並且避免跟具有傳染病的人接觸。

飲食

我是否有限制鹽分的攝取量？

❑是 ❑否

鹽分會增加體內水分含量並增加心臟的負擔，請洽詢您的醫師來了解如何減少飲食中的鹽分。

我是否有避免食用含有膽固醇及飽和脂肪的食物？

❑是 ❑否

膽固醇及飽和脂肪會引發冠狀動脈的疾病，也是造成心臟病發的主因。學習如何以健康方式烹調食物，以及學會閱讀食品包裝上的成份標示。

身心健康

我是否有抽菸？

❑是 ❑否

菸草會損傷血球細胞並增加心臟負擔，請向您的醫師詢問有關戒菸計畫的細節。

我是否有過量飲酒？

❑是 ❑否

酒精性飲料會減弱心臟功能並可能與各種藥物產生不良效果，若控制飲酒對您來說有困難，請向醫師求助。

我是否有適量、適當的運動？

❑是 ❑否

對大部分心臟病患而言，日常運動有助於讓心臟運作的更有效率，但要慎選適合您的運動計畫，並且先與您的醫生洽談。

我是否承受精神上的壓力？

❑是 ❑否

壓力與焦慮會增加心臟負擔，請尋找一個能讓您放鬆的方法，並且避開會造成您不安的環境。

注意：此處列出的要點無法用來取代醫師給您的指示。若發現任何病情惡化的警訊，請立即告知您的醫師。

請立即來電洽詢！

0809-088-999

或造訪我們的網站

www.lifeline.net.tw