

可致命

心亂跳

心律不整

我們偶然會感到心跳急速、卜卜地跳，如果是因為緊張或運動後也屬正常，但如果在靜止狀態下無故心悸、心亂跳，有機會是心臟隱藏的疾病所致，必須盡快見醫生檢查清楚。

撰文：陳旭英 設計：林彥博



►馮加恆醫生說，有六成心悸由非心臟原因引致。

二

十五歲的陳小姐月前在睡前休息時，突然感到心跳急速，她佩帶的運動手表顯示心跳達每分鐘九十八下，她感到十分驚訝，因為平常心跳只是每分鐘約七十下。當晚心跳過速令她無法入睡，亦有點手震。翌日早上，她立即去見家庭醫生，經臨牀檢查及詳細了解後，發現原來與她服了某類感冒藥有關。

晚上，他感到頭痛、發燒，當天早上注射了新冠肺炎疫苗的他，知道這可能是注射疫苗後的反應，但擔心這會否是心肌炎，於是立即到急症室求診。

二十八歲的何小姐這天來到養和醫院門診求醫，進入診室時醫生已留意到她的呼吸急速和氣喘，她向醫生表示覺得心跳很重、很辛苦，胸口有點鬱悶，並有暈眩感覺。醫生了解情況後，立即為她進行心電圖檢查，看到她心跳達每分鐘一百八十二下，配合心電圖的跳動模式，確診室上性心搏過速（Supraventricular Tachycardia，簡稱SVT）。

自己把脈 檢查心跳

我們有時都會突然感到心臟大力地跳動，或突然快速地跳，但怎樣分辨甚麼情況是正常，怎樣才是不正常？

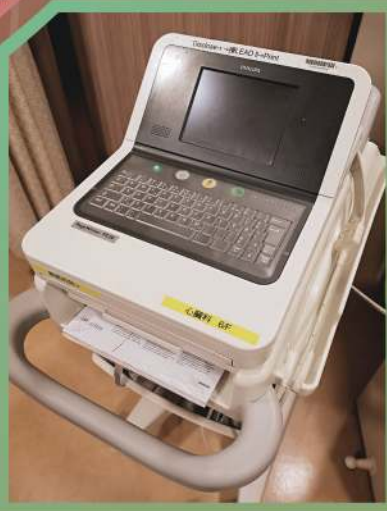
養和醫院駐院醫生馮加恆醫生說，上述情況一般稱為心悸，泛指不正常的心跳情況，即醫學上所稱的心律不整。

怎樣算是心悸？

馮醫生說，我們間中都會感到自己的心臟卜卜地跳、有力地跳，但這情況不一定不正常。

◀如感覺心跳很快或不規則亂跳，應盡快求醫檢查清楚。

►心電圖檢查有助醫生了解病人心悸的情況。



「我們在受驚、緊張、運動後、缺水、發燒、甲狀腺問題、藥物影響下，心跳都會加速，這類屬正常反應。」

十個心悸或心跳加速人士當中，六人非源於心臟問題，四人是由於心臟的問題所致。」

怎樣才叫正常的心跳？馮醫生說，我們可以嘗試為自己把脈，把手指放在頸動脈或手腕動脈上，如感到心跳齊整、一下一下地跳，沒有時快時慢就屬正常，但如果心跳時快時慢、不齊整的，就屬不正常。

正常心跳是每分鐘

六十至一百下，但個別人士例如經常做運動的人士，其心跳可以較慢；而肥胖的人士，心跳會較快，所以心跳在每分鐘五十至



▲患者亦可透過刺激迷走神經讓心跳減慢，包括把面部浸入冰水、握緊雙拳、憋氣、腹部用力。

突然發生 沒有先兆

一百一十下之間的範圍內都算是正常。

如果心跳快是因為上述受驚、發燒等非心臟的原因，心跳會慢慢地加快，過一段時間會慢慢回復正常；相反，

如果心跳加速是突然發生的，像開燈、關燈般，這類會令患者



▲心電圖顯示患者發生室上性心搏過速（SVT）。

非常不舒服。

突然心跳加速，

又突然回復正常，事前可以完全沒有先兆，這情況較常發生在年輕人身上，這種危險心跳稱為室上性心搏過速（SVT）。

一些嚴重的SVT個案，患者發作時會伴隨出汗、氣喘病徵，並有暈眩之感，上述個案何小姐便屬這類。

SVT患者心跳一般達每分鐘一百五十下以上，很多時甚至達每分鐘一百八十至二百下。

何小姐求診時心跳達每分鐘一百八十下，醫生先為她靜脈注射藥物三磷酸腺苷（ATP）減慢心跳。醫生向何小姐解釋，藥物有短暫副作用，會感覺心「離一離」、暈眩，但很快可以令其



馮醫生說，如出現心律不整的病人向家庭醫生求診，醫生會先了解病歷、心律不整出現有多頻繁、發作時的嚴重情况等，並

▲運動時，心跳可以達至每分鐘一百七十以上。

第四種是心臟傳導阻滯 (Heart Block)，即心臟傳遞電波出問題，令心跳過慢或不正常，嚴重者可以突然心臟停止跳動，這類患者可以選擇植入心臟起搏器。

馮醫生說，如出現心律不整的病人向家庭醫生求診，醫生會先了解病歷、心律不整出現有多頻繁、發作時的嚴重情况等，並

對性治療。

第四種是心臟傳導阻滯

(Heart Block)，即心臟傳遞電

波出問題，令心跳過慢或不正

常，嚴重者可以突然心臟停止跳

動，這類患者可以選擇植入心臟

起搏器。

馮醫生說，如出現心律不整

的病人向家庭醫生求診，醫生會

先了解病歷、心律不整出現有多

頻繁、發作時的嚴重情况等，並

▲運動時，心跳可以達至每分鐘一百七十以上。



▲咖啡、濃茶、酒精類飲品，都會令心跳加快。



非心臟問題導致心悸的原因

- 劇烈運動
- 捱夜、失眠
- 進食某些物質，如某些藥物、咖啡因、尼古丁、酒精等
- 情緒問題，包括壓力、焦慮、恐慌
- 身體狀況異常，如脫水、荷爾蒙變化、低血糖、電解質異常、發燒、貧血、甲狀腺功能亢進

作心電圖檢查。如果經詳細檢查

後，確定病人沒有心臟

結構問題，只是偶然出

現心悸，或找出屬非心

臟問題誘發心悸的原因，

便毋須太過擔心。

但如果經檢查後確認屬

心律不整，或患者表示心悸情況

經常發生，有需要會轉介至心臟

科醫生作進一步跟進，例如要檢

查心臟是否有結構性問題。大部

分心律不整都可以先透過服藥控

制，之後再考慮是否接受手術治

療。

「心臟科醫生詳細檢查

後，會與病人分析不同治療方案

的利弊。病人通常會選擇先用藥

控制，然後衡量是否應接受導管

消融手術。現時醫療儀器進步，

患者亦可以考慮植入心臟起搏器

或除顫器控制病情。」

危險心跳 盡快求醫

馮醫生說，很多不同的原因

都會誘發心跳加速，如果是由於

良性原因誘發，例如服用某些藥

物包括感冒藥或哮喘藥、經常飲

濃茶咖啡等，只要找出原因，讓

患者盡量避免接觸誘發心跳加速

的物質或藥物，一般都有助減少



▶心導管消融術可減少病人出現不正常心跳的機會。

▼導管經大腿靜脈進入。



神經的非藥物治療方法嘗試控制心跳，包括冰水敷面等，心跳在數分鐘後便逐漸減慢，回復正常。

但其後發作頻密，甚至影響工作，最後一位心臟科教授為他進行心臟導管消融術 (Radiofrequency Catheter Ablation)，導管從大腿靜脈置入，到達心臟後，把電線置入心臟不同位置進行電生理檢查 (Electrophysiology Study，簡稱EPS)，透過誘發不正常心跳，找到發出多餘

訊號的電路並把它消融，減少它引發不正常心跳的機會。

四類嚴重心悸

第二類常見的嚴重心悸情況是心房顫動 (Atrial Fibrillation)，患者心跳不規則、時快時慢。患心房顫動的病人，中風機會比一般人高五倍。這類病人必須服藥控制，或考慮接受心臟導管消融術，減低中風風險。

第三類是心室顫動 (Ventricular Fibrillation)，這類較罕有。患者因為心室的心臟電

▼如懷疑心臟有結構問題，需要照電腦掃描檢查清楚。



▲患者可以透過小儀器或某些智能手機的應用程式，監察不正常心跳。



◀如病情適合，可考慮於心臟植入體積細小的除顫器。



發作次數；另外濫用軟性毒品、肥胖等，亦會影響心跳。

上述第一個案陳小姐，經醫生了解後，發現她所服用的感冒藥含有氣管擴張劑成分，導致心跳加速。而第二個案何先生到急症室檢查後確認沒有心肌炎，翌日心跳已回復正常，醫生相信何先生的心跳加速是注射疫苗後的反應。最近有年輕人注射新冠疫苗後，引發心肌炎，馮醫生表示胸口痛及心跳快是心肌炎的病徵，提醒注射後若出現相關情況需要留意，有問題應及早見醫生。

馮醫生說，當有心悸徵狀或心亂跳情況，特別是伴隨頭暈、氣喘、失去知覺等就必須盡快見求醫。如果在靜止狀態下，心跳仍達每分鐘一百五十下以上，便屬危險，要盡快求醫，有需要時會轉介見心臟科醫生，進行心電圖、照超聲波等詳細檢查。病人或需要佩戴一個二十四至四十八小時心跳監察器，記錄心跳紊亂的時間，讓醫生進一步分析，協助計劃治療方案。因