

前言

在現實生活中，有許多情形可能會使你心跳速度加快或是變慢，甚至是忽快或忽慢，對於這種能自我感覺到心臟的跳動，臨床上都統稱為「心悸」。

一般來說，正常人是不会感受到心臟的跳動，心悸則是指會不舒服地感到自己的心跳，這是種主觀的感受，其實很常見，少部份是心臟疾病或心律不整造成外，另一部分則是續發於其他因素如焦慮症或者是運動過後而導致的心臟代償作用。

心悸的引發原因

引起心悸的原因，大約可分為以下幾類型：

1. 心律不整：各種種類的心律不整會有心悸的症狀，其心律可能是很快的，或是很慢的，或是偶爾跳一下、又不跳，或是一直亂跳，另外很多心臟疾病包括冠狀動脈心臟病、先天性心臟病、風濕性心臟病及心肌病變等患者，都可能以心律不

整為表現。頻率有可能是每天發生，或者是久久才來一次。若是合併胸悶、盜汗、頭暈甚至是心搏過速情況，這就有可能是心臟功能出了問題，甚至有致命性的危機，應該立刻就醫檢查。

2. 精神官能症：對於焦慮、恐慌症患者，或是壓力大、神經緊張的人，他的心臟功能是正常的，但因為容易緊張，心跳速率可能比常人來得快。
3. 新陳代謝等非心臟疾病：比如感染、發燒、低血糖以致電解質不平衡等情況，都可能使心跳異常；而甲狀腺功能亢進等內分泌失調的患者，也可能因分泌激素，影響神經系統，使得心跳變得不正常。
4. 藥物、飲食所誘發：如大啖麻辣鍋等辛辣食品，喝含有可能讓心跳變快的茶、咖啡、酒精性飲品，或是服用其他像氣喘或者是感冒藥物，都可能造成心跳變快而導致有心悸等不舒服的症狀。

要確診是心臟出了毛病，還是生性太過緊張所造成的心悸，醫生除了詳細問診、量脈搏與理學檢查外，偶爾還會請病人做心電圖檢查，以利找出原因。

但如果心電圖檢查是正常的，病人卻還在抱怨「醫生呀！我來醫院門診就好好的，一回家整個晚上心臟又開始碰碰跳地睡不好。」，對這種情形，醫生則會視情況，讓病人使用24小時攜帶型心電圖，藉由長時間記錄，釐清病人是否罹病。

釐清原因 對症治療

如果釐清了原因，即可針對成因加以治療，若是屬於心臟疾病引發，比如說是心室肥大、心肌梗塞、缺氧等心臟疾病所引起，這可能需要進一步接受心臟超音波檢查，或是心導管檢查與治療；若是瓣膜性心臟疾病所誘發，或許有需要置換瓣膜。

而如果是心臟傳導系統出問題所引發的心律不整，這也可以用電燒法來治療，燒灼掉不正常的傳導路徑，或是在患者心室內裝置去顫器，以在心臟不正常跳動時，予以適時放電導

正。而在治療心悸藥物的選擇上，乙型阻斷劑、鈣離子拮抗劑等，都是常見用的處方藥物。但要強調地是，以上種種的治療，都需醫師依個人情況不同做不一的處置。

但如果心臟功能與結構都正常，而是心理疾病或內分泌失調，或現正服用的慢性藥物影響所致，醫生也許會轉會精神科、內分泌科等，或與病人討論更換慢性用藥的可能性。另對咖啡因較敏感的人，則建議應少喝這類飲品，以利改善心悸所造成的不適。

合併胸悶、會喘 宜速送醫

其實每個人一生之中，或多或少感受過心悸，但是絕大多數都是正常的，即使是心臟內科門診主訴心悸的病人，經過醫生仔細釐清原因，也有7、8成以上是沒有心臟疾病的，所以如果只是偶爾心悸、沒有造成太大不適與影響生活質，可先行觀察，例如先坐下來或躺下來休息、平復情緒，或量測一下自己脈搏，若情況沒有持續、且脈搏恢復正常速率，則可不必急著就醫。

但如果心悸情況很常有，或是頻

率變得愈來愈密集，每次發作時間愈來愈長，且造成身體不適，或是在心悸時常合併手腳冰冷、胸悶、盜汗、臉潮紅、呼吸急促、甚至是昏睡情況，這就有可能是心臟功能出了問題，甚至有致命性的危機，應該立刻就醫檢查。



心悸



如有相關問題，歡迎諮詢或洽健康中心
三民校區：(04)2219-5233~5237
民生校區：(04)2219-5888
E-mail：student31@nutc.edu.tw

國立臺中科技大學
～ 學務處衛保組關心您～

