

您認識到自己心臟病發作嗎(heart attack)？



為何本資料說明書的資料如此重要

→ 任何兩次心臟病發作都不會一樣。

心臟病已發作過的人，其第二次發作的症狀可能不一樣。

→ 警告徵兆因人而異。

心臟病發作並非都很突然或嚴重。很多人發作緩慢，開始僅有輕微疼痛或不適。一些人根本就不會感到胸痛——只是上半身其他部位覺得不適。

→ 心臟病已發作過的人，其再次發作的風險更高。

冠心病患者在第二次出現心臟病發作警告徵兆時，仍會延誤尋求醫療救治。

→ 瞭解心臟病發作警告徵兆並立即採取措施，能減少對心肌的損傷，提高生存機會。

太多人由於等了太久才撥打三個〇（000）呼叫救護車，從而失去了生命。

本文資料僅作教育之用。不可替代醫生或心臟病專家針對個體的醫療建議。

心臟病發作有何警告徵兆？

下文概述了心臟病發作最常見的警告徵兆。您可能只出現其中一種，也可能出現多種症狀。這些症狀可能突然出現，也可能在幾分鐘內逐漸惡化。這些症狀通常至少持續10分鐘。

→ 胸部中央出現不適感或疼痛——

通常覺得沉重、緊繃或壓力。心臟病發作過的患者通常將其形容為就像“一頭大象坐在胸部上”或“胸部被帶子纏緊”。這種不適感可能會蔓延至上半身各個不同部位。



胸部

→ 這些上半身部位的不適感：



手臂



肩膀：



頸部



下巴



背部

喉嚨可能還會有窒息感。手臂會覺得沉重或無力。

→ 您可能還會出現其他徵兆和症狀：

- 感覺呼吸短促
- 感覺噁心
- 出冷汗
- 感覺眩暈或頭重腳輕。

記住，心臟病發作的警告徵兆各不一樣，患者經常會同時出現多種警告徵兆。若您出現心臟病發作徵兆，請參閱行動計劃，並迅速尋求幫助。撥打三個〇（000）*呼叫救護車。

*若您的移動電話無法撥打三個〇（000），請試撥112。



心臟病發作警告徵兆——該做什麼

- 停下——立即停下手頭正在做的事，並休息。
- 談話——若身邊有人，要把您的感覺告訴他們。
- 若您服用抗心絞痛藥物：
 - 服用一劑藥量。等待5分鐘。
 - 症狀還未消失？再服用一劑藥量。再等待5分鐘。
- 若您的任何症狀：
 - 很嚴重
 - 迅速惡化
 - 已持續10分鐘
- 馬上撥打三個〇（000）*！
- 呼叫救護車。不要掛線。等待接線員的建議。

*若您的移動電話無法撥打三個〇（000），請試撥112。

心臟病發作為何是緊急情況？

心臟病發作時，每分鐘都很關鍵。太多人由於等了太久才撥打三個〇（000）呼叫救護車而喪失了寶貴的生命。

迅速送往醫院就醫，能減少對心肌的損傷，提高生存機會。醫院裏的醫療人員會為您治療，幫助您減少這種損傷。

為何要撥打三個〇（000）？

撥打三個〇（000）能幫您：

- 快速安排救護車
- 打電話便可獲得治療
- 獲得在等待救護車到來時該怎麼做的建議。

救護車醫務人員經過培訓，會使用專用救生設備，並在救護車裏對心臟病發作開始實施前期治療。

救護車是將您送往醫院的最安全、最快捷的方式，能讓您直接獲得醫療救治。想搭乘私車快速送往醫院，會給車上乘員及其他道路使用者帶來危險。

即便是送往醫院才獲悉不是心臟病發作，也比在家坐等直至最後回天乏術好。

欲知詳情？

欲知心臟病發作的警告徵兆詳情，請瀏覽 www.heartfoundation.org.au。

做好準備

- 瞭解心臟病發作的警告徵兆及該怎麼做。
- 將行動計劃放在隨手可得到的地方（冰箱上或皮夾/錢包裡）。
- 確保您投了救護車險。
- 向家人和朋友講述心臟病發作的警告徵兆及該怎麼做—這些救生訊息不要自己獨享。
- 採取措施降低風險，預防心臟病再次發作—諮詢醫生或瀏覽 www.heartfoundation.org.au。



© 2009–2010 National Heart Foundation of Australia
ABN 98 008 419 761

CON-075-ZH-T.v2

Terms of use: This material has been developed for general information and educational purposes only. It does not constitute medical advice. Please consult your health care provider if you have, or suspect you have, a health problem. The information contained in this material has been independently researched and developed by the National Heart Foundation of Australia and is based on the available scientific evidence at the time of writing. It is not an endorsement of any organisation, product or service.

While care has been taken in preparing the content of this material, the National Heart Foundation of Australia and its employees cannot accept any liability, including for any loss or damage, resulting from the reliance on the content, or for its accuracy, currency and completeness.

This material may be found in third parties' programs or materials (including but not limited to show bags or advertising kits). This does not imply an endorsement or recommendation by the National Heart Foundation of Australia for such third parties' organisations, products or services, including these parties' materials or information. Any use of National Heart Foundation of Australia material by another person or organisation is done so at the user's own risk. The entire contents of this material are subject to copyright protection.