

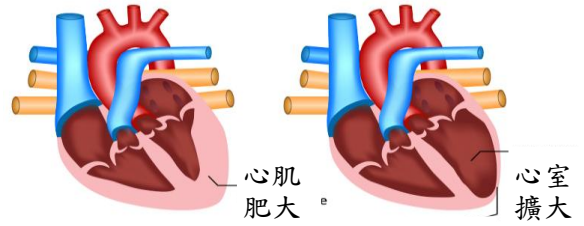


認識充血性心臟衰竭

92.05 初版
113.07 第五版 初檢

壹、什麼是充血性心臟衰竭

因心臟功能不佳，無法打出足夠血量供應身體循環及組織代謝所需，造成**心肌肥大**、**心肌擴張**以及**循環鬱血**的各種症狀與徵象。

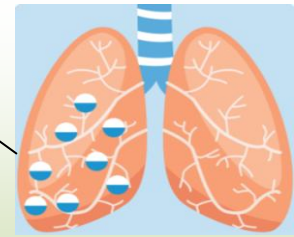


取自: Adobe stock

貳、充血性心臟衰竭的症狀

- ▷ 心搏過速、尿量減少、盜汗、疲倦
- ▷ 運動耐力變差、咳嗽、呼吸困難、端坐呼吸、肺水腫
- ▷ 體重增加、眼眶浮腫、下肢水腫
- ▷ 右上腹脹痛感、腹部脹氣、消化不良
- ▷ 腦部缺氧

肺水腫
(肺泡積水)



取自: Adobe stock

參、診斷與檢查

- 曾有心血管過去疾病史。
- 身體理學檢查：視診、心臟聽診、觸診…等。
- 放射科檢查：照 X 光、胸部電腦斷層、核子醫學檢查。
- 心電圖檢查：靜態心電圖檢查、24 小時心電圖、運動心電圖、心臟超音波檢查…等。

肆、治療

藥物/氧氣	作用
利尿劑	排除體過多水分，減輕心臟負擔
毛地黃	增加心臟收縮力使打出的血量增加，噁心、嘔吐、心跳少於 60 次/分，請告知醫護人員
血管擴張劑 /血管收縮素轉化酶抑制劑	擴張周邊血管，減輕心臟負擔
氧氣治療-呼吸困難時使用	依醫囑流量 2-3L/分鐘，以減輕病人症狀



伍、飲食指導

1. **限制液體攝取**：水份不可超過 1000-1500ml/天。
2. **限制鈉的攝取**：鹽分會使水份滯積於心臟，每日勿超過 3-5 公克（約一小湯匙）。
3. **少量多餐**：避免暴飲暴食。
4. **增加纖維質食物攝取**，保持排便通暢，避免用力解便。
5. 用餐後勿立刻工作，應休息 30-60 分鐘，使心臟充份休息。
6. **維持理想體重**：男生~(身高-80)× 0.7
女生~(身高-70)× 0.6

陸、如何預防再次發作充血性心衰竭



減少心臟負擔因素：

- 預防感冒、貧血、壓力
- 戒菸及避免吸二手菸
- 維持愉快心情，遠離興奮、緊張、生氣的情況
- 女性應盡量避免懷孕
- 避免過度勞力及粗重工作



取自:Adobe stock



保持規律生活：早睡早起，每日應有 6-8 小時睡眠，最好上午及下午，各安排一次短暫休息



避免冷熱溫差大、空氣不佳的環境，如：洗三溫暖，進出冷氣房
下肢水腫、呼吸困難、無法採半坐臥休息時，**應迅速就醫**。



出院後應**按時服藥及定期回診追蹤**。

參考文獻：

蔡仁貞、梁穎、洪美英、高秋惠、楊易宏、張效煌、李瓊淑 (2022)·心臟疾病之護理·於劉雪娥總校閱，成人內外科護理上冊 (八版，739-890 頁)·華杏。

衛生福利部國民健康署(2020)·**心血管疾病預防照護指引**。<https://health99.hpa.gov.tw>

製作單位 9F 內科病房
聯絡電話 03-5527000#9001

