

談心——冠心病的診斷檢查及治療

鄺國熙醫生

臨床表徵 / 過往歷史

冠心病的典型徵狀是心絞痛，心絞痛被患者形容為胸部有壓榨式的痛；偶然痛會反射至頸部、下顎、肩膀或手臂。可惜有部份患者可以完全沒有徵兆，擁有冠心病高危因素的人士，定期作體格檢查才能及早偵察和處理。

血液檢查

1. 心肌梗塞指標

當人體內組織壞死或受損時，酵素會從受損部位釋出，心肌血管梗塞時亦會出現同樣現象。而每種組織都有其特殊的酵素，心臟肌肉受損時釋出的酵素稱 creatine kinase-myocardial band (CK-MB) 及 lactate dehydrogenase-1 (LD-1)。CK-MB 會在心肌受損 6 小時之後開始上升，24 小時後升至最高，然後開始回落，數值會超出正常的 10-25 倍。LD-1 則於心肌受損 8-12 小時後開始上升，24-48 小時內升至最高，但酵素能維持 7 日不等，數值會超出正常的 10 倍。

Troponin I，一些存在於心臟肌肉的調理性蛋白質，於心肌梗塞後 4-8 小時開始上升，24 小時內升至最高；加上其對心肌的特異性，能於心肌受損後提供一個較快的診斷。

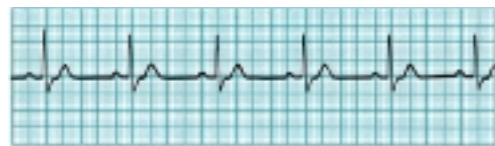
2. 其他的血液檢查，如膽固醇、三酸甘油脂、血糖等都是些重要的輔助性化驗項目，有助了解病人的全身性情況。

心電圖描記

心電圖是一種記錄心臟電流傳導的圖形，由於缺血或壞死的組織於傳導電流上會異於正常，因此顯現不正常的電波，固能反映心肌壞死的情況。雖然有 15-20% 的冠心病患者於第一次病發時心電圖並無異常情況出

現，但心電圖仍能反映大部份患者因梗塞而出現缺血的波段。

施行心電圖檢查時，病人只需平靜地仰臥床上，技術人員在其四肢及胸前貼上感應心臟電流的粒子，於數分鐘內便能記錄到電流傳導的圖形，整個過程，病人是不會感到任何不適的。



正常心電圖



心肌缺血的心電圖

運動壓力測試

是一種有助診斷及評估預後的檢查方法。施程序與心電圖相似，只是病人要在一個電腦控制的斜坡踏車上，按病人的性別及年齡，利用不同的程式及速度而步行，直至病人的心臟跳動至一定的節率。此項檢查適用於在平靜狀態下心電圖仍屬正常的患者，由於運動的壓力，增加心肌對血液供應量的需求，逼使表面正常的心臟，



在運動狀態下，誘發異常心律或反映血管收縮情況。更可於患者康復期，作初步評估心臟血液供應狀況之用。由於測試期間有着潛在性的危險，所以要有醫護人員在旁監察，確保測試者安全。

超音波心動描記

病人平臥在診症床上，利用超音波傳導通過心臟，再回音反射至電頻接收器，產生影像，藉此評價心臟的構造及功能上的改變，尤以因心肌缺血造成的心瓣閉鎖不全及左心室的功能至為重要。

心臟血液供應量掃描

心臟血液供應量掃描利用靜脈途徑注射同位素藥物，追蹤心臟肌肉，被其吸收後，透過敏感度高的掃描器，將同位素發出的微量伽瑪射線轉化為影像，顯示心肌血液供應情況，有效地指出心肌受損程度，協助早期診斷。這項檢查的好處是非侵入性，若配合適切的治療，可獲得較佳預後。

冠心血管造影術

冠心血管造影術，又稱心導管檢查。在X光透視下，將一條管徑約2-3毫米的導管，以局部麻醉方式，由病人腹股溝或肱動脈處推送至冠狀動脈，然後注入顯影劑，於不同角度下拍下照片，顯示血管阻塞或收縮部位。檢查過程中病人是清醒的，可能於注入顯影劑時會有短暫渾身發熱的感覺，屬正常反應。

如何醫治冠心病？

冠心病的主要治療方法：

一. 藥物治療

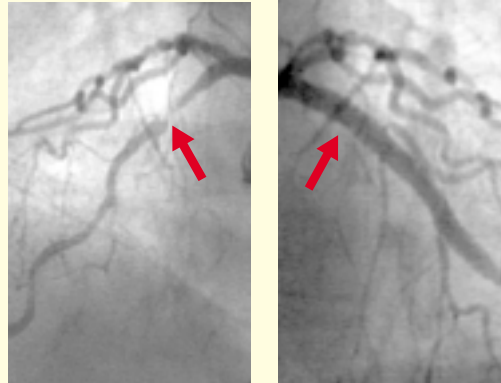
醫生會按病人病情所需而處方藥物，主要有四大類：

1. 抗血小板凝集素，例如 Aspirin(阿司匹林)，作用於制止血小板聚集，防治血管內血栓形成。但 Aspirin 在中國人中容易造成胃部不適，有些甚至導致胃出血，這類病人可考慮使用 Ticlid 或 Plavix 代替。
2. 乙受體阻斷劑 (β blocker) 及降血壓類藥物，由於很多患者同時有高血壓的情況， β blocker 類藥物如 Inderal(心得安)等，作用於降低心絞痛患者的心肌運動的耐受性，減低心絞痛發作的次數，同時亦有降低血壓功效。
3. 冠心血管擴張劑，例如 Nitroglycerin，硝酸(Nitrate)作用於使心臟血管的平滑肌鬆弛，使血管擴張增加心肌血液供應，住院時可以靜脈途徑輸入，家居時則以含舌下或經皮膚貼劑吸收。
4. 降血脂劑(Lipid lowering agent)，例如 Zocor 或 Lipitor，應用於高血脂患者，降低血清內膽固醇及三酸甘油脂。

每個冠心病患者服用的藥物均不盡相同，醫生會按臨床情況而處方所需藥物，切忌擅自使用。

二. 冠心動脈球囊成形術

部份冠心病患者需要施行冠心動脈球囊成形術(PTCA)及/或支架(Stents)成形術，專科醫生於病人的腹股溝處放入一條有球囊的導管，推送至冠狀動脈收縮的部位，然後擴張球囊，使收縮處擴闊。為了減少血管再度收縮，醫生會在一些病例的病變處植入冠狀動脈支架，令血管保持通暢，改善血流量。

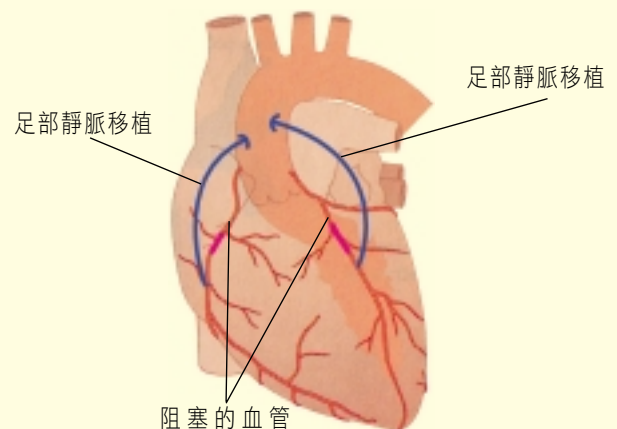


手術前 手術後
圖示血管收縮部位 血管回復正常

冠心動脈球囊成形術

三. 冠心血管分流術(俗稱搭橋手術 CABG)

醫生抽取病人足部的靜脈移植至心臟病變處，代替已梗塞的動脈，使血液再次流通。



冠心血管分流術

無論是何種治療方法，預防勝於治療，我們應改善生活模式，注意日常飲食，減少攝入膽固醇，戒煙，恆常運動，定期作體格檢查，不單冠心病，連其他疾病也不易來訪我們。

更正：於創刊號“談心”一則內之冠心血管造影術導管直徑應為2mm

歲月流聲話養和



增建新院

自一九三零年以來，入院留醫者日眾，本院病床不敷應用。甚至走廊茶室等處，均添設病床以為病人臨時之需求。即院長之辦公室，亦常常加設病床，移用作為病室。凡到本院工作之醫生，無不共見。可知增建新院已刻不容緩。新院見圖示(即現在之中院)是在一九三零年策劃，並於一九三二年啟用。這個擴建計劃的原意是使醫院得以增醫療設施，但由於建築費遠超出原來的預算，以致醫院承擔一筆鉅額債項。

負擔鉅債

本院在過去九年內，均屬虧本。故連續四年之久，未有紅利及股息分派。其餘五年之四年，營業略佳，然亦僅分派股息三厘已。獨一九二四年只有一次分派股息六厘者。蓋本公司經營之目的，志在利便僑胞，非純為謀利也。

雖本院留院者日眾，營業頗旺，然仍負欠銀行鉅債。在新院開幕時，各方雖同伸慶祝，但其時吾人不知值得慶祝否也。因吾人以十五萬元資本，創辦本院，現在負欠銀行債額，幾達二十萬元。後來股東為是否向銀行借貸出現意見分歧，導至日後本院需重新改組。

(下期再續)

內容摘自一九三六年養和醫院年鑑

讀者信箱

腳蹠痛的療法

本人最近閱讀貴院出版之「養和之道」創刊號，現欲請教有關腳蹠痛一事，本人年過40，任職寫字樓文職，近數月來雙足腳蹠在走路時感疼痛不已，服食止痛藥多時，欲知有何治本方法，敬希回覆為盼！

黃女士

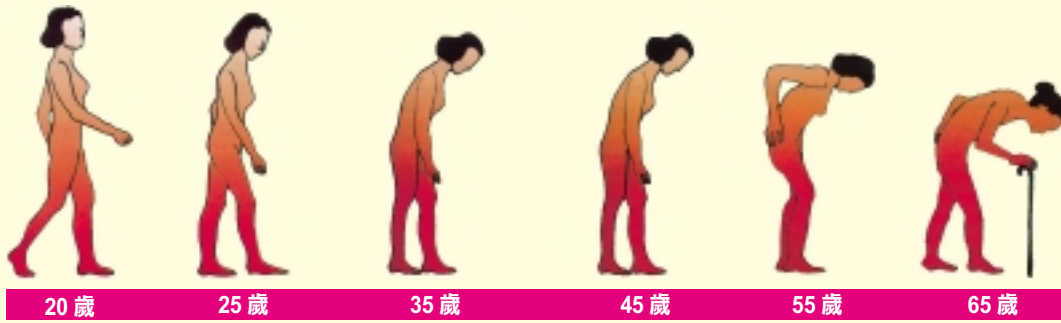
黃女士，您感到腳蹠疼痛，除了受傷引起外，就是因足跟膜發炎所致，基本的治療就是要服食消炎藥及止痛藥物，加上物理治療，如超音波治療，及作腳掌上屈的運動，但其痊癒期則因人而異。

可能的話，最好穿著波鞋或在鞋上加上軟墊，減少腳蹠所受的壓力。假如仍然無效，可在腳蹠部位注射一劑量的類固醇，很多病人會痊癒，少數病人六個月後復發，可再給予另一劑量的類固醇治療，如仍未見效，則需作進一步用激波治療法，療效可達80%，需施行手術以放鬆跟膜者則屬少數。

歡迎讀者來函詢問有關醫護方面的疑難，我們會由專人竭誠為你解答。

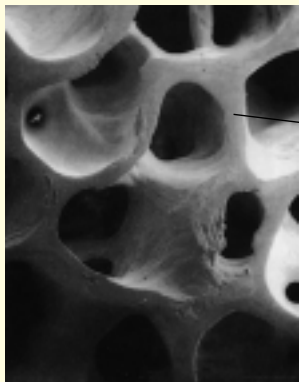
讀者注意：養和醫院與明報合作創辦之醫療網頁已於13/3/2000正式推出。如欲諮詢更多醫療新知識請參考網址：www.mingpaohealth.com

如何迎接更年期？

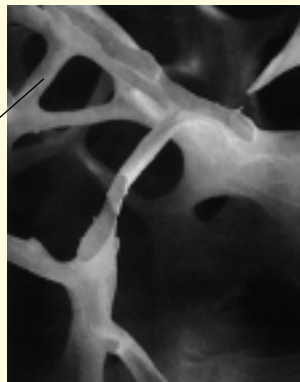


您的鈣質儲存足夠嗎？

女性到達更年期的時候，因卵巢停止分泌女性荷爾蒙而影響到骨骼鈣質的加快流失，因而易於引致骨質疏鬆，有駝背彎腰的現象，當意外跌倒時，會更容易引致骨折的發生，所以在更年期將臨之時，便應作好準備。首要的是要使骨內鈣質的流失率保持每年不到百分之一的平衡值，亦即預防骨質疏鬆的發生。在幼年及青春發育期間，骨質內的小樑量很高，其間間隙很小，其時骨質的密度很大，鈣質的儲存量亦足夠，但隨著年齡的增加，骨質的製造率開始下降，骨骼所含的鈣質量，膠原纖維及結締組織減少，成骨的活動比正常為低，骨的小樑變薄，其間間隙亦增大，假若在年輕時鈣的儲存量不足夠時，骨質變得脆弱、粗鬆，漸漸地會形成骨質疏鬆的現象了。在現今社會的女性，不再是三步不出閨門，就算是年紀較大，社交或戶外活動都比上一代的婦女為多，所以在骨質儲存量方面更不容忽視！



圖一：正常骨質的密度



圖二：骨質疏鬆

您有以下的情況嗎？

易誘發骨質疏鬆的因素

內因	外因
女性 更年期 白種人 / 膚色較淺的人士 家族歷史 體形細小	體重輕者 提早停經者 需服食藥物如類固醇，抗酸藥及利尿劑者 營養不良 吸煙 * 酗酒 * 食物中低鈣、高鹽、高蛋白、咖啡因 * 及纖維 缺乏維生素D 長久臥床不活動者 缺少運動 甲狀腺毒症患者 副甲狀腺機能亢進者

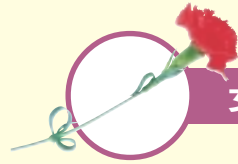
* 需注意，會更容易引致骨質疏鬆

女人四十



枝花

陳煥堂醫生



如何有效地去預防骨質疏鬆？

1. 預防：

其實，在青春發育期前，亦即在孩提時，就應該給予充足的鈣質及運動量，使其有足夠的鈣質儲存量，到了成長的階段後亦應有均衡的飲食及作適當的運動，使骨質能保持應有的密度。人體內骨質的密度約在35歲時達到最高峰期，之後，骨質的密度會逐漸流失，故不論男女到了年近40至50歲，均應需施行骨質密度檢查，以及早發現而作有效的治療，因為到了更年期時，骨內的鈣質便會急劇地流失，所以最佳的是宜未雨而綢繆了。

2. 從食物中攝取足夠的含鈣及維生素D的食物

鈣質可從乳類、豆類及魚、肉、蛋、及綠色蔬菜中攝取得。

維生素D亦非常重要，因維生素D可使鈣質轉移，假使缺乏時，便會影響鈣質無法吸收，即使多吃鈣質，亦只有隨著尿液或汗液排出體外，變得毫無效用。維生素D可從太陽光線中的紫外線照射皮膚而得之，食物中的魚肝油、蛋黃、動物的肝臟含量亦非常豐富。

3. 運動：

除了食物補助鈣質之外，每天維持適量的「負重運動」亦是非常重要的，例如作晨運，步行，緩步跑，跳舞，跳繩等，其中在戶外進行的運動，可同時吸收陽光，有助維生素D的吸收，可謂一舉兩得了。但請記著游泳及踩單車，耍太極之類的運動則不算是「負重運動」。

4. 飲食習慣

吸煙、酗酒、含咖啡因類的刺激性飲品，均會更容易引致骨質疏鬆，如有此飲食習慣者，宜應及早戒掉。

5. 荷爾蒙的調節

體內甲狀腺分泌的降鈣素(Calcitonin)與副甲狀腺素(ParathyroidHormone)二者的分泌，是可以調節血中鈣的濃度，但對於臨近停經或已停經的女性而言，隨著女性荷爾蒙分泌的減少或者是停止分泌，引致骨中的鈣質釋出血循環，因而造成骨質疏鬆的現象，故要補充此類的荷爾蒙，實在是不容忽視的。

總結

更年期前,宜作預防鈣質流失的準備：

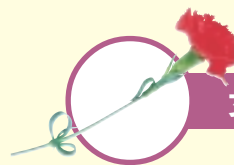
1. 攝取足夠的鈣質
2. 多作適量的「負重運動」
3. 戒煙、戒酒

假若已到了更年期，就更應履行上述的措施，加上女性荷爾蒙的補足，以防止骨質的流失。

對於有關女性荷爾蒙的補充，則有待下期再談。

建議每日鈣與維生素D的攝取量

	鈣(毫克)mg	維生素D(微克)µg
6個月以下	400	10.0
6個月至1歲	500	10.0
1歲至10歲	600	10.0
25歲以下	800	10.0
懷孕，哺乳或停經前後的婦女	1500	10.0
接受女性荷爾蒙治療的婦女	1200	10.0



提供 100 毫克鈣之食物



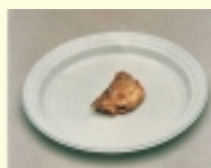
銀魚干 13g



豆豉鯪魚 17g



蝦米 18g



茄汁沙甸魚 22g



花奶 36ml



朱古力 45g



豆腐 67g



雪糕 68g



白菜 81g



鮮奶 85ml



豆角 133g



西蘭花 149g



紅豆 135g



茄汁豆(黃豆) 200g



豆腐花 233g



橙 244g

* 一兩=37.8g

參考資料：梁淑芳 何巧嬋 (1997) 兒童健康飲食手冊 (香港初版)，皇冠出版社(香港)有限公司。

適合更年期與中年人的飲食

多飲水	可多吃的食物	適量食物	宜吃少量的食品
<p>每日 6-8 杯，對健康有益，因水份可助體內的化學反應，例如碳水化合物、蛋白質及脂肪，除供營養外，尚可釋放能量。</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 麵、穀麥類：含澱粉質，提供能量及蛋白質，供肌肉及身體細胞之用，是維生素B1、礦物質、鋅及鐵質的主要來源，同時亦含有粗纖維，有利於大腸排便之活動。 - 蔬菜、豆類及生果供給澱粉質，低濃度脂肪，維生素，礦物質及粗纖維。 - 蔬菜含有很豐富的維生素C及乙類胡蘿蔔素，可使身體將維生素C變為維生素A。 - 食物中的粗纖維可以降低血中的膽固醇 	<ul style="list-style-type: none"> - 瘦肉，及魚、硬殼果、雞蛋、牛奶，乳酪此類食品含非常豐富的蛋白質，以修補及建立肌肉、血液及身體組織。 - 牛奶含豐富的維生素。 - 肉類、雞、魚及蛋含豐富的B1及B12。 - 肉類中礦物質含鋅及鐵質。 - 奶/乳類食品含豐富鈣質。 - 以上食物同時亦含有脂肪，故採用低脂奶為宜。 	<ul style="list-style-type: none"> - 牛油、人造牛油，此類食物含高脂肪及令血中膽固醇上升。 - 糖：只含碳水化合物，以供應能量，但缺少維生素、礦物質、纖維及蛋白質。 - 鹽：或氯化鈉，在許多食物中均含有。我們通常已夠用，故不再加入，否則會令體內水份積聚及血壓上升。 - 咖啡因屬刺激性，多在咖啡類的飲品中。多喝會令人神經緊張、心跳加快、血壓上升、腹瀉、血糖的水平不穩定及尿頻，亦會增加面部潮紅的時間、乳房痛及乳部會有良性的腫物同時亦會使鈣質、礦物質及維生素流失。故應宜逐步戒掉，否則會引致頭痛及脾氣暴躁。

煎炸小吃、汽水類食物會令體內磷的含量上升，因而降低含鈣量。維生素E及B雜可使更年期症狀減低，故宜作補充。



老年人眼疾 與眼睛健康

吳彤醫生

人們隨著年齡增長，身體的各個部位都在變化，眼睛亦是一樣。現代眼科醫學的發展與進步，使許多種常見的老年眼疾得以預防和治愈，使視力恢復。讓老年人的生活更加豐富多彩。下面謹簡單介紹幾種常見的老年眼疾以及它們的防治。

I. 白內障

白內障在本港老年人中相當常見。它是由於眼內晶狀體混濁而致。常見的症狀有以下幾種：

- i. 視力逐漸退化，模糊，夜間則更差
- ii. 怕光，見到光影，重影等等
- iii. 經常需要更換眼鏡，而視力仍不滿意
- iv. 顏色變得灰黃，無光

白內障主要是以手術方法醫治。摘除混濁的晶體，再植入人工晶體。現代的科學技術，使此類手術的成功率相當高，您的眼科醫生會與你作更進一步的說明。

II. 青光眼

在香港，青光眼是一個危險性極高的致盲殺手。年齡愈大，患此種眼疾的機會也愈高，一般來講，青光眼可分為急性，慢性、先天性和繼發性，其中以慢性青光眼所佔比例最高。它可以在病人不知不覺中破壞視野以及視力，因此稱為無聲殺手。所以，老年人應該進行定期的眼睛檢查及跟進。如患上青光眼，則可以得到及時的治療。

III. 黃斑點退化

眼睛的黃斑區是位於視網膜中央的一個特殊部位，有極其豐富而複雜的視覺細胞及神經，主要用於看細小的東西，閱讀以及辨色。假如黃斑點有病變，便可使視力大受影響，例如視力下降，看東西變形等。

這種疾病最常見的原因就是隨著年齡增長而引致的退化現象。在中國和其它亞洲區，患此類眼疾的人

數近年有增加趨勢。高度近視亦是引起黃斑點病變的一個主要因素。

目前全球醫學界仍在進行大量的研究，務求找到一個安全而有效的方法來治療黃斑點退化。對一部分患者，用激光治療可以達到較為滿意的效果，而另一部分患者則需要特殊的眼鏡及放大鏡來提高視力。



IV. 糖尿病引起的眼疾

這種眼病俗稱糖尿病上眼，主要是由於糖尿病引起微血管的病變，引致眼底出現一系列的併發症，例如黃斑點水腫出血、血脂滲漏、眼底血管增生、玻璃體出血、視網膜脫落以及青光眼等等。若不及早發現及治療，則可導致失明。早期糖尿病上眼，通常沒有明顯的症狀，惟有及早請眼科醫生詳細檢查，才可及早防治。因此，糖尿病患者除了接受身體檢查和控制糖尿病之外，亦應同時接受眼底檢查和跟進，從而得到適當的治理。

當醫生確定患者糖尿病上眼後，一般可以及時用激光治療，以預防眼底出血，視網膜脫落及新生血管性青光眼等嚴重併發症，這些情況一旦發生，患者便可能失明。

為了增強本港老年人對自身健康和對老年眼疾的了解與檢查。本院眼科將自二千年三月份開始定期舉辦免費老年眼疾與眼睛保健的講座，詳情請電 28358890

護士心声

每天！相信是每一位護理人員不值夜班時所熟悉的經歷，漫長的夜好像永無止境，而心裡所最期望的，就是晨曦的來臨。

但是另一方面，就單深信，漫長的黑夜對於每一位臥床患者又是那樣憂慮的兩名家屬來說，就更加是雪上加霜，徘徊於痛苦與失望之間掙扎，甚至到了無希望，失去對生命的信心及執著。

然而，我們應知道，黑夜過後，晨曦必會來臨，再當我看到一些病人一次又一次的淚中從新站起，看到他們對生命的執著，看到他們的護理人員，對醫院的信心的時性，我知道，要明白，我們對病人的重要性，亦單只是提供醫療上的服務，更應於心靈上多加關懷，讓每一位患者，病者家屬及員工都能堅強中，可暫時停下來，為他們建立一正面而又高質量的心靈健康，讓他們重新得力，面對挑戰！

曉雲天伴

養和醫院 二〇〇〇年三月份至五份醫學 / 健康講座

講題	日期	查詢電話
視力矯正新趨向	17-24-31/3/2000 (星期五)	2835-8899
年年驗身、令你安心	16/3/2000 (星期四)	2835-8878
甲狀腺疾病及糖尿病引致的眼疾	23/3/2000 (星期四)	2835-8899
皮膚、頭髮護理及皮膚激光手術	27/3/2000 (星期一)	2835-8866
如何診斷乳房疾病 (一) 影像檢查	30/3/2000 (星期四)	2835-8878
Botox除皺及果酸換膚	3/4/2000 (星期一)	2835-8866
婦女常見的癌病	6/4/2000 (星期四)	2835-8877
不育新希望	6/4/2000 (星期四)	2835-8060
矯正視力新趨向	7-14-28/4/2000 (星期五)	2835-8899
疤痕、兔唇及尿道下裂之治療	10/4/2000 (星期一)	2835-8866
長者全面眼科檢查	13/4/2000 (星期四)	2835-8899
如何診斷乳房疾病 (二) 取組織檢查	17/4/2000 (星期一)	2835-8878
糖尿病患者之足部護理	20/4/2000 (星期四)	2835-8676
回復青春 —— 脂肪注射及內窺鏡拉面手術	25/4/2000 (星期二)	2835-8878
Botox除皺及果酸換膚	2/5/2000 (星期二)	2835-8866
良性及惡性乳房疾病的手術治療	4/5/2000 (星期四)	2835-8878
沒有精子、卵子不要絕望	4/5/2000 (星期四)	2835-8060
矯正視力新趨向	5-12-19-26/5/2000 (星期五)	2835-8899
纖體與抽脂	8/5/2000 (星期一)	2835-8866
長者全面眼科檢查	15/5/2000 (星期一)	2835-8899
Botox除皺及果酸換膚	15/5/2000 (星期一)	2835-8866
乳房重建手術	18/5/2000 (星期四)	2835-8878
美容及頭髮豐盛之道	22/5/2000 (星期一)	2835-8866
成年人斜視	25/5/2000 (星期四)	2835-8899

地點：養和醫院李樹培院護士學校五樓

圖文傳真：2838-5186

時間：下午 6:30 開始約(1~1.5 小時)

網址：www.hksh.org.hk

費用全免



歡迎投稿

誠徵與醫護有關之作品，形式不拘，主編有權作修訂及決定是否刊登，請將稿件郵寄養和醫院護理行政部或直接投入醫院大堂意見箱，信封請註明「養和之道」，原稿將不予發還。

謝謝！

本刊由永義(香港有限公司)贊助



永義(香港)有限公司
UNITED ITALIAN CORP. (HK) LTD.

如閣下欲繼續收到「養和之道」通訊，請填妥下列表格寄回本院護理行政部，本院將在隨後一年內定期奉上。

姓名：_____

地址：_____