



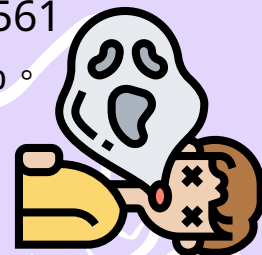
香港紅十字會
HONG KONG RED CROSS

冠心病

五星健康
五星家
社區健康
教育計劃

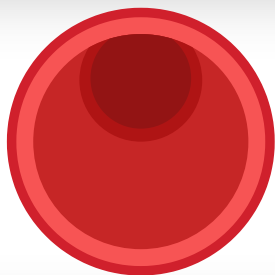


心臟病和腦血管病繼癌症及肺炎後成為本港第三號殺手疾病。據衛生署的資料顯示，在2020年，因心臟病而死亡的人數有6561人；在2015年，冠心病的死亡人數佔心臟病總死亡人數66.6%。可見，冠心病是心臟病中的主要類別。

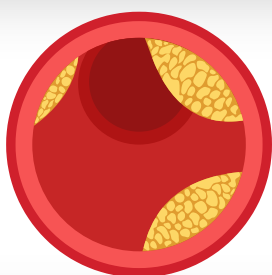


甚麼是冠心病？

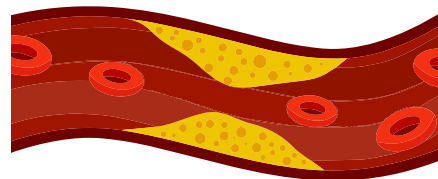
「冠心病」的全名為「冠狀動脈心臟病」。冠狀動脈是負責輸送氧氣及養份到心臟肌肉的血管，以維持心臟的運作。當這條血管因脂肪逐漸堆積而變窄或閉塞，導致動脈粥狀硬化，便會影響心臟的血流，心肌也可能因血流減少而受到損害而形成冠心病。



正常血管



脂肪會於血管逐漸堆積



血管開始變得狹窄，出現阻塞。心臟肌肉因缺血壞死形成冠心病。

冠心病的風險因素

不可控制的因素：

- 年齡
- 性別（男性>女性）
- 遺傳

生活方式

- 不健康的飲食習慣
- 缺乏運動
- 過重和肥胖
- 吸煙
- 精神壓力

患有慢性疾病

- 高血壓
- 糖尿病
- 高血脂

環境因素

- 空氣污染
- 噪音污染

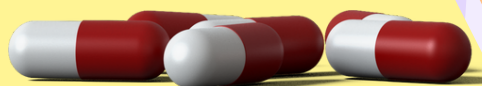
冠心病的常見徵狀

- 心絞痛（胸口翳悶或胸口有被壓迫的感覺，痛楚可擴展至手臂、頸部、下顎、肩膀和背部）
- 呼吸困難
- 臉色蒼白、盜汗或身體虛弱
- 噁心、嘔吐

*徵狀會在運動、飽食、情緒激動或天氣寒冷的時候容易誘發。

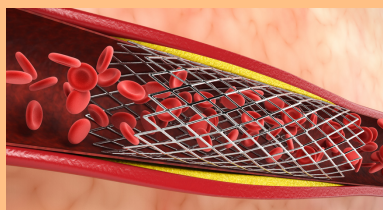
治療方法

除了健康的生活方式和治療潛在的慢性疾病外
還有……



藥物

- 降血壓藥
- 降膽固醇藥物
- 亞士匹靈和其他抗血小板藥物



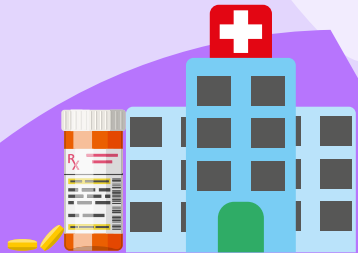
介入導管治療 (通波仔)

醫生會施行介入治療術以特製球囊擴張收窄的血管，需要時放入合適的支架，暢通嚴重收窄、阻塞的部位，增加心臟功能。



血管繞道手術 (搭橋手術)

是一項開胸的外科大手術。醫生利用從病人身體其他部份摘取的血管接駁做成橋樑，讓血流繞過阻塞部位，將血流由主動脈經橋樑帶到受損的心肌。



根據醫生指示按時服藥並
定期覆診進行檢查



均衡飲食



預防方法



避免吸煙



規律運動

(運動需因應個人身體狀況進行)



充足休息及保持愉快心情