



# 社區講座 認識心血管疾病

輔大醫院 心臟內科

林冠佑 主治醫師

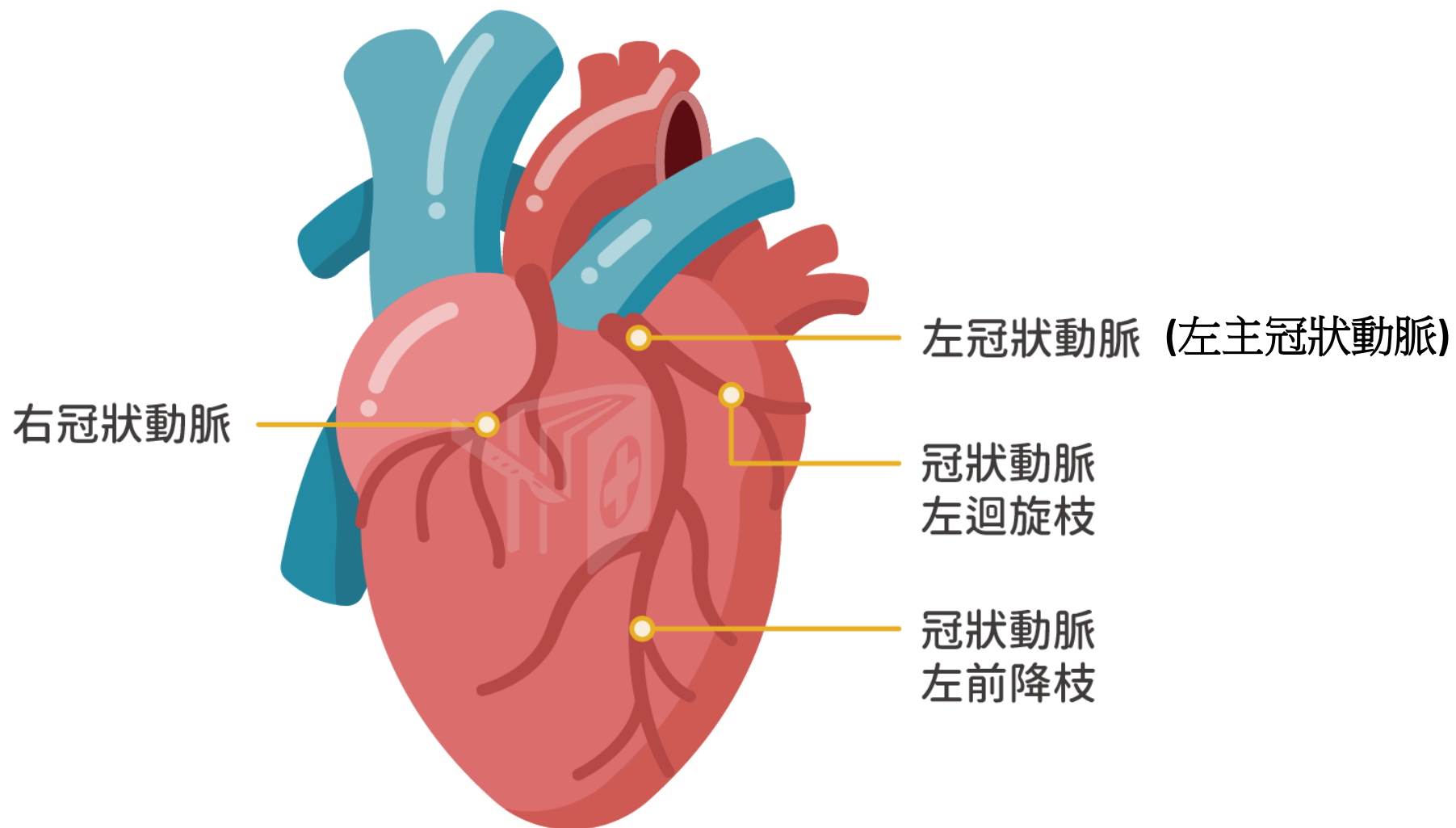
2026. 04. 07

# 大綱

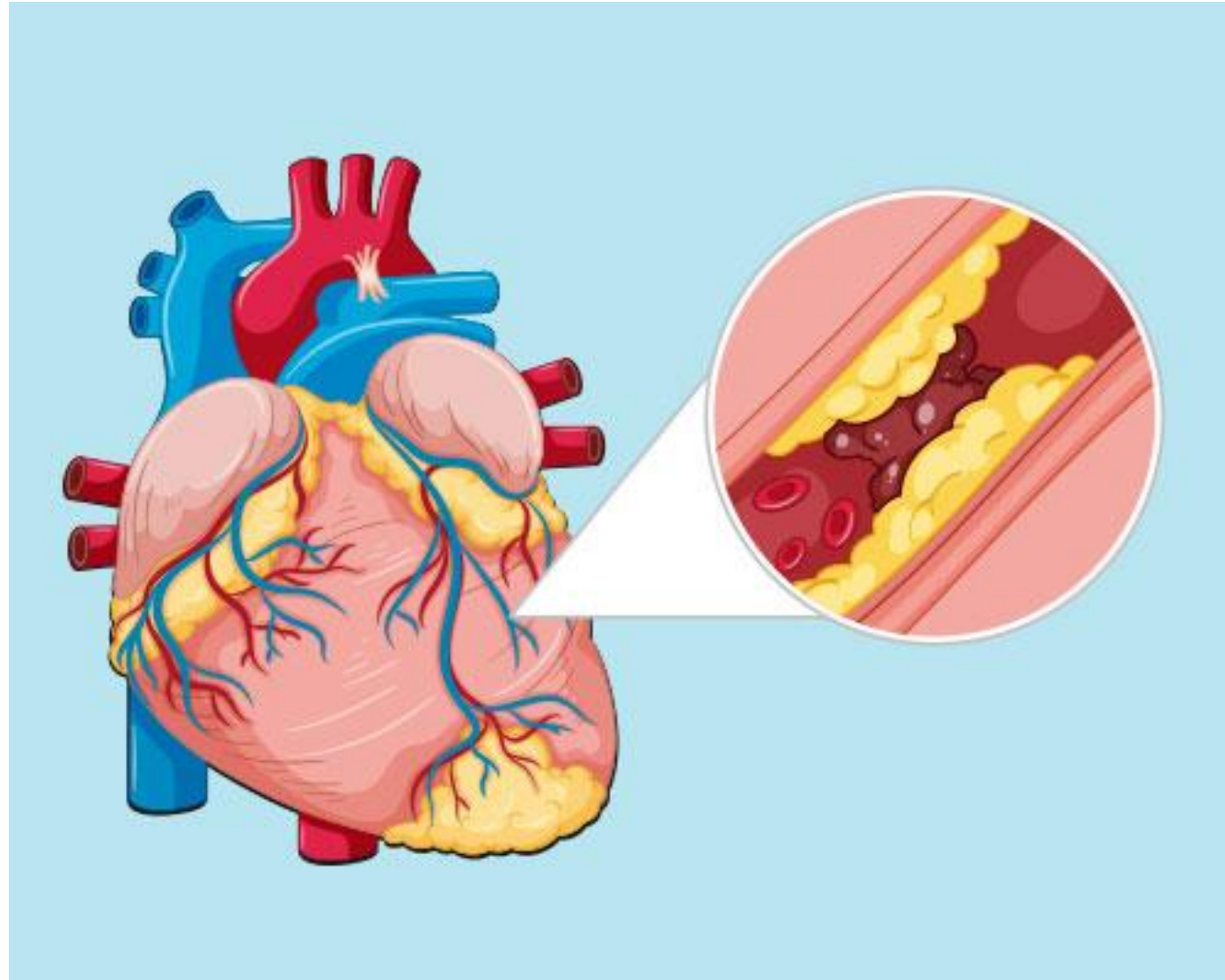
1. 冠狀動脈和冠狀動脈心臟病**是什麼?**
2. 有冠狀動脈心臟病的人會有什麼**症狀?**
3. 我患有冠狀動脈心臟病的**機率高嗎?**
4. 有什麼**檢查**可以**診斷**冠狀動脈心臟病?
5. 我有冠狀動脈心臟病該**如何治療?**



# 冠狀動脈



# 冠狀動脈心臟病（冠心病）



# 冠狀動脈心臟病（冠心病）

- 國人 **第二大** 死因 → **45 歲以上** 佔多數

表 1 十大死因死亡人數及死亡率

順位	所有死亡原因	死亡人數(人)		死亡率 (每十萬人口)			標準化死亡率 (每十萬人口)		
		112年	較上年增減%	111年順位	112年	較上年增減%	順位	112年	較上年增減%
		205,575	-1.4		880.7	-1.5		429.6	-3.2
1	癌症	53,126	2.3	1	227.6	2.2	1	115.4	-0.5
2	心臟疾病 (高血壓性疾病除外)	23,424	-1.0	2	100.3	-1.1	2	46.8	-2.1
3	肺炎	16,702	16.6	4	71.6	16.5	3	29.9	13.7
4	腦血管疾病	12,371	-0.4	5	53.0	-0.5	4	24.6	-2.0
5	糖尿病	11,625	-5.4	6	49.8	-5.5	5	22.8	-7.6

112年年齡別五大死因

順位	0歲		1-14歲		15-24歲		25-44歲		45-64歲		65歲以上	
	死亡原因	死亡率 (每十萬活產)	死亡原因	死亡率 (每十萬人口)	死亡原因	死亡率 (每十萬人口)	死亡原因	死亡率 (每十萬人口)	死亡原因	死亡率 (每十萬人口)	死亡原因	死亡率 (每十萬人口)
	所有死亡原因	431.7	所有死亡原因	14.0	所有死亡原因	43.9	所有死亡原因	106.4	所有死亡原因	562.4	所有死亡原因	3,725.4
1	先天性畸形、變形與染色體異常	68.0	事故傷害	2.7	事故傷害	18.1	癌症	23.1	癌症	225.8	癌症	841.5
2	源於周產期的呼吸性疾患	67.2	癌症	2.6	蓄意自我傷害(自殺)	10.9	蓄意自我傷害(自殺)	16.1	心臟疾病(高血壓性疾病除外)	60.4	心臟疾病(高血壓性疾病除外)	436.0



胸悶



喘



肩膀、手臂、下巴  
或脖子緊痛



噁心、想吐



冒冷汗



**胸痛**

- 悶、緊、壓
- 正中間位置
- 持續五到十分鐘
- 跟活動有關，停下來休息數分鐘後會緩解
- 氣溫低的時候比較頻繁發生

**胸痛持續 30分鐘以上 + 休息和吃藥無法緩解  
→ 急性心肌梗塞**



我患有冠狀動脈心臟病的

**機率高嗎？**

# 風險因子



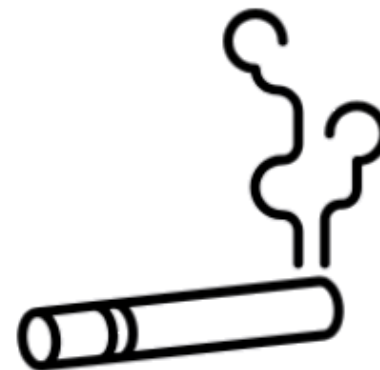
高血壓



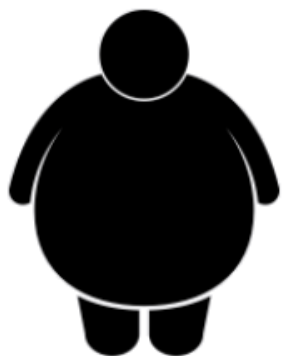
糖尿病



高血脂



抽菸



肥胖



年紀



男性



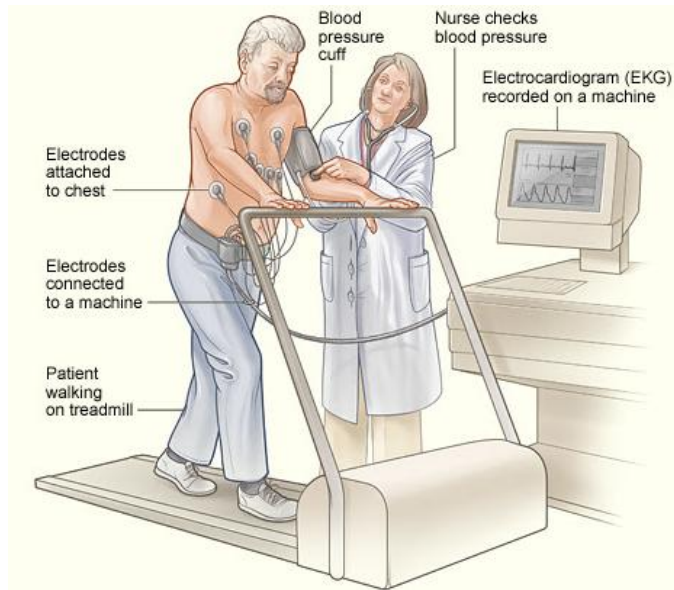
家族史

有什麼**非侵入**檢查可以**診斷**  
冠狀動脈心臟病？

# 藥物或運動壓力性檢查

- 評估是否有**心肌血流不足、缺氧**證據 → 『**功能性**』檢查

## 運動心電圖



心跳跑不夠快可能假陰性

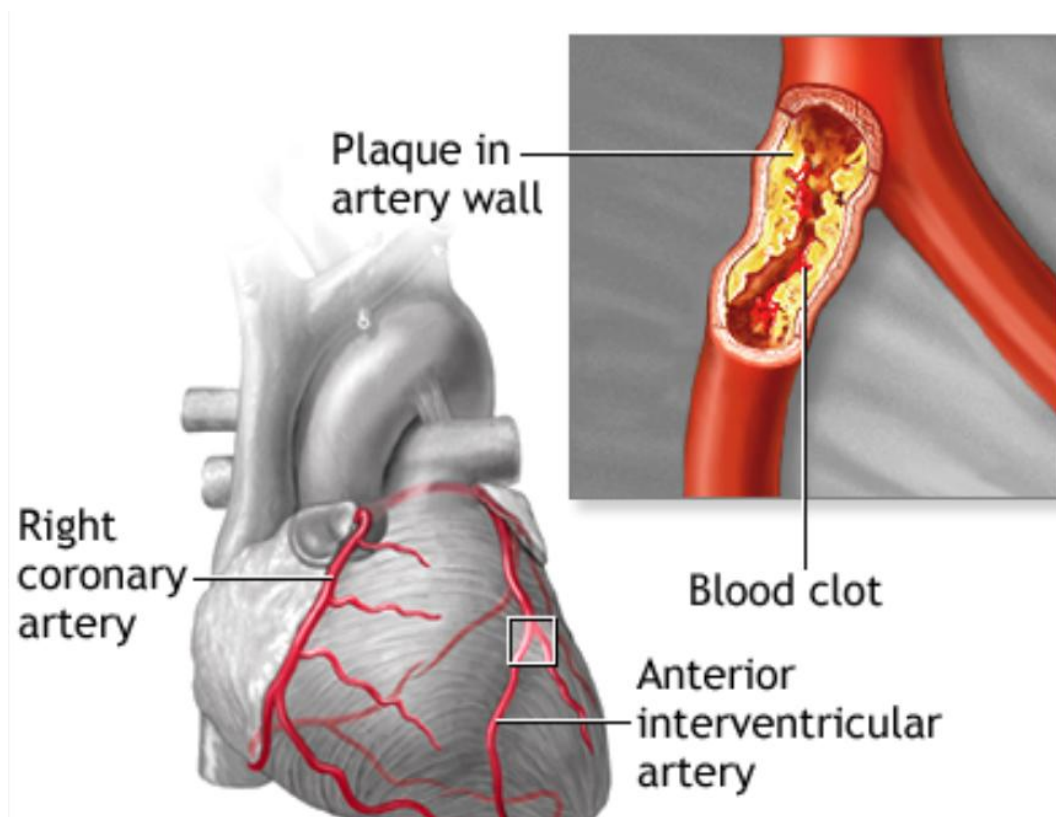
## 核醫心肌灌注掃描



精確但耗時 (2次照相)

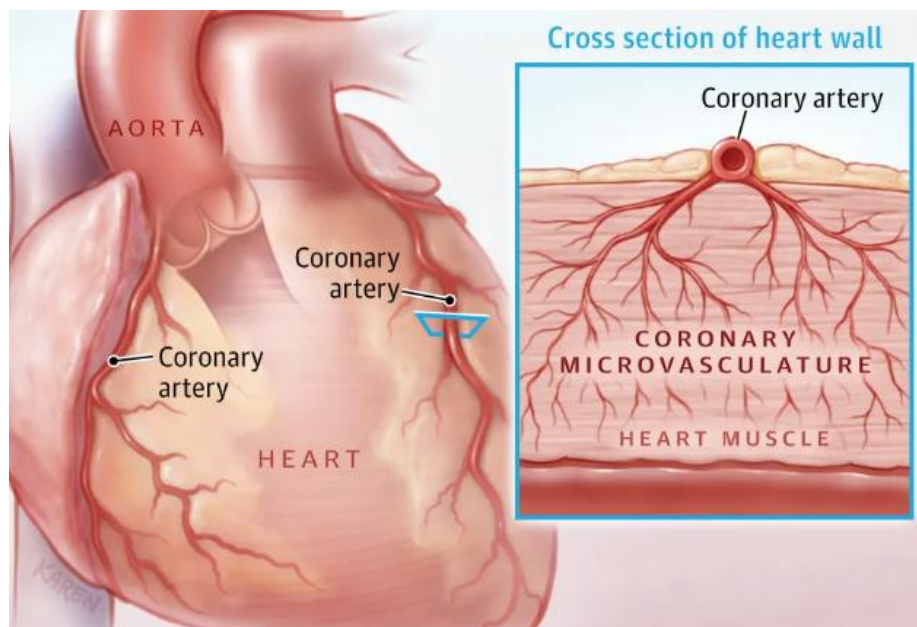
# 心肌血流不足原因

冠狀動脈心臟病 → 血管壁脂肪或鈣化斑塊

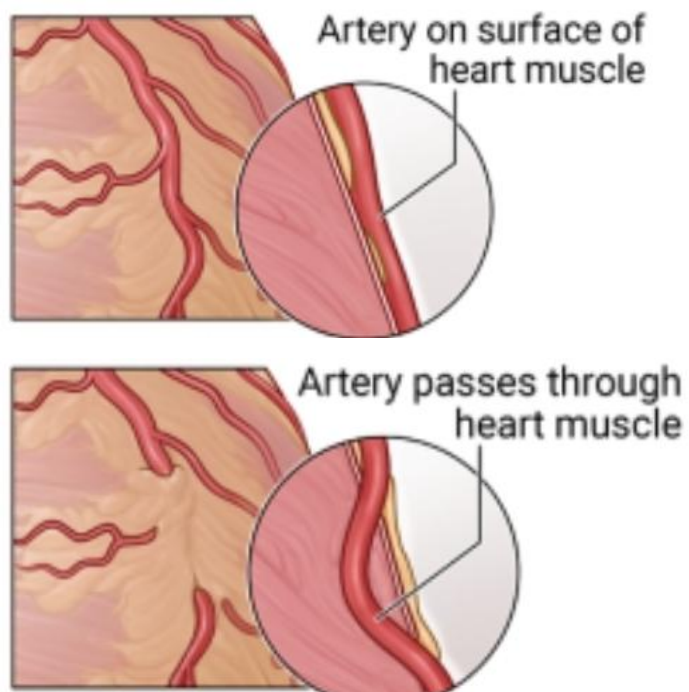


# 心肌血流不足原因

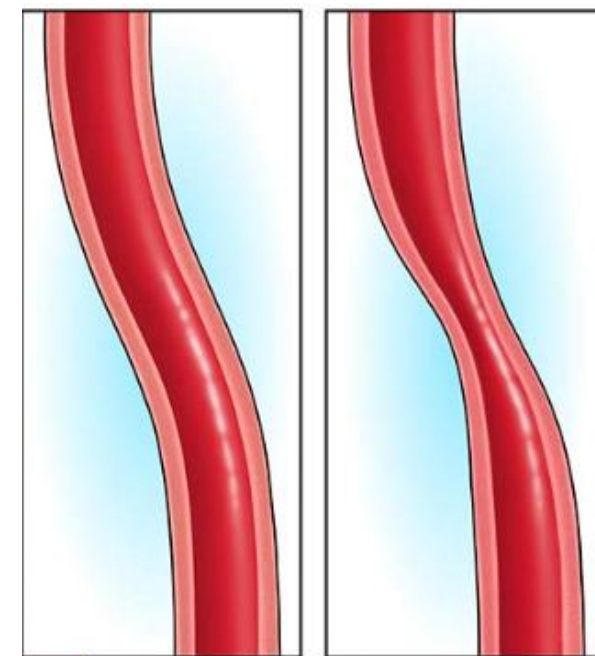
## 微小血管功能障礙



## 心肌橋

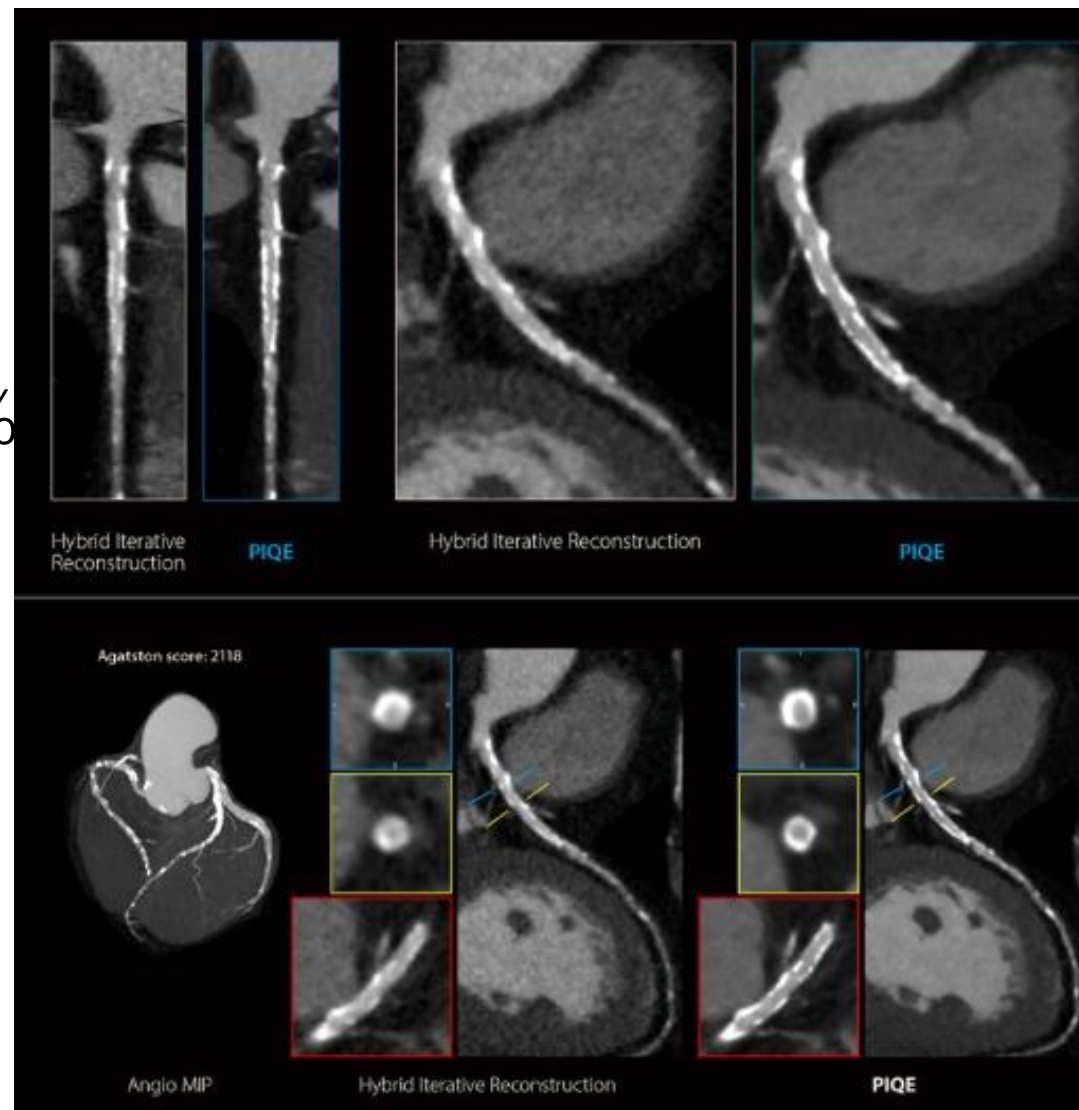


## 血管攣縮



# 冠狀動脈電腦斷層血管攝影

- 評估**心血管鈣化、狹窄程度**
- 狹窄程度
  - 0-25%, 25-50%, 50-75%, 75-99%
  - 可能高估嚴重度
- **自費 NT 25000**

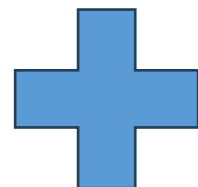
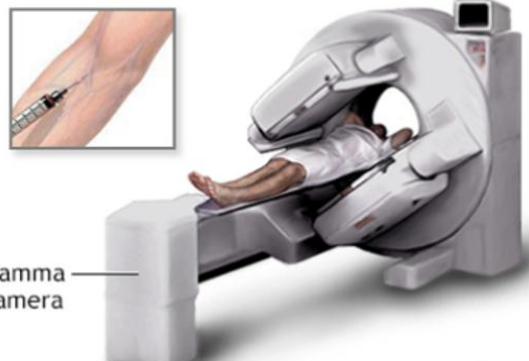
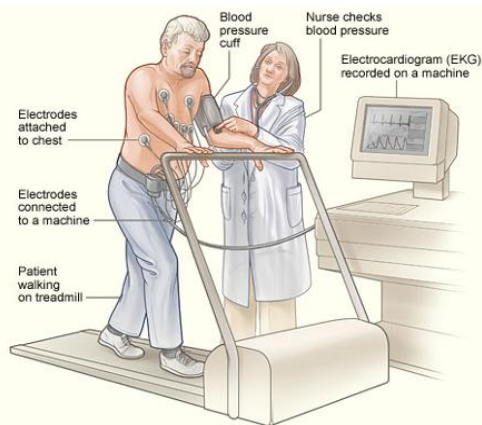


# 冠狀動脈心臟病如何診斷

心肌血流不足、缺氧證據

運動心電圖

核醫心肌灌注掃描



風險因子



高血壓



糖尿病



高血脂



抽菸



肥胖



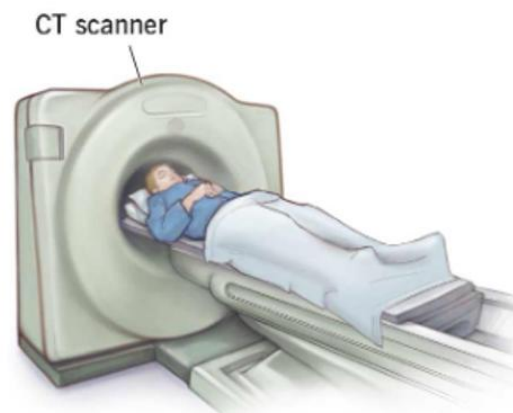
年紀



男性



家族史



冠狀動脈電腦斷層

醫師說我有冠狀動脈心臟病, 如何治療?

# 藥物治療

## • 抗血小板

- 預防重大心血管事件
- 每日服用

## • 降血脂藥物

- 預防重大心血管事件
- 每日服用

## • 硝化甘油含片

- 急性期症狀緩解
- 有症狀時服用

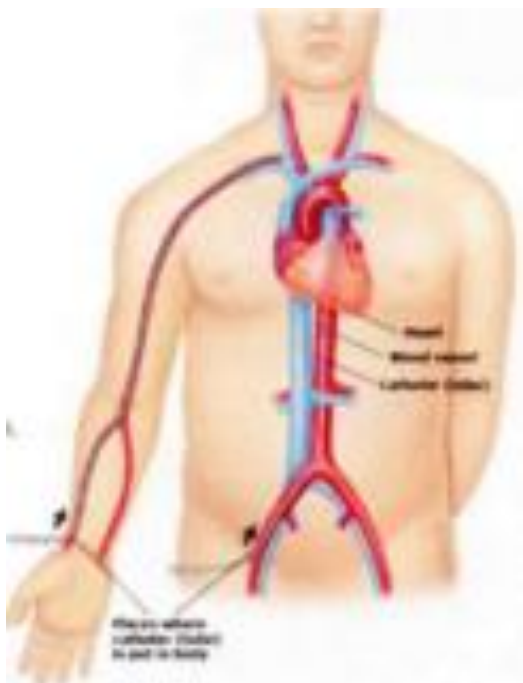
## • 抗心絞痛藥物

- 症狀緩解
- 每日服用

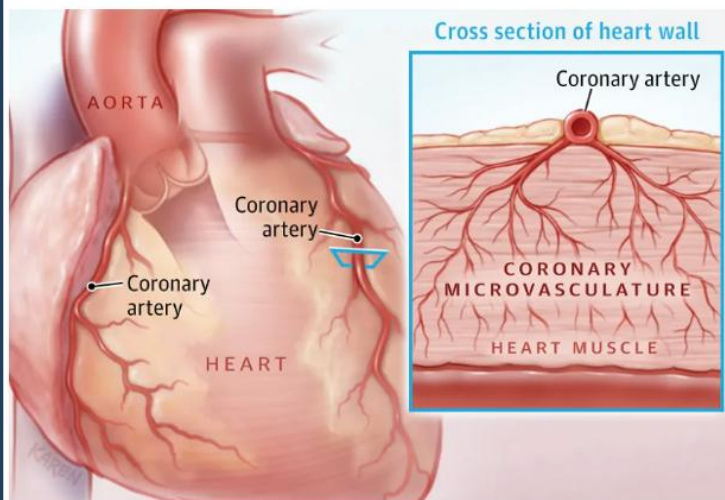


**如果藥物治療仍有症狀 …**

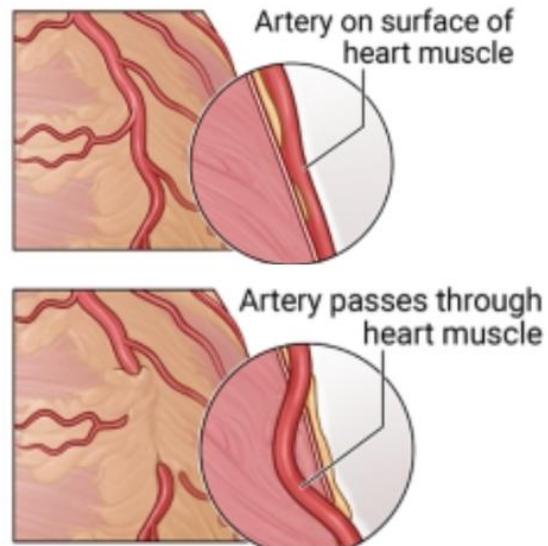
# 侵入性検査 - 冠狀動脈血管攝影 (診断照相)



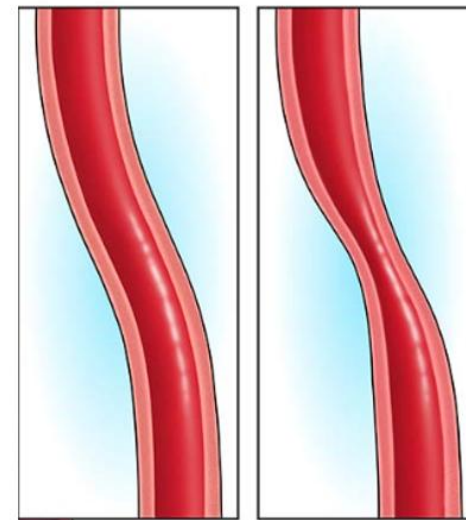
## 微小血管功能障礙



## 心肌橋

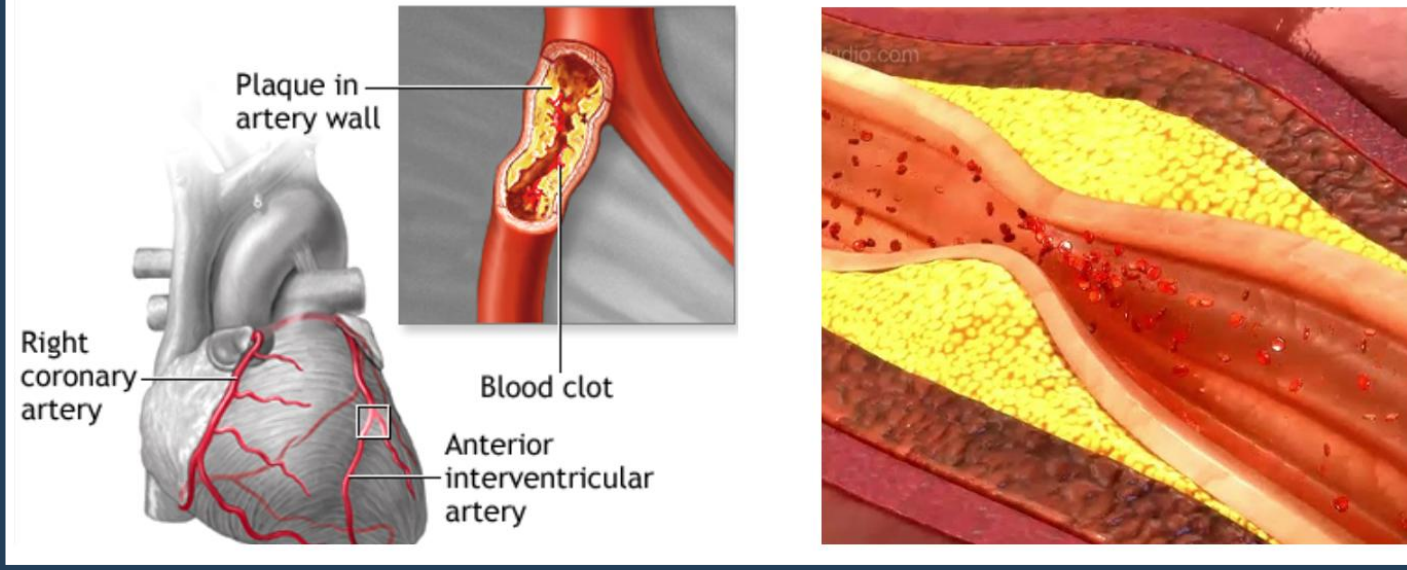


## 血管攣縮



加強藥物控制

## 冠狀動脈心臟病 → 血管壁脂肪或鈣化斑塊

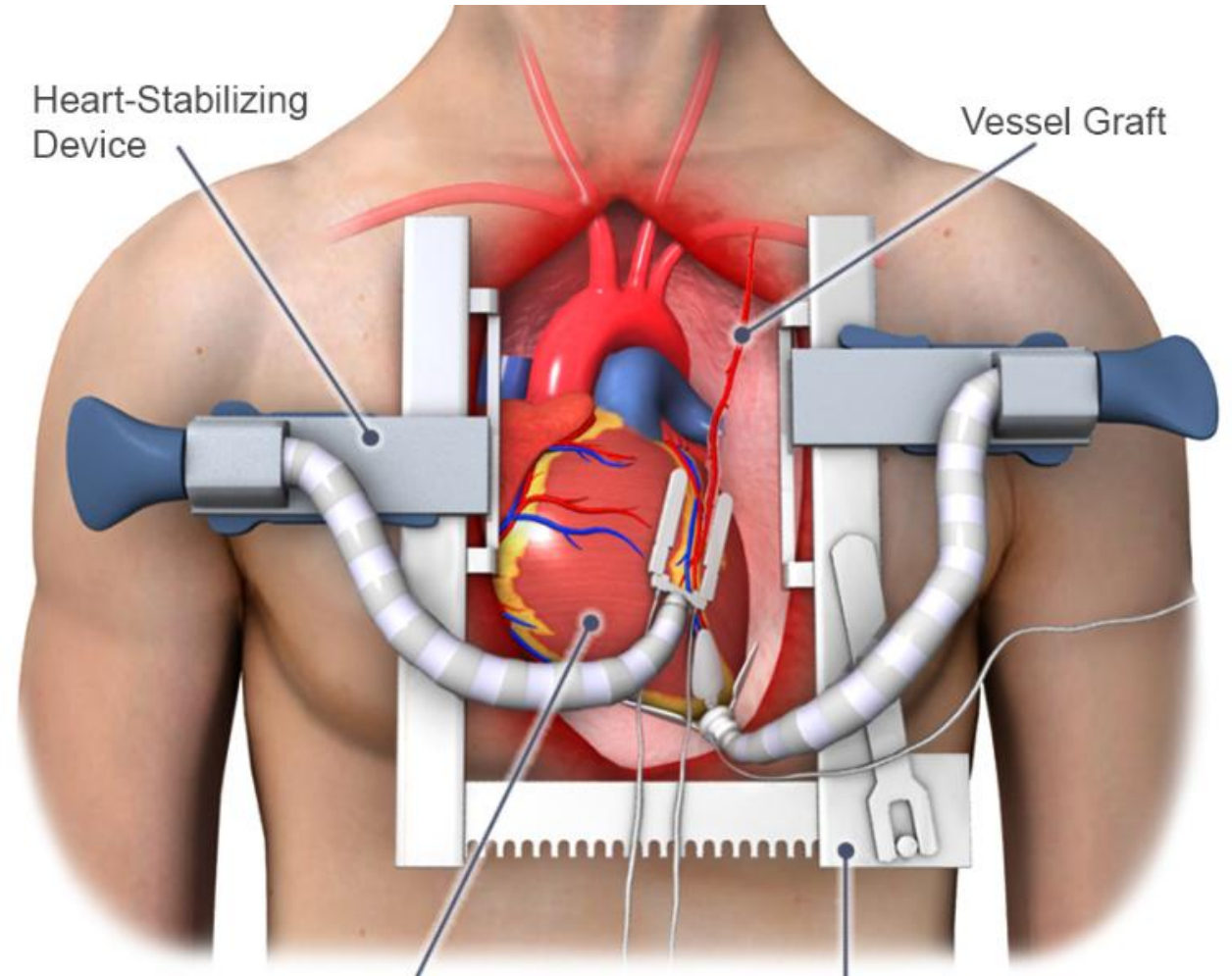


心臟功能、手術風險、  
病灶瀰漫程度、支架放置數量、花費

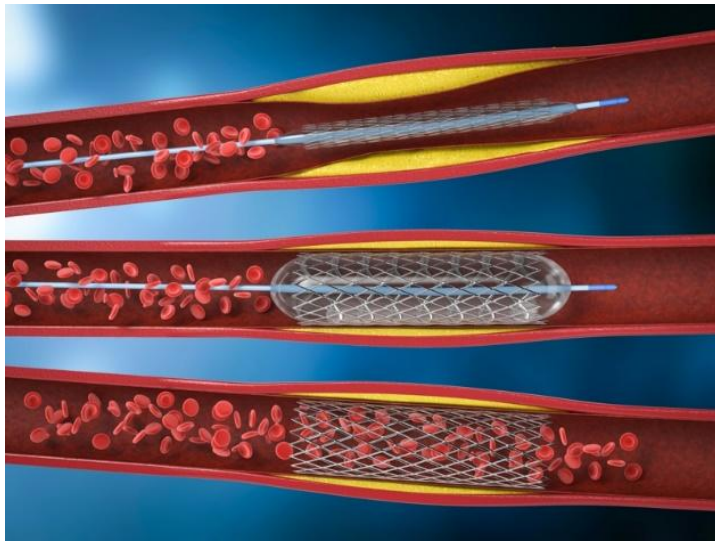
# 冠狀動脈繞道手術

不適合放支架

→ 轉介心臟血管外科



# 心導管支架放置手術



# 心導管治療注意事項 – (1)

- 局部麻醉 + 全程清醒
- 

- 出血 0.5 %
  - 血流暫時性中斷、血管打通 → 都可能胸悶
  - 中風、致命性心律不整、心因性猝死 → 急救 0.5-10 %
- 

- 手部微創傷口 → 術後即可下床、一週內勿提重物、握拳出力
- 腳部傷口
  - 術後傷口加壓 6-8 小時 + 額外平躺 6-8 小時
  - **血管傷口關閉器**可縮短至 4 小時

# 心導管治療注意事項 – (2)

	裸金屬支架	塗藥支架
長期再狹窄	25 - 30 %	0.5 – 5 %
花費	全健保給付	健保部分給付 『一年4 隻』 → 自費 6-7萬 /隻

# 心導管治療注意事項 – (3)

- 支架放置後需服用 6 - 12月 雙重抗血小板藥物



**如果需手術停藥 → 請和心臟科醫師討論 !!**

# 可控制的風險因子



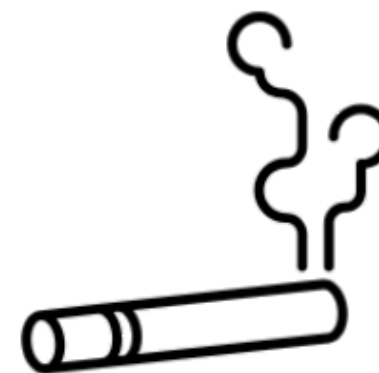
高血壓



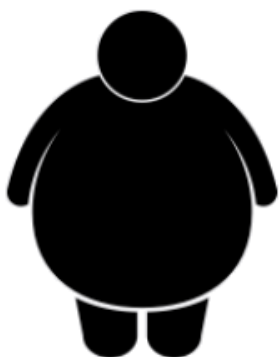
糖尿病



高血脂



抽菸



肥胖

飲食控制 + 藥物 + 定期追蹤

# 居家血壓量測 『722』

# 7



**「7」連續量測七天**

連續記錄一週的血壓數值，提供醫師最準確的診斷參考。

# 2



**早上量測**

起床後 1 小時內  
、如廁後、吃早餐前、服藥前



**晚上量測**

睡前 1 小時內

**「2」每天早晚兩次**

# 2



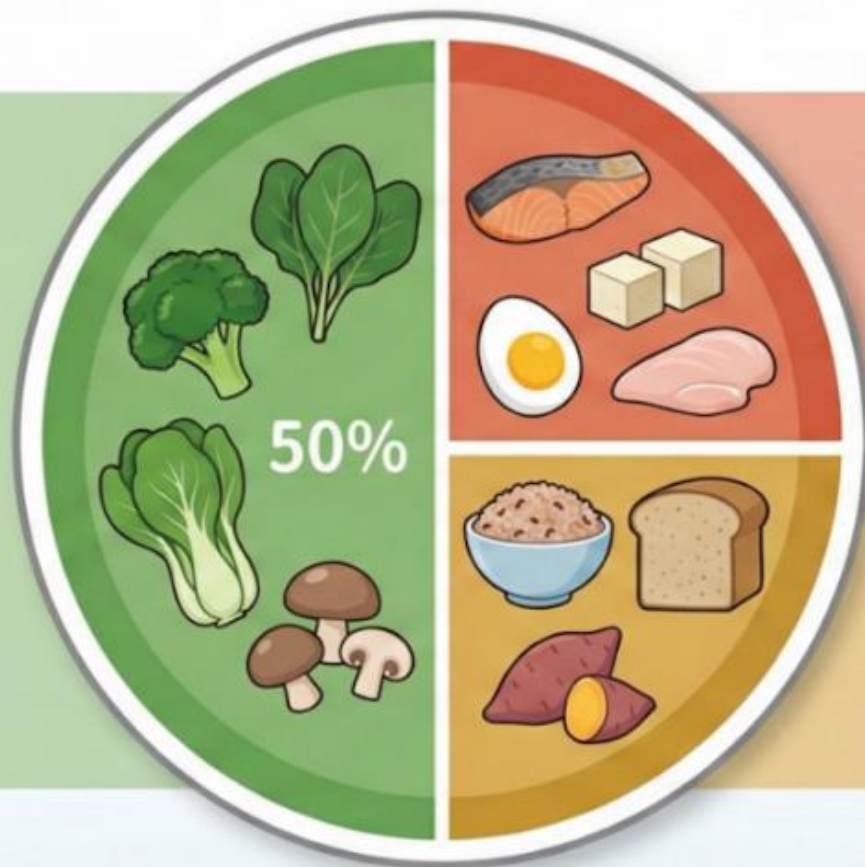
**「2」每次量測兩遍**

兩次量測間隔 1 分鐘，取兩次數值的「平均值」作為最終紀錄。

# 得舒飲食

## 蔬菜類 50%

每餐佔1/2。  
多選深綠色蔬菜、菇類。  
增加飽足感。



## 豆魚蛋肉類 25%

每餐佔1/4。  
優先選魚、豆製品、雞蛋。

## 全穀雜糧類 25%

每餐佔1/4。  
選糙米、燕麥取代精緻白米。  
控制份量。

### 健康小撇步



#### 1. 進食順序

先吃菜 → 再吃肉 → 最後吃飯  
減緩血糖上升速度。



#### 2. 清淡烹調

少油炸、少勾芡、少糖醋。  
多用蒸、煮、涼拌。



#### 3. 聰明飲水

白開水、無糖茶最好。  
避免含糖飲料與果汁。



# 聰明選水果：低GI控糖指南



不是不甜就安全！選對水果，血糖更平穩



**綠燈區：低GI**  
(GI < 55) — 安心吃



芭樂



奇異果



蘋果



聖女番茄



藍莓/草莓

特徵：纖維多、口感脆硬



**黃燈區：中GI**  
(GI 55-70) — 適量吃



香蕉



鳳梨



芒果



木瓜



葡萄

特徵：甜度較高、口感軟綿



**紅燈區：高GI**  
(GI > 70) — 少少吃



西瓜



荔枝



龍眼





榴槤

特徵：吸收超快、水分多

## 降低GI值的聰明吃法




### 1. 控制份量

：每次一個拳頭大  
：一天兩份




### 2. 吃原型

：不喝果汁



### 3. 熟度剛好

：越熟GI越高

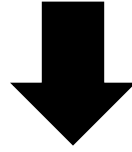


### 4. 搭配堅果

：延緩吸收

提醒：每人體質不同，建議搭配血糖監測。

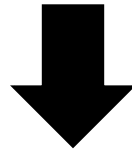
診間問診、評估症狀



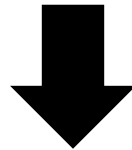
基本檢查

風險因子評估 (抽血)

心電圖、肺部X光

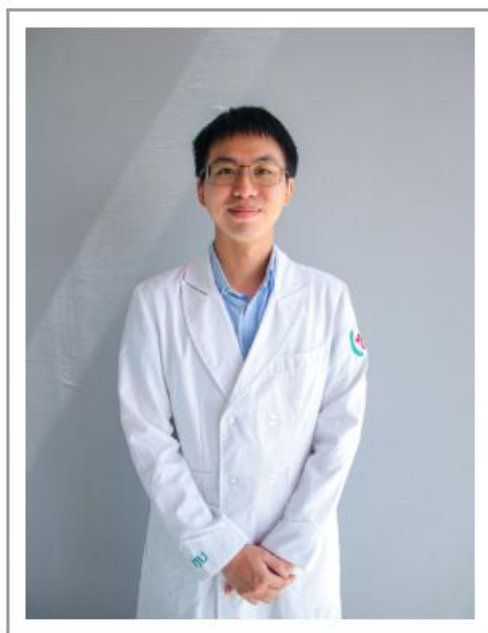


非侵入性檢查



討論治療方法 (藥物、侵入性檢查)

# 感謝聆聽



## 林冠佑 醫師

### 主治專長：

高血壓、高血脂、糖尿病  
心律不整、心臟衰竭  
心臟超音波  
冠心症及心導管治療

門診時間	一	二	三	四	五
上午	✓ (232診間)				
下午			✓ (233診間)		
晚間					✓ (231診間)

