Expertise you trust.
Service you deserve.

New York Hospital Queens

2011 年秋季刊

專家的呵護 *就在這裏*

對心臟和心血管更高級別的照護。 就在皇后區心臟病醫院。

您瞭解自己罹患心臟病或心血管病的風險嗎?

憑藉皇后區心臟病醫院的醫生幫助，控制您的患病風險因素。

在我們每個人身邊都曾有人出人意料地突然被心臟病擊倒。 心臟病作為美國人健康的頭號公敵，影響著 8000 多萬美國人的生活。因此您不禁會問自己「同樣的事情是否會發生到我身上？」

但如何阻止悲劇在您的身上發生？ 首先要瞭解可能引起心臟病的風險因素，其中的一些因素是可以透過改變生活方式及藥物治療得到控制的。

您應該從以下幾點做起：

瞭解您目前的狀態

若您身體超重、吸煙、患有糖尿病或高血壓症或高膽固醇症，則您屬於心臟病高發人群。

此外，若您飲食中的飽和脂肪酸、反式脂肪酸、膽固醇、鹽和糖的含量偏高，則您罹患心臟病的概率將會增高。 此外，年齡也是另一個指標。 45 歲以上的男性和 55 歲以上的女性罹患心臟病的風險偏高。

瞭解您的家族病史

您是否有心臟病的家族史？ 如果您的父親或兄弟曾在 55 歲之前患有心血管類疾病，或您的母親或姊妹曾在 65 歲之前患有此類疾病，那麼您患病的風險也會隨之增加。

根據美國心臟協會的調查，有特定民族背景的人群也是心臟病的高發人群，例如非洲、墨西哥及印度後裔。

雖然您不能改變自己的家族史，但您可以預防或控制心血管疾病的發生。 請與紐約市立醫院皇后區分院（NYHQ）的醫師探討您怎樣可以控制該風險因素，比如透過減肥、保持健康的血壓和血液中膽固醇的水準，從而降低您罹患心臟病及中風的風險。

今天就和 NYHQ 的醫生探討如何降低患病的風險 我們的醫生可以幫助您控制風險因素並降低您罹患心臟病的風險。 可透過致電 **800-282-6684** 或造訪 **nyhq.org** 並點按「找醫生」與社區內或醫院的醫務人員進行約診。

您的心臟是否健康?

您的醫生可能會推薦一項或多項用以診斷和治療心血管疾病的檢查:

接受體檢

安排一次體檢是對抗心臟病及心血管疾病的一個必要環節。 以下的常規血液篩查可以幫助您及您的醫師瞭解您的狀況:

血壓。 若血壓計讀數高於 140/90 mmHg（毫米汞柱）則說明存在較高風險。

膽固醇。 膽固醇總量若達到 240 mg/dL 或超過該水準且低密度脂蛋白膽固醇總量達到 160 mg/dL 或以上則意味著您罹患心臟病、中風及心血管類疾病的風險加大。 若您是年過 45 歲的男性或年過 50 歲的女性，那麼應該與您的醫生探討篩查的頻率。

接受深入檢查

若您已有心臟病徵狀但不存在常見的風險因素，或若您的家庭成員曾在青壯年時期罹患心臟病，您的醫生可能會推薦您接受以下檢查:

C-反應蛋白。 它的總量若高於 3 mg/dL 曾可能和與心血管疾病相關的炎症有關。

同半胱氨酸。 它在您體內的數量若過高（高於 10.8 微摩爾每升）可以增加罹患中風及心臟病的風險。

下一個層級

您的醫師可以透過以下檢查尋找具體的心臟病跡象:

壓力測試。 該測試往往透過您在跑步機上走步的方式進行，而您的醫師則會監控您身體在盡力運動時的反應。

超聲檢查。 超聲心動圖透過超聲波搜尋心臟的問題和損傷。 **血管超聲檢查**用於觀測周邊血管系統從而診斷某些如腿部疼痛等徵狀的成因。

CT 掃描與核磁共振。 這類診斷性成像檢查可以顯示整個心臟及心血管系統中斑塊的形成及阻塞狀況。 在心臟病發作之後，透過這類檢查可以瞭解心臟受損的程度。

腹主動脈瘤 (AAA) 篩查。 您的醫生透過超聲檢查搜尋擴張的主動脈，若未能及時發現，一旦主動脈破裂將導致十分嚴重的醫學併發症甚至引起死亡。

插管檢查。 透過將一根導管從腕部或腹股溝的血管插入心臟然後注入染料的方法，您的醫生可以發現所有血管阻滯的現象並診斷心臟所處狀況。

若您的年齡、性別或風險因素符合一定條件，保險公司通常可以承擔篩查費用。

針對新生兒的心臟保護

作為一家綜合性心臟病醫院，紐約市立醫院皇后區分院可以確保即使是最幼小的心臟也會得到最周到的照護。 每 1000 位新生兒中會有 8 個患有先天性心臟病。 在 NYHQ，我們可以治癒這些患兒，並且儘量使用微創技術將對他們幼小的身體可能造成的傷害降至最低。 您可以前往**nyhq.org/stories_from_the_heart**. 檢視我們曾經幫助過的病人，並瞭解他們現在的生活狀況。

感到心絞痛? 別再猶豫! 若您感到胸口疼痛，請立即**致電 911**.救護車將把您送至能夠幫助您的就近的醫院。 NYHQ 是一家一級創傷修復中心，我們的專家全天候、無休息日地幫助您處理任何緊急情況。我們是皇后區內唯一幾家治療 STEMI （ST段抬高心肌梗死）的指定醫院之一。 我們還下設一家紐約州政府指定的區域中風治療中心，因此若您懷疑自己或家人罹患中風，我們將為您提供最優質的照護服務及最先進的技術與診療手段。

為何紐約市立醫院皇后區分院是心臟及心血管養護的*首選*

紐約市立醫院皇后區分院提供一整套診療服務，涉及的領域包括心臟病學、介入式心臟病學、心臟及胸部外科手術、介入式放射學及血管內腔與血管手術。

Gregg Landis, 醫學博士

Chong Park, 醫學博士

兼任心臟科主任及 NYHQ 心臟導管科負責人的 Chong Park 博士（醫學）表示，「我們的心臟與心血管診療中心是社區內醫師及患者的一站式服務站。人們無需前往多家康復機構就能獲得高級的治療手段、治癒技巧與醫療技術。」

1 **治療**：作為皇后區的心臟病醫院，我們集合了一大批心血管專家，以確保患者在這個區域內獲得最為全面、周到的服務。

我們的心臟康復計劃是另一個證明我們全力服務患者的最佳例證。患者可以在完成醫院的手術之後直接接受康復幫助。而康復中心的地址就是位於 Fresh Meadows 的心臟健康中心。我們針對罹患心臟病或接受心血管手術的患者提供結構化及自動監控的鍛煉計劃，並配合營養顧問及培訓指導。

2 **技術**：NYHQ 提供最新的診療技術與最先進的診治程序，包括徑向插管術。這項一流的插管技術是透過腕部的小切口實現的。對於一些患者來說這比透過腹股溝的切口進行插管要簡單得多。

3 **科技**：NYHQ 的患者可以受惠於最新科技成果，如核磁共振安全起搏器，憑藉該技術，安裝了起搏器的患者也可以接受核磁共振的檢查，這會為醫生提供有價值的資訊。

Gregg Landis 醫生（醫學博士）任心血管外科、血管內腔外科主任以及 NYHQ 外科副主任，他表示醫院還配備了混合型手術室。這種創新為外科醫師提供更多的靈活性，讓他們有機會按照需要改進手術程序，而無需將病人移動至另一間手術室。

提供全方位綜合性服務

紐約市立醫院皇后區分院的心臟與心血管診療中心提供全方位服務。NYHQ 心胸外科主任醫師 Samuel Lang（醫學博士）表示「我們高度精密的手術程序可以在治癒一系列複雜病症方面帶來絕佳效果，其中包括各種心臟及肺部疾病。」我們的服務包括：

- 心臟手術，我們是在皇后區有此資質的唯一兩家醫院之一
- 周邊動脈整形及支架更換
- 心血管及血管內腔手術
- 心臟康復
- 起搏器與除顫器的植入
- 心臟插管與支架
- 兒科心臟病診治
- 複雜的心臟成像技術，包括核磁共振與 CT 掃描
- 心律不齊的診斷、監測與治療（電生理學）

立即安排一次體檢

您是否需要心臟或血管檢查？立即與社區或醫院的醫師約定看診時間從而弄清是否需要檢查。致電 **800-282-6684** 或造訪 **nyhq.org** 並點按「找醫生」。

New York Hospital Medical Center of Queens
56-45 Main Street
Flushing, NY 11355

Non-Profit Org.
US Postage
PAID
Stevens Point WI
Permit No. 103

New York Hospital Queens

A higher level of heart care.
Right here in Queens.

HEART & VASCULAR CENTER

member
NewYork-Presbyterian
Healthcare System
affiliate: Weill Cornell Medical College

不要忽視周邊動脈阻塞疾病（PAD）的跡象

周邊動脈阻塞疾病（PAD）是一種由於固醇及脂肪在為四肢供血的血管中堆積導致阻塞血液流動，誘發心臟病及中風的現象。 雖然它多見於腿部，但在為雙臂、頭部、腎臟及胃部供血的血管中也可發生。

若您符合以下條件則屬於 PAD 的高發人群：

- 年齡在 50 歲以上
- 患糖尿病患者
- 有吸煙史或仍在吸煙

若您被診斷為患有高膽固醇症或高血壓症或二者都有或曾罹患心血管疾病、心臟病或中風，您也屬於高發人群。

PAD 的徵狀

走路困難是患有 PAD 的危險信號。兼任心血管外科、血管內腔外科主任以及 NYHQ 外科副主任醫師的 Gregg Landis（醫學博士）表示「多數人稱行走時有痛感或小腿、腳部出現痙攣。」

其他徵狀包括：

- 出現不可癒合或愈合速度慢的傷口
- 休息時腳部疼痛或變涼
- 一條腿的溫度低於另一條腿
- 一條腿的毛髮及腳趾甲生長速度慢

若您感到了任何 PAD 徵狀，應聯絡您的醫生或 NYHQ，因為它可能意味著病症已經進入晚期。

Landis 醫生表示，「我們提供針對 PAD 的一系列治療手段，包括藥物、微創及傳統外科治療方法。」

加入一個 NYHQ 支援團隊

若您已被診斷罹患心臟病或曾突發過心臟病，那麼可以透過我們的支援團隊—心連心—獲得所需的資訊與心理安慰。致電心臟健康中心 **718-670-1695** 瞭解詳情。

手術還是支架?

視您的心臟或心血管所處的具體狀況而定，您的醫師會推薦給您手術（直接清理血管中的阻塞）或支架（插入保持血管通暢的的裝置）的方法進行治療。 兼任心臟科主任及 NYHQ 心臟導管科負責人的 Chong Park 博士（醫學）表示「每種方法都有它的優勢及風險。」

心內直視手術，對於血管內有多處阻塞或支架風險過高的患者來說是最佳選擇，或者當患者還有其他需要解決的問題，如瓣膜問題或主動脈擴張時，這將是首選方法。 NYHQ 心律外科主任醫師 Charles Mack （醫學博士）補充說道，「對於有三種或多種血管類疾病的患者來說，心內直視手術的長期效果更好。」 但是術後恢復比較困難，所以若您體重過重或過輕，年齡偏大或患有慢性疾病，那麼需要您和醫師探討、商議。

支架是透過微創技術植入的裝置，它可以幫助您更快速、更輕鬆地恢復。但請牢記，在一段時間後您很可能需要重複植入支架的過程並且在支架後仍需要借助藥物幫助控制病情。