

## 五、注意事項：

### 急性期

- 採取高坐臥姿勢，可以減少心臟負荷及呼吸困難症狀。
- 保持周圍環境安靜，不只是身體上的休息，心情也要放輕鬆。
- 絕對臥床休息。

### 恢復期

- 調整生活作息，下午需小睡片刻，工作時間要比以前減少，晚上早點休息。
- 不做費力、粗重的工作，活動時應採漸進式。
- 按醫師指示服藥，勿私自停藥或改藥，尤其是毛地黃藥物及利尿劑的使用。
- 注意藥物中毒症狀：【毛地黃藥物】每天要測量並紀錄脈搏，假使每分鐘小於60次，且有食慾不好、頭痛、噁心、嘔吐、腹痛、嗜睡、記憶力喪失、幻覺、複視、畏光、皮膚出現麻疹等現象，應回門診就醫。

- 每天早上於上完廁所後及早餐前量體重，並記錄以供醫師治療用藥參考。
- 大小便：大便時不能太用力，以免增加心臟負擔，平日多吃蔬菜、高纖食品，避免便秘，如有需要依醫囑服用適當的軟便劑。
- 戒菸及避免吸二手煙：吸煙是造成冠狀動脈疾病的危險因素，應禁止吸煙，以免增加心臟的負擔。



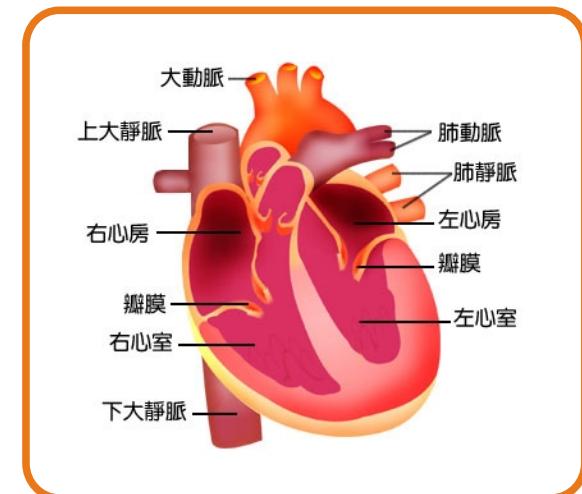
- 避免太冷太熱、溫差太大、空氣不好的環境，如：洗三溫暖，進出冷氣房。
- 按時回門診追蹤。

#### 參考資料：

歐嘉美、林春只、尚忠菁、陳蓓蒂、周幸生(2015)·心臟血管系統疾病與護理·於王桂雲等總校訂·新編內外科護理學上冊(五版, 10-41 53頁)·台北：永大。

制定日期：2018年03月。

# 心臟衰竭患者 注意事項



護理部 內外科病房製作  
諮詢專線：(04)7113456#7000-7003  
讚美專線：0809-055215  
住址：彰化市中山路一段366號  
服務專線：04-7113456

彰化基督教醫療財團法人  
**漢銘基督教醫院**  
CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION  
HANMING CHRISTIAN HOSPITAL



制訂日期：2019年08月

## 一、什麼是心臟衰竭？

指心臟無法排出足夠的血液來滿足身體代謝的需要，使得血液鬱積在心臟和肺部，臨床上表現出運動性喘息、平躺時呼吸困難、水腫、夜間咳嗽等症狀。

## 二、原因：

高血壓、冠狀動脈疾病、缺血性心臟病、瓣膜性心臟病、心肌病變、心包膜疾病、甲狀腺功能異常、貧血、腳氣病等皆可能引起。



## 三、可能的症狀：

### 左心衰竭

1. 呼吸困難、端坐呼吸。
2. 肺水腫。
3. 咳嗽及氣喘。
4. 腦部因缺氧而引起不安、注意力降低及暴躁、易怒。
5. 疲倦或軟弱無力。
6. 因末梢血量減少導致四肢冰冷及指甲床呈藍紫色。

### 右心衰竭

1. 足踝及下肢水腫，嚴重時全身水腫。
2. 嚴重時肝、脾腫大、腹部疼痛。
3. 吃不下飯、噁心。
4. 肋膜積水、腹水。



## 四、飲食注意事項：

1. 飲食採**少量多餐**為宜。
2. 維持理想體重，避免肥胖。
3. 攝取**清淡、低鹽**分的食物。
4. 汽水、含糖飲料、罐頭食品、咖啡及酒等食品應避免食用。



5. 減少**含高油**之飲食，如油炸、油酥等食品。
6. 若有水腫的患者請適量減少水分的攝取，及減少湯汁之攝取。
7. 多選用蔬菜及適量的水果可避免便祕。

若需要更詳細的飲食建議及諮詢，  
請通知護理人員為您聯絡  
「營養師」作深入說明。