



医生执笔

林伟勤助理教授

新加坡国立大学心脏中心
心衰护理项目临床主任
及心脏内科顾问医生

随着新加坡社会日渐富裕，以及人口老化，越来越多国人被诊断患上与生活习惯息息相关的慢性疾病。所谓的“三高”（高血压、高血脂、高血糖），生活压力大，饮食习惯欠佳，以及烟酒等恶习，都是提高心血管疾病的风险因素。

针对患有严重心血管疾病的病人，经皮冠状动脉介入治疗（percutaneous coronary intervention，简称PCI）及冠状动脉绕道手术（coronary artery bypass graft，简称CABG）都已成为有效的治疗方法。许多患者因而得救并获得重生的机会。虽然如此，这些病患日后很有可能面对心力衰竭的后遗症。

心力衰竭（简称心衰），是

心力衰竭治疗的新纪元



治疗心力衰竭的新药物，可减轻病患症状，减少入院次数，甚至延长寿命。（iStock图片）

因心脏肌肉收缩功能及（或）舒张功能障碍，导致心脏排血量不足的综合征。病患会因而感觉呼吸困难，特别是当他们采取仰卧睡姿时。病患也会感觉格外疲惫，甚至难以应付日常生活的活动需求。临床上，医生能察觉出肺和周围水肿。

一旦被诊断患上心衰，病患常需留院治疗。医生会先为病患注射利尿剂，将体内多余的水分

排出，缓解呼吸困难。留院期间，医生会为病患安排一系列的检验，包括血液检验、心电图及超声波心动图。根据超声波心动图，心衰病患可根据左心室射血分数（left ventricular ejection fraction，简称LVEF），分级为射血分数降低型心衰或射血分数保留型心衰。有了以上所有资料，医生便能为病患制定最佳治疗方案。

近年来，心衰药物的发展可称突飞猛进，日新月异。2014年的标志性研究Paradigm-HF，让医疗界认识了“沙库巴曲缬沙坦”（sacubitril-valsartan）。在研究中，此药物对于射血分数降低型心衰患者特别有效。比起之前的例常治疗，此药物更能减轻病患症状，减少入院次数，甚至延长寿命。我国医院已在多年前引进沙库巴曲缬沙坦，许多心衰病患服用此药后，病情得以舒缓。

抗糖尿病药物可有效治疗心衰

近期，我们也发现有一种抗糖尿病的药物对心衰病患有很大益处。这类药物是“第二型钠-葡萄糖转运蛋白抑制剂”（sodium-glucose co-transporter-2 inhibitor，简称SGLT-2 inhibitor）。此药主要功能在于让肾脏排出体内多余葡萄糖，降低血糖。除了抗糖尿病的功效之外，此类药物出乎意料地，能让心衰病人获益。即使对

非糖尿病的心衰病患，此药物也能降低入院及死亡概率。我国卫生科学局（HSA）也在近年批准了此类药物，已有许多心衰病患开始服用它。

除了以上两种较新的药物，其他心衰药物，如 β 受体阻滞剂（beta-blockers）、盐皮质激素受体拮抗剂（mineralocorticoid receptor antagonist，简称MRA）都是心衰不可或缺的治疗药物，对于病患有许多益处。此外，病患若能在日常生活上注意饮食，多做有氧运动，控制三高等，将有助于

他们控制病情。

若病人即使服用多种药物，症状依然无法受到很好的控制，我们或许得考虑装置人工心脏节律器或除颤器。严重心衰病患甚至须动手术植入左心室辅助装置或移植心脏。所幸，如今极少部分病患必须做这类极端手术。

总体而言，我国心衰病例虽有逐年上升的趋势，所幸的是，如今已有许多有效的治疗方法。有了病患及医疗团队的相互合作，药物及健康生活的相辅相成，许多心衰病患已成功减轻心衰的疾病负担，恢复正常生活。