



郭綜合醫院

二尖瓣脫垂自我照護

一、二尖瓣脫垂造成原因

部分二尖瓣脫垂有遺傳傾向，發生率女性是男性的兩倍，常見於一等血親有二尖瓣脫垂、身材較清瘦、先天性直背、扁胸或凹胸的人身上。由於二尖瓣的結締組織產生變化，二尖瓣的海綿樣結構的中間層異常增生，造成二尖瓣外觀上變厚、變長，在閉合時出現了脫垂現象，因而稱為二尖瓣脫垂。

二、如何確定診斷？

臨床上的症狀表現包括心悸(心臟多跳一下或少跳一下)、胸悶、胸口不適、容易疲倦等，病人容易呈現緊張和焦慮。醫師聽診時可以聽到典型的心縮期心雜音，可以經由心臟超音波來確定診斷。

三、治療方式

1. 脫垂不嚴重或無症狀者，只需定期追蹤即可。
2. 有不適症狀，可接受乙型交感神經阻斷劑或鈣離子阻斷劑治療。
3. 嚴重者需手術修補脫垂瓣膜。

四、二尖瓣脫垂注意事項

1. 規律生活，適度休息，避免熬夜。
2. 只要體力能負荷的活動皆可參與，如果發生胸痛症狀最好先暫停。
3. 避免刺激性飲料，如咖啡、濃茶。
4. 若要手術或拔牙前，須告知醫師，予以適當藥物，避免心內膜炎。
5. 依醫師指示儲備適量藥物，病況發生時可立即服用，並定期回醫院追蹤超音波檢查。