

— 如果你通常沒有消化不良的現象，則尤其要這樣做。如果只是一場虛驚，你不是心臟病發作，也不用擔心——醫院的職員是不會介意的。

但除了要知道心臟病發作的症狀之外，知道怎樣預防心臟病發作也是重要的——不抽煙、經常運動、吃大量的穀物、穀類、蔬菜、水果和避免吃脂肪多的食物、及保持血壓健康全都有助於減少患心臟病的可能性。

下一週(五月二日至五月八日)是認識心臟週。

在這篇文章出版時，上述的電話號碼是對的，
但沒有不斷地更新。你可能需要查看電話簿上的電話號碼。

胸部疼痛：是消化不良—— 抑或是心臟病發作？

Chest pain: is it just indigestion ——
or a heart attack?

胸部疼痛：是消化不良——抑或是心臟病發作？

Chest pain: is it just indigestion —— or a heart attack?

震宇與朋友們吃完午飯後，在回家途中覺得他胸部的中央疼痛。起初他以爲只是消化不良，但當他回到家時，該痛楚已擴散到他的兩隻手臂，他而且出汗和感覺頭暈。

「我的太太一看到我，就想召救護車。我說：不用了——我休息一會便會沒事的，」他說。「但她堅持召救護車。二十分鐘後，我到了醫院。」

他的太太的迅速行動救了四十五歲的震宇的性命。該痛楚是心臟病發作的症狀。起因是一塊凝塊在他其中一條動脈內形成了。這塊凝塊堵塞了該動脈，於是不能供應血液到他的心臟。但由於立即去醫院，醫生們可以用一種特別的藥物來溶解該凝塊，讓血液再流到他的心臟，於是防止震宇的心臟受到嚴重的損害和使他復原的機會很大。

由於心臟病發作是那麼普遍——而且是七十歲以下的男士和女士的最大殺手——我們所有人都應該知道心臟病發作的症狀。越快送那人去醫院接受治療，他們生還的機會就越高。雖然大多數醫院會用同一的能挽救生命的藥物(疏通震宇的動脈的那一種)，在一些大醫院內，還有一種更新的方法。醫生們不是用藥物而是用一種特別的儀器來使動脈膨脹和使血液再流至心臟。

盡快去醫院的另個一重要原因是在某些心臟病發作的病例中，心臟可能真的停止了跳動，但藉著特別的設備，使用電震，可以使心臟再次跳動。

國立心臟基金會 (National Heart Foundation) 的 Terry Campbell 教授說：人們心臟病發作的症狀可能有很大的差異。很多時症狀會如震宇所體驗的一樣，可能開始時是胸部疼痛，然後擴散至左臂或右臂——或是兩隻手臂都疼痛。有時痛楚擴散至喉嚨、顎和甚至牙齒、或是有如鑽進某人的背部內的感覺。令人驚奇的是：例如可能手臂或喉嚨感覺疼痛，而胸部本身卻沒有痛楚。有些心臟病發作的生還者亦說他們感覺胸部受到壓力或胸部“繃緊”而沒有痛楚。其他症狀可能包括感覺不適、感覺眩暈或頭暈、感覺焦慮、出汗、嘔吐或感覺作嘔。那人可能並且看來臉色蒼白和生病。

怎樣知道心臟病發作的症狀和簡單的消化不良之間的分別呢？

像心臟病發作一樣，消化不良可能產生灼痛，但不會擴散至身體的其他部份。但如果你不能肯定，不要猶豫，召救護車吧，並且告訴他們你正在胸部疼痛。這是 Campbell 教授的建議——