



## 心臟病發的警告訊號

類似龍捲風等重大風暴和其他緊急事件可能對許多居民帶來沉重的壓力，特別是高勞動量的從業員。因此，了解心臟病發的警告訊號是極為重要的事。

儘管有些心臟病發作得非常突然和劇烈，但是大多數心臟病是慢慢開始發作的，患者能夠感覺到輕微的疼痛和不適。若您或您認識的人開始感覺胸部不適，特別是還有一項或以上的其他心臟病發徵兆，請立即致電 911。

### 心臟病發的警告訊號包括：

- **胸部不適。**大部份心臟病發作者胸部中央會感覺不適約數分鐘，或者疼痛感斷斷續續。不適的感覺包括壓力、擠壓、胸漲或疼痛。
- **上肢其他部位不適。**症狀可能包括一隻或兩隻手臂、背部、頸部、下顎或胃部疼痛或不適。
- **呼吸急促。**可能會在胸部不適前發生，也可能在胸部不適期間或之後發生。
- **其他徵兆。**突然間冒冷汗、噁心或頭暈目眩。

### 要怎麼做？

- 若您或身邊的人顯現一項或以上的上述徵兆，千萬不能掉以輕心。
- 致電 911 可立即取得醫療協助。不要等待，立即致電求救。
- 致電 911  
通常是取得救命治療的最快速方法。急救人員抵達現場後就能立即展開治療。與找人開車送患者到醫院求醫相比，快了多達一小時。若某人心臟已停止跳動，急救人員也可以展開救命措施。

### 事前規劃。

- 了解心臟病發的警告訊號。
- 和健康護理供應商談論您的心臟病發作風險，以及降低風險的做法。
- 和家人、朋友和同事談論警告訊號，告訴他們在緊急情況下致電 911。

欲知更多詳情，聯絡您所在地的衛生署或造訪網站：[www.dhmh.maryland.gov](http://www.dhmh.maryland.gov)。