

讀者 Q&A

問題：

我的媽媽一直以來都有追蹤二尖瓣脫垂的問題，有時候也會有心悸胸悶不舒服的徵狀，前陣子看到醫療報導，醫師談到心臟衰竭前須注意的相關症狀， 她也有符合病徵，就開始很焦慮，覺得自己壽命不長而感到恐慌，這樣不舒服的狀況是不是真的這麼嚴重？

回覆：

二尖瓣脫垂是所有心臟瓣膜異常之中最常見的一種，其盛行率大約是一般人口的 2 至 3%。有時由於瓣膜變得過於鬆弛而無法緊閉，部分血液會在左心室收縮時逆流回到左心房， 稱為二尖瓣閉鎖不全。二尖瓣脫垂可能伴有疲勞、胸悶或心悸等症狀，稱為二尖瓣脫垂症候群，可能和自主神經系統功能失衡有關，並非一定是心臟功能出狀況。 針對患者狀況建議定期回診評估心臟功能，依據病情醫師也會給予藥物減緩生理不適，生活中增加紓壓放鬆的活動，固定的運動也有助於自主神經平穩減輕症狀。

問題：

這 1-2 個月不知道為什麼嘴巴會一直破，反反覆覆，好了左邊又換右邊，最近舌頭還長了個包，而且傷口又常常裂開流血，吃東西都很不舒服，我是不是免疫系統出問題？

回覆：口腔反覆潰瘍，除了要注意是否有免疫系統方面問題，也有可能因為飲食習慣改變，營養素缺乏，或長期睡眠不佳造成。除此之外口腔感染也會造成口腔潰瘍，建議目前為避免過度刺激傷口，使用刷毛質地較為柔軟的牙刷，避免食用過硬、過鹹、過酸、過燙的食物與飲料，直到傷口復原。建議可以至口腔外科或耳鼻喉科就診確認病因。

健康教育中心