

# 胸痛

急诊科资料说明书

概述

## 何谓胸痛？

胸痛是指胸部的任何疼痛。胸部很多部位都可发生胸痛，包括：

- 心脏
- 肺
- 食管(食道)
- 肌肉
- 骨头——包括肋骨和胸骨
- 腹部——通过复杂神经网络引起胸部疼痛
- 皮肤。

所有胸痛都应该考虑跟心脏有关，直到有证据能够排除。

## 胸痛的原因是什么？

胸痛有几个常见原因。

- **消化不良或返流**(胃酸返流到食管)可引起胸部灼痛。烟、酒、咖啡、高脂饮食和某些药物会加重这一常见病。服用抗酸剂或牛奶后症状一般很快消失。
- 靠近胸骨的**肋间肌肉拉伤和炎症(肋软骨炎)**。
- **带状疱疹**在皮疹出现之前即可引起胸痛。
- **胸部感染**，如胸膜炎(肺部组织内壁的炎症)、支气管炎和肺炎。
- **心绞痛**由流向心脏的血液不足引起。通常在心脏不得不比平时更用力工作时发生心绞痛。很多患有**冠状动脉疾病**(或心血管阻塞)会经历心绞痛。心绞痛经常随着运动、情绪激动或压抑、寒冷天气或饱餐之后发生。疼痛时间很短，并在休息时得到缓解。如果疼痛未随着休息而消失，这可能表明心脏病发作。
- **心脏病发作**胸部疼痛也可由**冠状动脉(心脏)**突然阻塞引起。

很多澳大利亚人死于心脏病发作是因为他们不知道发病征兆或等待过久而没有寻求帮助。

持续超过**10分钟(休息时)**的胸部疼痛，需要立即由医生查看。

如果发生这种情况，请拨打**000**并呼叫救护车。

心脏病发作的新疗法可挽救生命并防止心脏严重受损伤。大多数需要及早进行才可起效，这比寻求早期帮助更重要。

## 治疗

在治疗开始之前，必须找到疼痛的原因。在急诊科您需要接受很多检查和治疗。

- **ECG(心电图)**——用来描绘心脏内部电活动的“图像”的检查。心电图可很快进行并且无痛。
- **验血**——检测心脏(心肌酶)及其他器官的标记物。
- **胸部X光检查**——观察肺部、心脏和胸部大血管。
- 其他检查胸部结构的**成像研究**例如CT扫描和血管造影。
- **药物**——缓解疼痛并扩张(拓宽)心脏血管以使血液更有效地流动。可经静脉给予一些药物(通过插入静脉的输注器)。

医生会向您建议需要的检查。

作为门诊病人您可能要做更多检查或咨询心脏病专家(心脏病医生)。

## 居家护理

回家后的头几天，请尽量放松。如果感到疲倦就去休息。慢慢增加您力所能及的活动。如果感觉良好，没有必要限制工作或重体力活动(包括性生活)。

## 有何期待

诊断胸部疼痛的病因通常并不容易，然而医生将尝试排除掉严重病因。如果您的症状反复或恶化，您应该立即复查。特别是，如果您经历更多未曾经历过的胸部疼痛，请去医院急诊科，如必要可乘坐救护车。家庭医生将需要对您进行随访检查并可能需要更多检查。即使您一直感觉良好，请在下周与您的医生约定随访事宜。

## 降低心脏病发作风险的方法

吸烟、缺少锻炼、高血压、肥胖、高胆固醇、糖尿病和心脏病家族史会增加心脏病发作的几率。

男性的发病风险较高，且随着年龄增长而增加。切记，没有危险因素的人也有可能发生心脏病。

有一些措施能够降低心脏病发作的风险。

- **戒烟**——请致电Quitline，寻求帮助和支持。
- **锻炼**——进行中度体力活动30分钟或以上，每周5天。从快步走开始是一个好方法。
- **低脂肪饮食**——包括鱼、麦片、谷类食物、水果和蔬菜。请选择心脏基金会(Heart Foundation)打勾的食品。
- **保持正常体重**——看当地医生。
- **定期复查**——看当地医生。遵医嘱服用全部药物。不要停药，除非医生建议您这么做。

### 心脏病发作有哪些症状？

- 胸腔中部或胸骨后的疼痛。会有碾压感、烧灼感、挤压感或像重物压迫胸部的感觉。
- 疼痛波及肩膀和手臂、手、颈、咽喉及下颌。
- 出冷汗、脸色苍白。
- 焦虑不安、眩晕或不舒服。
- 感到恶心(恶心或呕吐)。
- 呼吸急促。

每个人的症状都不同。有些人症状很少或根本没有症状。

如果您出现这些症状，请呼叫救护车(拨打000)，然后：

- 坐下或躺下安静休息
- 立刻服用半片阿斯匹林(除非医生告诉过您不能服用阿斯匹林)
- 不要自己开车到医院
- 等待救护车的到来——车上有专业人员和特殊设备，能拯救您的性命。

心脏病发作后，分秒必争。千万不要拖延。治疗越早，效果越好。

如果您对您的胸痛有任何疑问，请呼叫救护车。

### 寻求帮助



发生**医疗急症**时，请前往就近医院的急诊科就诊，或呼叫救护车(拨打000)。



有关其他医疗问题，请找当地医生或医护人员。



欲获得注册护士的健康建议，您可以致电**1300 60 60 24**，联系全天候**NURSE-ON-CALL**，在维多利亚州拨打，费用为市内话费\*。

**NURSE-ON-CALL**为英语不熟练人士提供**传译服务**。请致电**1300 60 60 24**。

\*用移动电话拨打，费用可能较高



### 欲知详情？

- 请向家庭医生或保健人员咨询。
- 请浏览**Better Health Channel**  
[www.betterhealth.vic.gov.au](http://www.betterhealth.vic.gov.au)
- 请联系**National Heart Foundation**  
电话1300 36 27 87  
[www.heartfoundation.com.au](http://www.heartfoundation.com.au)
- 联系**Quit**  
致电131 848，联系Quitline  
[www.quit.org.au](http://www.quit.org.au)

备注：

若欲接收本刊物的可查阅格式，请电9096 0578或电邮至 [edfactsheets@health.vic.gov.au](mailto:edfactsheets@health.vic.gov.au)

2010年12月。也可前往[www.health.vic.gov.au/edfactsheets](http://www.health.vic.gov.au/edfactsheets)在线查阅。

免责声明：本健康信息仅为一般性教育之用。请咨询医生或其他健康专业人士，确保本文信息适合您的个人情况。

