

血管醫學防治中心『焦點新聞』

●血管醫學防治中心網站已掛載於彰基首頁-醫療中心選項中，歡迎各位同工點閱觀看。

●99年5月22日(六)健康列車講座-由鹿基分院心臟內科吳賢寧醫師與雲林分院營養室主任林旻樺營養師主講，歡迎院內同工踴躍參加。

活動流程表(時間：14：30~16：30)

時間	主題內容	主講人
14：00~14：30	入場	
14：30~15：20	主題演講：虎視眈眈的『隱形殺手』—高血壓、高血脂	吳賢寧 醫師
15：20~15：40	運動-上班族健康操	
15：40~16：30	副題演講：營養與飲食-得舒飲食	林旻樺 營養師
16：30~	7/10(六)下次再見	
地點：彰化縣文化局 1 樓演講廳		

血管健康專欄

什麼人易得冠心病與急性心肌梗塞

◎文／蘇矢立 內分泌新陳代謝科醫師

電視常見到最火紅的廣告—膽固醇妹妹，當她黏上你的時候，不易甩掉。為何會如此呢？又易造成怎樣的傷害？每次看到都會令我深思，人生有許多的選擇，如何避免後悔？如何維護健康？都需要步步為營，設想深遠。

其實膽固醇妹妹就是導致血管硬化的基本元兇之一，血管變硬後造成血液流通不良，周圍組織相對性缺氧，使組織功能喪失，加上血中黏附因子(adhesion molecules)、血小板等的聚集形成血栓，當血栓不穩定掉落下來，隨著血液循環流到小管徑的血管時，就發生梗塞的現象，塞到腦就成腦中風，塞到心臟的冠狀動脈就成了冠心病，嚴重的造成急性心肌梗塞，心臟肌肉壞死，導致死亡。

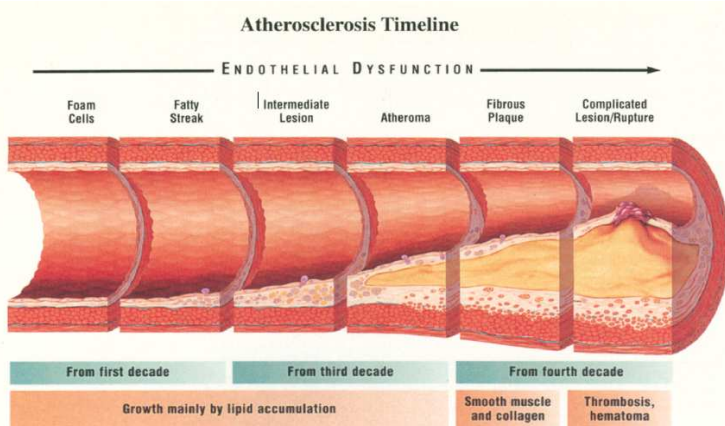


圖 1 動脈硬化過程(Am J Cardiol. 1998 Nov 19;82(10A)23S-27S)

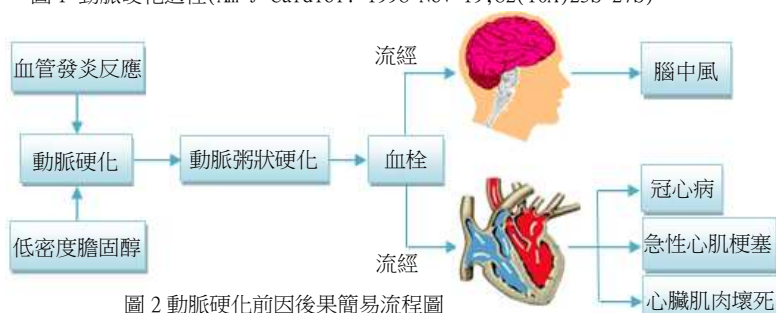


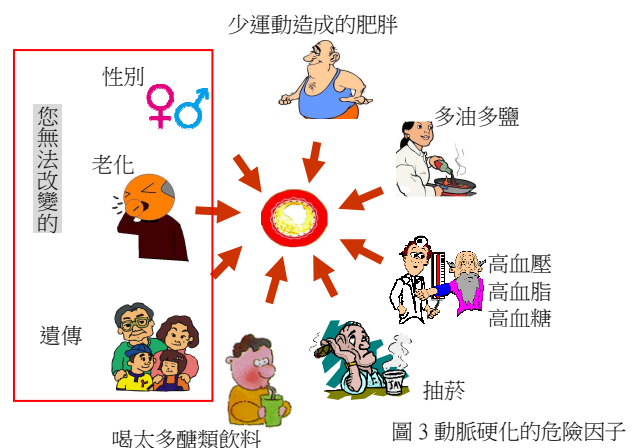
圖 2 動脈硬化前因後果簡易流程圖

做為一位臨床醫師首要的事情就是找出什麼樣的人易得冠心病？加以預防治療才算盡職。影響動脈硬化的因素很多，簡敘如下：

- 1.性別：男性是女性的4倍。
- 2.年齡：男性多好發於40~70歲之間。而女性因停經前荷爾蒙的保護較晚發生，但停經後迎頭趕上男性的水準。
- 3.家族病史：家庭成員中，若一等親有罹患冠狀動脈疾病，則相關家屬得心臟血管疾病的機率亦比無家族史的高。
- 4.肥胖：過多的脂肪堆積在內臟，累積在肝臟形成脂肪肝，與肝炎一樣也會引發肝癌；異常存在心臟，形成俗稱的『心包油』，易增加心臟的負荷，惡化氧量的需求。
- 5.高血脂症：主要是指血液中的膽固醇和三酸甘油酯偏高。尤其是氧化態的低密度脂蛋白膽固醇(low density lipoprotein cholesterol)過高時，罹患冠心病的機率比正常人增高數倍。
- 6.糖尿病：為血中葡萄糖的濃度超過正常生理所能容許的範圍之外，可能是體內胰島素分泌不足或無法充分發揮功能。因為醣化物質(Glycosylated product)會引內皮細胞的功能不良，易伴有大、小血管的併發症。糖尿病患者得腦中風的比率是非糖尿病者的4倍，得心臟血管疾病的比率則上升了2倍。
- 7.高血壓：依照美國心臟血管醫學會的定義不分年齡在休息狀態下，正常血壓之收縮壓為120毫米汞柱及舒張壓為80毫米汞柱。當收縮壓超過140毫米汞柱或舒張壓超過90毫米汞柱時，即可診斷為高血壓。高血壓會造成血管內皮細胞壓力的增加(shear stress)，侵犯心臟、腦部、眼睛和腎臟，造成心臟肥大、心肌梗塞、心絞痛、腦中風、失明或腎衰竭。
- 8.香菸：香菸含多種物質，其中尼古丁會對人體造成傷害，影響心肌，使血管收縮，心跳加快，血壓增加，同時易使膽固醇在動脈內堆積，加上血小板容易聚集形成血栓。

將上述危險因子集合簡敘

以上的危險因素中1-3項是無法改變的，而4-8項是需個人努力可以預防的，只要我們謹記在心，並定期的健康檢查且與血管醫學防治中心的醫療團隊保持良好的互動，由日常生活習慣調整，就可大大降低冠心病與急性心肌梗塞的危險性及傷害。



參考文獻

- 1.Hansson GK. Atherosclerosis N Engl J Med. 2005;352:1685-95
- 2.Harvey D White, Derek P Chew Acute myocardial infarction Lancet 2008; 372: 570 - 84
- 3.A. Bierhaus Multiple levels of regulation determine the role of the receptor for AGE (RAGE) as common soil in inflammation, immune responses and diabetes mellitus and its complications Diabetologia (2009) 52:2251 - 2263
- 4.Drew Evan Fenton Acute Coronary Syndrome e-medicine Updated: Aug 6, 2009

(本電子報內所有血管健康專欄皆摘自本中心血管醫學防治季刊。)