

一、心律不整是什麼

所謂心律不整，顧名思義就是心臟節律不正常，一般正常心跳速率的定義是每分鐘60至100下且跳動是有規律的，心跳不正常的現象，包括心跳過慢、過快或不規則都叫「心律不整」。

二、心律不整的原因

正常人的心跳速率會受到許多因素的影響而改變，例如運動時心跳會加快，而休息或睡覺時心跳會變慢。另外像咖啡或茶的刺激、發燒、緊張、壓力過大、疼痛、缺氧、貧血、低血壓、藥物、及心臟本身的問題，均可能引起心律不整。

三、心律不整的症狀

心悸、心絞痛、呼吸困難、軟弱無力、疲倦、頭暈、四肢水腫、反覆性暈眩等。

四、常見檢查

- (一) 抽血檢查。
- (二) 心電圖檢查。
- (三) X光檢查。
- (四) 心臟超音波或核子心肌掃描及心導管檢查等。

五、治療

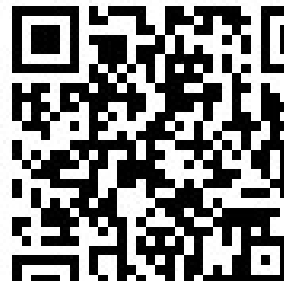
- (一) 藥物治療。
- (二) 植入式心臟去顫器。
- (三) 人工心臟調節器：可分為暫時性及永久性。
- (四) 電燒術。

六、如何自我照護

- (一) 瞭解會導致心律不整的原因，例如：藥物、電解質不平衡、心臟疾病、腎臟疾病等，並預防發作。
- (二) 預防偏食導致鉀或鈣離子不平衡之情形，避免咖啡、酒類、飲料、檳榔、茶類等刺激性食物。
- (三) 瞭解藥物治療的作用及注意事項，及不與葡萄柚、柚子類併用，按時服用藥物及追蹤病情。
- (四) 戒菸、戒酒。
- (五) 每日監測心跳，如果心律突然變快或異常緩慢（每分鐘小於60次）、或節律不規則時，紀錄下後，均應聯繫醫師及告知異常現象。
- (六) 當發生胸悶、心悸、頭暈、異常疲倦、軟弱、暈厥等以上心律不整症狀時，應返院就醫。

內科衛教系列 (37)

心律不整



護理部印製
諮詢專線:03-3613141 轉
3581.3582 (5A 病房)
3583.3584 (5B 病房)
7585.7586 (5C 病房)
109.07 版 822296 B42690



聖保祿醫院