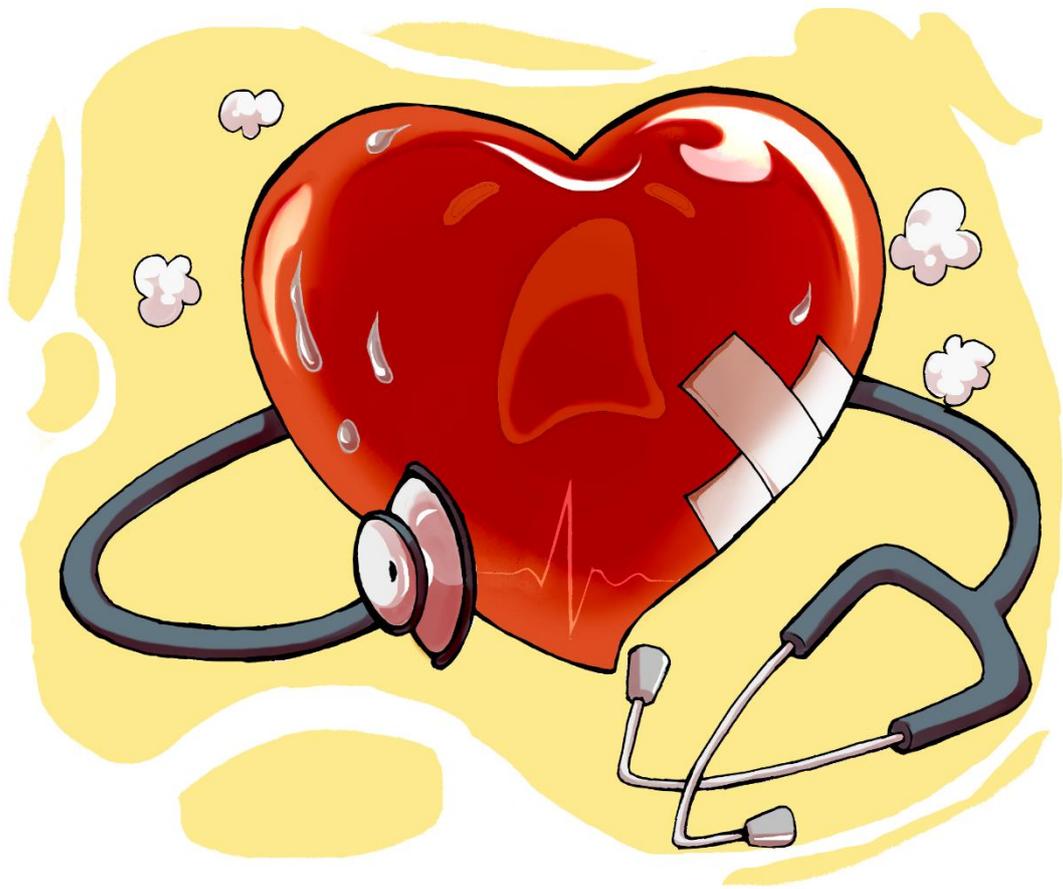


認識心臟衰竭



 長庚醫療財團法人 編印

本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

著作權人：長庚醫療財團法人

目 錄

壹、什麼是心臟衰竭	1
貳、分類	1
參、心臟衰竭有什麼症狀	2
肆、如何治療心臟衰竭	2
伍、日常照護	5
陸、小叮嚀	6
柒、建議看診科別	6
捌、諮詢服務電話	6

壹、什麼是心臟衰竭

心臟衰竭是指心臟無法打出足夠血液供應身體所需，分為心臟無法充滿足夠血液、或心臟幫浦沒有力量打出足夠血液供應身體所需，這兩種狀況有時同時存在。心臟衰竭並非心臟已停止工作，而是它的狀況嚴重到需醫療照顧。造成心臟衰竭的原因有：高血壓、瓣膜性心臟病、缺血性心臟病、心律不整、肺動脈高壓、貧血、心肌梗塞、慢性腎臟病、糖尿病等病患為高風險族群外，心臟功能老化的長者或有吸菸、酗酒習慣的人，都有較高機率罹患心臟衰竭。

貳、分類

紐約心臟協會標準委員會依據病人活動功能，將心臟衰竭嚴重程度分為四級：



第一級

身體活動不受限制，一般日常活動不會引起疲倦、心悸、呼吸困難或心絞痛。



第二級

身體活動輕度受限制，可以從事日常活動，如：爬樓梯或掃地；若作劇烈運動則會感覺呼吸困難、疲倦、心悸或心絞痛。



第三級

身體活動明顯受限制，休息時會緩解，但從事日常輕微活動(如：洗澡、穿衣服、爬樓梯或掃地)，即會引起疲倦、心悸、呼吸困難或心絞痛。



第四級

執行任何身體活動都會不舒服，甚至休息躺在床上或站著不動時，也會呼吸困難、疲倦、心悸或心絞痛。

參、心臟衰竭有什麼症狀

當心臟無力時，心臟每次打出送到身體各處的血液不足，會造成以下症狀。



累

- ◆ 反應遲緩
- ◆ 注意力不易集中
- ◆ 運動能力下降(爬樓梯或走路變得特別容易喘或疲累)
- ◆ 沒胃口或噁心



腫

- ◆ 雙腳及腹部水腫
- ◆ 體重增加
- ◆ 小便量減少



喘

- ◆ 呼吸困難(平躺時感覺吸不到氣，坐起才能緩解)
- ◆ 咳嗽(痰液可能有血絲)
- ◆ 氣喘
- ◆ 心跳快速或不規則

肆、如何治療心臟衰竭

一、氧氣治療：

當呼吸困難或血氧濃度低於 90%，可依醫師指示使用氧氣以減輕症狀。



二、藥物治療：



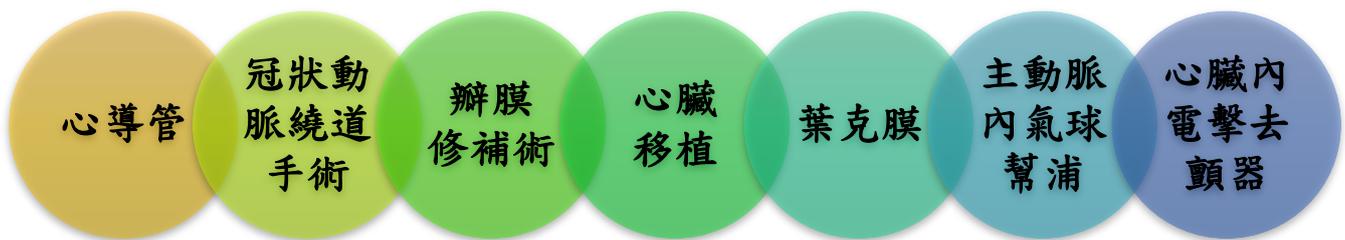
心臟衰竭用藥種類如下，醫師將依症狀及適應症開立藥物控制疾病，需遵照醫師指示服用，不可任意自行停藥或調整藥物劑量。

項次	類別	藥物	作用	副作用	注意事項
(一)	利尿劑	Furosemide Bumetanide Behyde Amiloride Moduretic Aldactone	排除身體多餘的水份，減少水份滯留在肺臟，降低心臟的負擔。	抽搐、心跳過速等電解質不平衡的徵兆。	每天定時測量體重及記錄尿量。

項次	類別	藥物	作用	副作用	注意事項
(二)	血管收縮轉化酶抑制劑	Captopril Enalapril	擴張周邊動靜脈血管，減少血管阻力，降低心臟負擔。	低血壓、頭暈或乾咳。	每天定時測量血壓，若收縮壓低於90mmHg時，不建議服用。
(三)	血管收縮素受體拮抗劑	Losartan Candesartan Valsartan Olmesartan	減少血管收縮，使動靜脈血管擴張，減少血管阻力，降低心臟負擔。	乾咳、暈眩、低血壓、高血鉀或腎功能異常。	每天定時測量血壓，若收縮壓低於90mmHg時，不建議服用。
(四)	乙型交感神經阻斷劑	Carvedilol Bisoprolol Propranolol Nebivolol	使心跳減慢，減低不正常心率發生的危險性，避免心肌細胞死亡，降低心臟負擔，讓心臟做功較省力。	疲倦、頭暈、無力、低血壓或心跳變慢。	每天定時測量及記錄心跳和血壓值。
(五)	第二型葡萄糖轉運蛋白抑制劑	Dapagliflozin Empagliflozin	促進血管舒張，改善心肌代謝，進而提高心臟效率、減少心臟纖維化並減少脂肪產生。	尿道感染。	增加水分攝取並加強個人清潔衛生。
(六)	血管張力素受體-腦啡肽抑制劑	Entresto	減少血管收縮、減少水分滯留、避免心肌肥大。	嘔吐、四肢無力、心跳不規則、低血壓、高血鉀或血管性水腫。	若有不適請立即回診。
(七)	醛固酮拮抗劑	Spirolactone	保鉀型的利尿劑、阻斷醛固酮對心	嗜睡、頭痛、胃腸不適、蕁麻疹、高血鉀	未經醫師指示避免自行使用代鹽(包

項次	類別	藥物	作用	副作用	注意事項
			臟不良影響，減少心臟纖維化，達到保護心臟作用。	或乳房觸壓痛感。	括低鈉鹽及薄鹽醬油)、鉀質補充劑及食用高鉀質食物。
(八)	毛地黃	Digoxin	增加心臟肌肉收縮強度，使心跳減慢讓心臟更有力，改善心臟功能。	心跳偏慢、噁心、嘔吐或視力模糊。	服藥前需先測量橈動脈跳動次數1分鐘(位於手腕內拇指側)，心跳少於每分鐘60次，應立即停止服藥並就醫。
(九)	硝酸鹽類	Nitroglycerin (NTG；俗稱：救心)	擴張靜脈血管，減少心臟負擔。	頭痛、姿態性低血壓、頭暈、頭昏眼花、心跳過速或臉潮紅。	舌下含錠使用時須躺著或坐著以預防跌倒；且應避免與威而鋼(Viagra)或同類藥物併用，因會產生交互作用。每天測量血壓，若收縮壓低於90mmHg時，不建議服用。
(十)	動脈血管擴張劑	Hydralazine	擴張動脈血管，減少心臟負擔。	心跳過速、心悸、面潮紅、鼻充血或胃腸不適。	每天定時測量血壓值。
(十一)	If 電流抑制劑	Ivabradine	降低心跳。	心跳偏慢。	每天測量心跳，低於50次/分鐘時請勿服用藥物，並就醫。

三、必要時採侵入性治療



伍、日常照護

緊急求救症狀

急診就醫

- ◆ 呼吸急促費力。
- ◆ 張口呼吸不好睡。
- ◆ 心跳快速且不規律。
- ◆ 粉紅色痰液。
- ◆ 暈眩或四肢冰冷



撥打 119

- ◆ 胸部不適或疼痛。
- ◆ 舌下含硝化甘油 3 顆(每 3~5 分鐘/顆)仍未緩解。
- ◆ 嚴重呼吸急促。
- ◆ 暈厥或昏倒。

體重控制

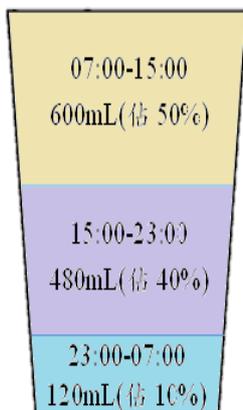
體重測量

- ◆ 每天固定早上起床如廁後，使用同一個電子體重計測量體重並記錄至小數點後一位。
- ◆ 體重持續增加 0.5-1 公斤/天或水腫嚴重，提早回診。



水份控制

每日飲水分配



(以每天飲水 1,200mL 為例)

預防口渴

- ◆ 避免乾燥及高鈉食品，忌吃加工醃漬物。
- ◆ 開水潤唇保持口腔濕潤，口含冰塊、綠茶水或檸檬水。
- ◆ 口含薄荷片、嚼無糖口香糖等，促進唾液分泌。
- ◆ 進食後刷牙，保持口腔清潔濕潤。

鹽份控制

低鹽飲食

- ◆ 控制鹽份 3-5 克/天。
- ◆ 避免吃高鹽份食物及加工食物，如：堅果、香腸、臘肉等，導致增加水份的攝取；限制鹽份攝取，避免水份滯留體內，有助口渴與血壓的控制。



香腸



泡菜

日常保健

- ◆ 按時服藥回診。
- ◆ 作息正常，保持心情愉快。
- ◆ 減少訪客多休息，勿造成情緒起伏，無形中增加病人心臟負擔。
- ◆ 避免便秘：大便時不可過度用力，以免增加心臟負擔，解便不順可依醫師指示服用軟便劑，宜攝取纖維質含量較高的蔬菜及水果。
- ◆ 心臟衰竭嚴重者應臥床休息，減少心臟負擔，病情改善時，如醫師允許，可以下床活動，不必限制太多活動。

戒除菸酒



陸、小叮嚀

四不

- ✗ 不要吃太鹹
- ✗ 不要喝太多水
- ✗ 不要抽菸、喝酒
- ✗ 不要隨意調藥

二要

- ✓ 要規則記錄每日的身體狀況
- ✓ 要及時就醫



柒、建議看診科別：心臟內科

捌、諮詢服務電話

基隆院區	(02)24313131	轉 2920、2921
土城醫院	(02)22630588	轉 2256
林口院區	(03)3281200	轉 2906、2916
嘉義院區	(05)3621000	轉 3297、3298
雲林院區	(05)6915151	轉 2947
高雄院區	(07)7317123	轉 3321、3323

長庚醫療財團法人 N244 32K 2023 年
<http://www.cgmh.org.tw>

