

高血壓性心臟病

張奶奶 82 歲，已經治療高血壓好幾十年了，在心臟科門診規則追蹤，但血壓一直控制得不好，收縮壓常常都在一百五十毫米汞柱以上。但生活一直很正常沒有不舒服，而且收縮壓已經比剛開始就醫前動輒兩百多好多了，所以雖然每次回診醫師都一直搖頭，表示血壓控制得不好要再加強，但張奶奶和家人都不以為意。常規抽血檢查顯示腎臟功能慢慢退步，但平常也沒有症狀。最近開始活動變得愈來愈喘，走沒幾步就要停下來休息，腳腫起來了，睡覺也要墊兩個枕頭才能入睡，回診時被醫師診斷是心衰竭！

什麼是高血壓性心臟病？

高血壓是最常見的慢性病之一，根據全球流行病學的統計，大約每四人就有一人有高血壓，但是多數的高血壓患者血壓都沒有被適當控制。當血壓長期偏高，就會產生併發症。高血壓的常見併發症好發於腦部（中風）、眼睛（黃斑部水腫、出血）、心臟、主動脈（動脈硬化、剝離）、周邊動脈（動脈硬化、狹窄）和腎臟（蛋白尿、

腎衰竭)。「高血壓性心臟病」指的是因長期血壓偏高，心臟的結構隨之發生變化，從而導致的併發症，包含心衰竭、冠狀動脈疾病和心律不整。

1. 心衰竭：因為長期血壓高，增加心臟負荷，心肌會變得肥厚，收縮和舒張功能受到影響，最終進展到心衰竭。
2. 冠狀動脈疾病：高血壓會影響血管內皮功能，造成動脈硬化，導致血管慢性狹窄（慢性冠心症）或急性閉塞（急性冠心症，如心肌梗塞）。
3. 心律不整：心肌肥厚會影響心臟傳導組織，產生傳導異常或心律不整（尤其是心房顫動）。

高血壓性心臟病的臨床表現？

大部分高血壓患者的症狀都是因為到了疾病較晚期已經發生了併發症，由併發症所導致的。包含：

1. 心衰竭：呼吸困難、水腫、體重增加、咳嗽、運動能力下降、夜間頻尿。
2. 冠狀動脈疾病：胸悶、胸痛、呼吸困難、運動耐受力下降、噁心嘔吐。
3. 心律不整：心悸、胸悶、胸痛、頭暈、倦怠、呼吸喘、昏厥及

意識改變。

高血壓性心臟病如何治療？

高血壓性心臟病的治療包含高血壓本身及併發症的治療。

高血壓治療包含生活型態的調整和藥物治療。生活型態調整包括：限制鈉攝取（限鹽）、限制酒精攝取、減輕體重、戒菸、飲食調整（得舒飲食）及運動（尤其是有氧運動）。當單獨進行生活型態調整後仍無法將血壓控制在目標範圍之內，通常就要開始使用藥物。而併發症若已經發生，則需要對其進行相對應之評估與治療，包含生活型態調整、藥物、或手術。

有高血壓性心臟病該怎麼辦？在臺大醫院要看什麼科？

高血壓是最常見的慢性病之一，本院各科門診多能處理一般輕微高血壓患者。若已經產生了高血壓性心臟病，可於一般內科、心臟內科或家醫科進行評估及後續治療。若心臟疾病較複雜或嚴重度較高，對一般藥物治療反應不佳時，則應轉診心臟內科接受進一步評估及治療。

內科部心臟血管科暨遠距照護中心主治醫師 黃慶昌