

二尖瓣脫垂症候群



了解心臟健康，從認識二尖瓣脫垂開始

一、什麼是二尖瓣脫垂？

二尖瓣位於左心房與左心室之間，當心臟收縮時，二尖瓣應緊閉以防止血液逆流。

若二尖瓣瓣膜變得肥厚或鬆弛，可能在收縮時向心房方向突出，稱為二尖瓣脫垂。若脫垂嚴重，可能導致血液逆流，稱為二尖瓣閉鎖不全。

此病症在年輕女性中較為常見，盛行率約為5-10%。

二、症狀與風險

大多數患者無明顯症狀，部分人可能會出現：

- 1.心悸或心跳不規則
- 2.胸悶、胸痛或呼吸困難
- 3.頭暈、疲勞或焦慮感



4.極少數情況下，可能發生心律不整、感染性心內膜炎或中風等併發症。

三、診斷與治療

- 1.診斷通常透過心臟超音波檢查。大多數情況下，二尖瓣脫垂為良性，無需特殊治療。
- 2.若症狀明顯，可考慮使用乙型阻斷劑等藥物。
- 3.若有心律不整或其他併發症，則需進一步治療。

四、日常生活與預防建議

- 1.維持規律作息，避免過度疲勞
- 2.保持心理健康，減少焦慮與壓力
- 3.避免過度攝取含咖啡因飲料
- 4.定期進行健康檢查，特別是心臟超音波檢查
- 5.若有胸部不適或心悸等症狀，應及早就醫檢查。



五、結語

二尖瓣脫垂大多數為良性疾病，了解其症狀與預防措施，有助於維護心臟健康。若有相關疑慮，請諮詢專業醫師。