

如是者，李

太每隔數月便出現一次口

腔不適，於是又趁出港島時求見另一位牙醫，檢查後發覺牙齒沒問題，惟有又洗一次牙……結果近數年她每隔三數個月洗一次牙，前後換了五、六名牙醫，牙齒洗得光亮潔白，真正病源卻繼續隱藏，繼續作惡。

正所謂頭痛醫頭，腳痛醫腳，李太怎想到口腔不適不是見牙醫呢？丈夫因為頭暈而發現患心臟病，她又沒有頭暈病徵，又怎想到自己與丈夫患上同一種病呢？加上她生活健康，一年十二個月當中有九個月游早水，在月亮未落太陽未升之時一口氣游到浮台，很多年輕人都自歎不如，又怎估到如此強健的體魄，竟然是外強中乾？

養和醫院心臟科中心周慕慈醫生說，心臟病患者的病徵並不一定胸口痛：「當患者出現心缺血時，所出現的痛楚可以由心臟

▲周慕慈醫生指出心缺血病徵不一定是心絞痛，痛楚可以反射至身體其他部位。



## 心臟病 高風險人士

- 有家族病史人士
- 工作壓力大人士
- 中年人士（男-40歲、女-50歲）
- 吸煙者
- 高膽固醇人士
- 糖尿病患者
- 缺乏運動者



▲ 高血脂包括膽固醇及三酸甘油脂，會令血液濃稠，增加阻塞心血管機會。

► 當膽固醇積聚時，心血管通道便會收窄。



# 心缺血

傳至或反射至附近部位，常見的有左膊痺痛（因心臟位於左胸口）、左臂痛，有時會反射至較遠位置，例如右後背痛、腹痛，甚或痛至下巴、口腔、牙齦等。」

## 反射痛 易忽視

李太由五、六年前開始口腔不舒服，相信是由心臟缺血造成的反射痛楚，一直傳至下巴、牙齦位置，產生痠軟或麻痺感。周醫生說，由於痺痛在心臟較遠位置出現，不如心絞痛或胸口痛典型，故很多心臟病患者都不察覺，因而走漏眼，遲遲未求醫。

由於李太病徵已出現多時，加上當天的血管電腦掃描發現左前支的阻塞達百分之九十九，整條血管的血流像斷開兩截一樣，故周醫生建議她立即約時間接受通波仔手術，怎料李太的時間表填得密密麻麻，她說要完成手上約會才能入院。

「別以為我七十五歲便很空閒，我經常參加不同活動，有聚餐，有粵曲欣賞會，一早繳交了費用或購買入場票，包括了難得一見的動畫版《清明上河圖》，不出席就蝕本，所以我都安排



# 牙 骹 痹

上周，「心臟間中有少少隱痛」的政制及內地事務局局長林瑞麟入院通波仔，解除危機。

有病徵，當然立即求醫，然而早期心臟病病徵不明顯甚至丁點徵狀都沒有，中後期病徵亦變化多端，由背痛、臂痛、肩膊痛至頸痛，都可以是心缺血病徵，但往往被忽視。以下個案主人翁，更是出現離奇的牙骹痹痛，幾番求見牙醫都找不出原委，最終在偶然機會下發現——原來患上心臟病！

撰文：陳旭英 攝影：張文智 設計：盧森

◀李太出現牙骹痹達五、六年之久，頻見牙醫但找不出原因。

## 七

十五歲的李太以為自己體格強健，朝朝運動，百病難侵，發夢也沒想過會塞心血管，而且病況比丈夫更嚴重！

「那天我陪通波仔的丈夫覆診，閒談時我多口問醫生，說我牙骹不舒服好一段日子，看了很多個牙醫都說我牙齒好健康，問她有何高見，應見甚麼專科醫生才能幫到我？怎料周醫生一聽就說可能是心臟問題，立即叫我掛號做檢查！」李太向記者說。

結果檢查後發現，李太冠心血管出現嚴重阻塞，要盡快接受通波仔手術！

明明是陪丈夫覆診，怎會想到自己的情況竟然比

丈夫危急？「我先生見了周醫生整整一年，才需要通波仔，估不到我一見周醫生，她立即就要我通波仔！」

到底李太口中的「牙骹不舒服」有何特別，為何心血管阻塞會引致相距接近一呎的牙骹出現病徵呢？

擁有一口潔白整齊兼亮麗牙齒的李太，牙骹問題原來已出現了五六年之久。「我是突然有日覺得口腔有點不舒服，那感覺好難形容，不是牙骹痛，又不是牙骹痹，也不是牙肉痛，總之就是怪怪的，為時只約兩秒。近年這種不舒服的感覺出現次數增多，但我只要坐下來，飲一杯水休息一會，便又甚麼不適都沒有……」她說。

## 換牙醫頻洗牙

李太並不是一個諱疾忌醫的人，所以家住離島的她便趁出香港島活動時，約見牙醫檢查清楚，但次次都是同一結果：「牙醫說我的牙齒很健康啊，甚麼問題也沒有。」她說。但既然人已在診所，總不能不做點治療便離開，李太於是請牙醫幫她洗牙。

# 血



### 三大高危因素夾擊

覆診，進進出出醫院，當時醫生也有提過可能會遺傳給我們，於是提醒我們幾兄妹全都要驗膽固醇，發覺個個都超標！」她說。

李太父親有心臟病，加上膽固醇超標，兩項原因足以令她心臟病風險大大提升。而周醫生為她驗血後，更發現她有糖尿病，糖化血色素（HbA1c）高達7.9mmol/L（正常應低於6.5mmol/L），只是她一直沒有進行身體檢查，血糖高企都不知。血管長期浸淫在高血糖中，會加速血管退化。在三大高風險因素夾擊下，李太患心臟病絕不意外，只是她

► 李太一向飲食清淡，蒸魚也不下油。



### 預防心臟病

- 良好的飲食習慣，包括多吃蔬果、少吃肉類、高脂及高膽固醇食物
- 不吸煙或立即戒煙
- 減少喝酒（男士每日少於兩份酒精，女士為一份）
- 保持良好血壓（低於130/80mmHg）
- 控制體重，BMI應低於23
- 保持心情輕鬆，舒緩壓力
- 維持正常及有規律的生活
- 保持適量的休息
- 定期進行身體檢查
- 有氧而適量的運動



自從知道有膽固醇過高的遺傳問題，李太和丈夫天天都吃燕麥早餐。

大安旨意，以為自己好健康，一直沒有留意。而當天李太除了向周醫生談及牙骹問題外，亦透露剛過去的重陽節上山掃墓時，心有翳悶感覺。

周醫生說：「李太的病徵比李先生強烈，而且持續五六年，反映心缺血已有一段長時間，加上她正服用的降膽固醇藥份量不足，又有糖尿，多年來心血管阻塞持續惡化，故一檢查便發現阻塞達百分之九十九，情況可算是十分危急！」

周醫生提醒，心臟病的病徵並不明顯，到病徵出現時，冠心血管阻塞都達相當程度，故高危人士應定期接受心臟健康檢查，在病情初現時及時控制。像李太出現牙骹痹，最後一位牙醫有提醒她不如見心臟科醫生，只是她沒聽進耳。

高危人士平日也應保持健康生活，如適量運動及飲食清淡，近十年都吃燕麥早餐的李太，相信已帶走不少壞膽固醇，某程度上延緩心血管阻塞速度。

目前在康復中的李太，仍有保持運動，經常行山，稍後泳季開始，她會聽從丈夫勸告，帶同水泡才游出浮台，以策安全。 困



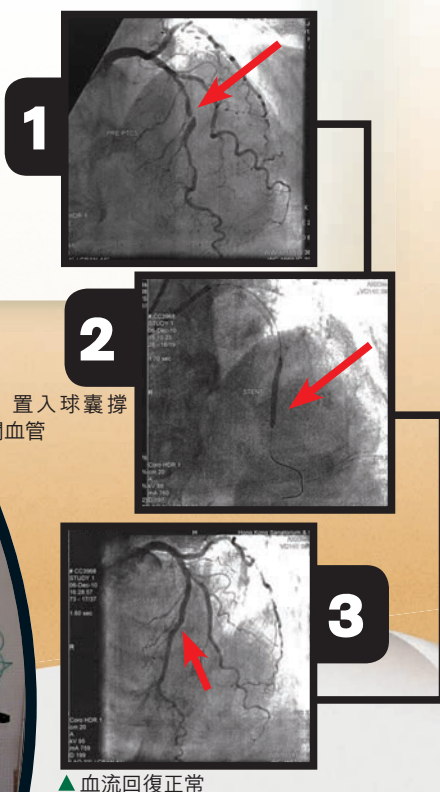
一下，能退票的就退票，不能退的惟有去完才入院……結果左度右度下，我在三日後才能入院通波啊！」李太如是說。

李太於去年底進行了球囊冠狀動脈成形術，周醫生在她右手的橈骨動脈置入導管，從屏幕傳來的電腦影像發現，李太冠心血管左前支最窄的位置，只剩下一條像髮絲般幼的通道，醫生小心翼翼在該位置將球囊打脹撐血管後，並置入兩個支架，另一條對角位置分支血管亦有收窄情況，球囊擴張後亦要置放支架防止血管再收窄。

▼冠心血管嚴重阻塞的李太在確診三日後進行通波仔手術，並放三個支架防止血管再收縮。



▼圖為李太的心血管造影圖，可見左前支其中一段血流幾乎完全斷開兩截，阻塞情況達99%。



## 心臟病病徵

- 心絞痛（患者通常形容為胸口痛、胸口悶或胸口有被壓迫的感覺）
- 痛楚可擴展至單臂或雙臂、頸部、下顎、肩膀和背部
- 痛楚會因體力勞動而誘發，休息幾分鐘後減退
- 氣促
- 冒汗
- 水腫
- 暈眩
- 乏力
- 惡心，作嘔
- 心律紊亂

## 手術翌日即上街

翌日，李太趕着出院，「丈夫年前通波仔已用了一筆手術費，我為了省回住院費，按醫生指示手術後留院一晚觀察，翌日兒子請了假接我回家。但當天周醫生因為突然有緊急手術，到了差不多十時才簽字讓我出院，怎料翌日醫院卻打鑼般找我！」李太說。

原來當晚由於遲出院，未約好覆診時間便離開，翌日九時心臟科護士致電到她家時，發現剛通完波仔的她竟然晨早上街去！

「唏，我不知幾精神，怎會留在家呢，而且我們離島區民，很早就要到街市，否則十時後便沒菜賣！」她說。其實她康復如此快速，反映她體格良好，故復元能力強。

不過周醫生在她出院時提醒她，手術後應留家休息一至兩天，一周內右手不可拿重物，但她卻翌日就上街市買餸，拿着沉甸甸的餸菜回家，完全將醫生的叮囑拋諸腦後，果真是女鐵人！

為何如此強健的女鐵人會患心臟病呢？記者細心追問下，才發現與家族遺傳有關。「我父親有心臟病啊，我年輕時經常陪他