

香港紅十字會 醫護服務部

五星健康五星家

地區伙伴健康快訊



心臟病(一)之冠心病

在香港，心臟病是第二號殺手，僅次於癌症。資料顯示，近二十年因心臟病而死的人數增加了約兩倍；而且更有年輕化的趨勢，所以我們絕不能輕視。今個月「五星家」的同事將會一起討論這個無形殺手。

「五星健康五星家」團隊之聊天室 ☆

服務幹事
阿森



09:40am ✓✓



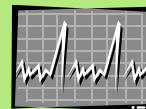
之前我哋討論過非傳染病嘅問題，知道咗呢種疾病嘅風險因素。好似我啲有血壓高嘅朋友，佢最擔心自己會冇心臟病，其實點先可以知道自己有無患上心臟病呢？

09:45am ✓✓

經理Eric



最好當然係定期去醫生度做一啲**心臟檢查**啦。呢類檢查都有好多種架。常見嘅包括：**靜態/運動心電圖、二十四小時心電圖、心臟超聲波掃描、心臟導管/冠狀動脈造影檢查**等等。



09:47am ✓✓

09:46am ✓✓

係呀，有呢類長期病患嘅病人，醫生一般都會按照佢地嘅身體情況，再安排適當嘅檢查嘅。

護士
何姑娘



服務幹事
阿森



但係聽講心臟病都分好多種架㗎。

09:49am ✓✓

經理Eric



09:50am ✓✓

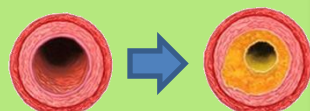


我知道心臟病的確分幾大類嘅。常見嘅包括：**冠心病、心律不正、心臟衰竭同心肌梗塞**。當中，**冠心病**係全世界嘅頭號殺手。

護士
何姑娘



冠心病全名係「**冠狀動脈心臟病**」，而**冠狀動脈**就係輸送血液到心臟肌肉嘅動脈。所以如果**脂肪**嘅血管入面堆積，令血管變得狹窄或者閉塞，就唔能夠供應足夠嘅血液到心臟，咁就造成**冠心病**喇！



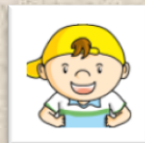
09:51am ✓✓

「五星健康五星家」團隊之聊天室 ★

服務幹事
阿森

09:52am ✓✓

咁血壓高同冠心病有咩關係呢？



護士
何姑娘

血壓高有機會令血管老化而失去彈性甚致硬化，使管腔變窄，大大增加患冠心病嘅風險架！



09:53am ✓✓



其實除咗血壓高，都仲有好多因素會引起冠心病嘅！例如：家族遺傳、高膽固醇、糖尿病、抽煙、肥胖、壓力大、年紀大等等



經理Eric



09:54am ✓✓

如果你朋友有以下呢啲病徵，記得請佢盡快去睇醫生喇！

- 胸口、頸部或下巴等身體上半部的位置，感到有壓力、疼痛、灼熱或緊迫感
- 胸口痛（超過三十分鐘或以上）
- 心跳快
- 氣促



因為只要心臟缺氧一分鐘，都已經可以造成永久性嘅損害架喇！

09:55am ✓✓

護士
何姑娘



服務幹事
阿森



09:56am ✓✓

好！我會記住架喇！謝謝！

經理Eric



由十月開始，「五星健康五星家」將會推出全新主題「非傳染病系列」！題目包括心臟病及腦中風。如果地區團體想同我地合作，舉辦健康講座、健康檢查或者借用以健康為題嘅展板同遊戲，就可以聯絡我地嘅健康教育主任何姑娘，電話係 3103 4067，電郵係 chep@redcross.org.hk，佢可以提供更多資料俾大家架！

09:59am ✓✓

參考資料：<http://www.ha.org.hk/haho/ho/hesd/101594c.htm>

好消息



香港紅十字會醫護服務部的Facebook專頁已正式運作。我們將通過不同的急救謬誤及生活冷知識，使急救及健康推廣變得更大眾化。當然，大家的支持亦是最重要的一步！請即登入 Facebook 專頁 www.facebook.com/HKRC.Health 俾個

Like

啦！

