

何謂心房纖顫

心房纖顫是由於心臟產生混亂的電流引致，電流走入心房干擾正常心跳。由於患者的心跳不規律，心房無法把所有血液泵出，停留在心房的血液因此凝固，形成血塊。血塊一旦隨動脈流到大腦，便有機會堵塞腦血管，引發缺血性中風。

心房纖顫患者會出現疲倦、頭暈、氣促、心悸、胸口疼痛等症狀，但亦有部分患者沒有明顯症狀，一病發時已導致中風，後果可大可小。建議在恆常的身體檢查中加入心電圖檢查，如果出現以上病徵，應盡快看醫生及進行深入檢查。

除了年紀大，肥胖、患甲狀腺病、糖尿病、冠心病、心瓣病及其他心臟結構疾病，亦是患上心房顫動的高危因素，有關人士應提高警覺。

關注心腦健康的朋友，相信都聽過薄血藥（又稱抗凝血藥），是一種用來預防因心房纖顫而引致中風的藥物。但很多人對薄血藥存有謬誤，以為它會容易令身體各個器官出血，服用時又需要戒口，缺點多多，其實隨着新藥的出現，現今的新型薄血藥安全性已有所改進。

究竟為甚麼病人對薄血藥如此存有「戒心」？因為服用傳統薄血藥的病人必須定期驗血及戒口，而且有內出血風險，注意的事項頗多。近年新一代的薄血藥面世，可說為心房纖顫患者帶來新希望，吃藥時不用太多顧慮。新型薄血藥的功效與華法林一樣，但不需要定期抽血及擔心食物或藥物相沖。但由於每位病人身體狀況不同，所以用藥前必須先諮詢醫生。

隨着醫學的進步，除了服用藥物控制病情外，醫生亦會採用「射頻消融術」來治療心房纖顫。這是一項微創手術，做法是在大腿內側將導管引入心臟，利用導管發出射頻能量，在心臟表面形成一道「防火牆」，阻止肺靜脈電流傳導至心房，令心率回復穩定。

不過，正所謂預防勝於治療，平時多強健心臟，將患心房纖顫的機會率減至最低才是上策。須注意日常飲食，少鹽、少糖、少油是基本原則，以控制膽固醇和降低血壓。另外，應避免飲酒和吸煙，作息定時，以及做適量的帶氧運動例如跑步及游水等。50歲以上的朋友，建議定期進行身體檢查，保障健康。

資料來源：胡國樑醫生

香港浸信會醫院招顯洸心臟中心心臟科顧問醫生