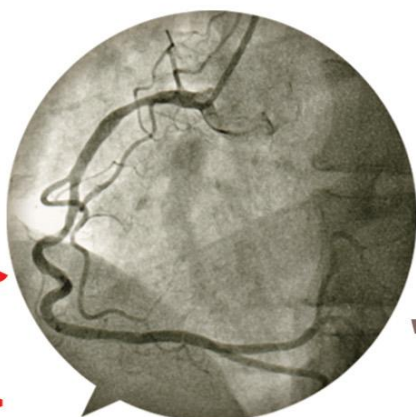
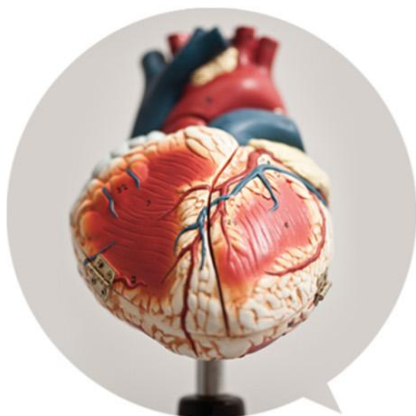




醫療知識系列  
Medical



# 談 心

# 與 您

劉柱柏·尹浩鏐  
李麗芬·翁麗  
合著

愛心♥護心  
小百科

## 劉柱柏



心臟科專科醫生，香港大學醫學博士  
皇仁書院及香港大學醫學院畢業，受訓於英國倫敦大學聖喬治醫院醫學院，其後獲取香港大學醫學博士。前香港心臟專科學院院長，曾發表超過四百份醫學文獻，著作二十八章節的心臟教科書。心臟病人組織「關心您的心」創會榮譽顧問。

## 李麗芬



心臟科專科醫生，美國心臟科學院院士  
畢業於香港大學醫學院，畢業後於瑪麗醫院大學內科部受訓，成為心臟科專科醫生，並榮獲香港心臟基金會頒發獎學金，前往美國史丹福大學深造。李醫生於臨牀工作、醫學研究及持續教育之餘，沒有忘記回饋社會，以筆桿推廣愛護心臟之道。

# 作者簡介

## 尹浩鏐



畢業於台灣大學醫學院，加拿大麥吉爾大學醫學院博士後研究。加拿大內科學院院士，美國核子醫學及放射學專家，曾任美國各大醫院核子醫學主任。現已退休，從事文學、普及醫學寫作，出版書籍十餘種，得獎無數，現任世界華文作家聯會（香港）理事。

## 翁麗



社會工作者，家庭治療師  
畢業於香港中文大學社會工作系，英國伯明翰大學工商管理（公共行政）碩士（2000）及香港大學婚姻及家庭治療碩士（2007）。從事長者及長期病患者復康愈二十多年，曾協助成立心臟病人互助組織「關心您的心」，現從事長者服務行政管理工。

興

您

談

心

金庸題



## 代序一

人的心臟只有拳頭般大，卻擔當非常重要的角色，它好像一個泵，不停輸送血液，供應各器官的活動及代謝的需求。

「心」生病，我們無法正常生活；沒有「心」，我們無法延續生命。《與您談心》這本書，正是提醒我們即使繁忙，也要停一停，關心我們的「心」健康。

《與您談心》作者之一劉柱柏醫生，是我香港大學醫學院的同屆同學，亦是皇仁書院中學的同窗，屈指一算大家已相識超過三十多年了。另一作者李麗芬醫生，畢業後亦曾在我工作的單位內實習，那剛巧是我在瑪嘉烈醫院任職骨科醫生的日子。再加上全科醫生尹浩鏐和社工翁麗共同合力著作，憑着四人的豐富知識及經驗，將博大精深、日新月異的醫學知識，深入淺出地闡述，內容極具參考價值，實在值得細閱。

《與您談心》能加深大眾對心臟健康的認識，降低市民患心血管疾病的機率，甚具教育意義，相信廣大讀者們，無論是心臟病患者、病人家屬或是希望擁有健康心臟的人，都能從中找到想了解的知識，每個關心自己心臟健康的人，都應好好利用這著作。

高永文  
食物及衛生局局長



## 代序二

別看我每天做運動，身體好像很不錯，大家未必知道我是一名長期病患者。緣於我讀書時曾患大病，雖現已康復，但每天仍須服用多種藥物，每年都要做定期檢查，飲食亦要注意。也是這個長期病，讓我深明患病人士心裏常有的疑惑，包括對有關疾病、藥物及治療等知識的渴求。

作為「資深」病友，我認為患病人士首先要接受自己患病的現實，當然這個過程並不容易，需要時間以及醫護人員、親友的支持。此外，自己亦要增加對疾病的認識，掌握預防和治療的信息，嘗試以較積極的態度，為康復之路作出最佳籌謀。

《與您談心》通過病例和圖解，將複雜難懂的心臟病知識化為簡單易明的方式傳遞給讀者。不僅患病人士，其家人，甚至大眾閱讀此書也必定會有所裨益。從政人士常說一個組織的「心戰室」如何重要，我卻覺得絕對比不上我們的心臟重要。

患病雖說也是不幸之事，但最重要的是面對疾病的心態要積極，患病人士需要的是一份信心、一個信念。至於幸運的一群，亦要注意身體，掌握更多醫療常識，為自己的健康增值。願讀者健康、平安常伴。

陳智思  
亞洲金融集團總裁

## 代序三

平日閱讀書本，除了因為有工作或其他需要外，鮮有選擇與醫療有關的書籍，一是覺得此類書籍很沉重，二是書中複雜艱澀的醫學名詞和理論讓我卻步。但是，當接到《與您談心》一書時，我竟然可以在一個周末的晚上，一口氣讀完全書。

對此書愛不釋手的原因，在於這本闡述「都市殺手」——心臟病的書，有極強的可讀性和豐富的內容。若讓我用一句話形容這本書，我會用「既易明充實且富教育性的心臟小百科。」

書中涵蓋了最常見的多種心臟疾病，由心絞痛到心臟衰竭、高血壓到膽固醇，都網羅在內，以深入淺出、明快流暢的文筆，圖文並茂地講解一般人難以掌握的心臟科知識。生活化的個案分享以及清晰的答問方式解答了大眾對心臟病常有的疑問，澄清了坊間一些失實的傳言，例如裝了心臟除顫器的人士，原來是可以乘搭飛機的！

《與您談心》不僅對患病人士及其親屬有莫大裨益，即使健康人士，讀後也上了很多有用的課，加深了對心臟病的認識及預防，遇事時也能提高警惕。

聯合國《保護消費者準則》第一條就是「要保障消費者的健康和 safety」，讓我們一同擁抱這個普世價值——無價的健康，共勉之。

劉燕卿

聯合國保障消費者國際專家顧問小組主席

## 代序四

多年前，父親因突發性心臟病入住瑪麗醫院，幸有醫護團隊的專業治療和悉心照顧，得以完全康復。由於父親病發時的情況非常嚴重及危急，若得不到及時搶救及治理，可能已活不到今天。從那時候起，我們全家都對這有「都市殺手」之稱的心臟病產生了極度的關注。漸漸發現，原來除了遺傳之外，心臟病還有很多種不同的成因，而大部分都是因為生活習慣及起居飲食造成的。

過往，我亦正如很多都市人一樣，對心臟病一無所知，直至最近，我開始意識到自己需要定期作身體檢測，亦有找醫生作專業諮詢，在諮詢過程中，對心臟病有了進一步的了解和認知。當李麗芬醫生向我提及她與劉柱柏醫生及其他作者一起撰寫這本《與您談心》時，我覺得這簡直是一個大喜訊，因為很多人都知道心臟病的可怕，但沒有太多途徑了解它。

我詳細地看完了這本書，它結合不同的真實個案，詳盡地介紹了多種常見的心臟病例，以問與答的形式解答一些病人心裏經常出現的疑問，並深入淺出地講解冠心病高危族以及其成因、預防和治療方法。看完這本書，可能會鬆一口氣，因為，心臟病其實是可以預防，可以及早治療的！

很開心及榮幸能為這本著作寫序，因為我是過來人，同時我亦很希望其他人藉着這本書，以專業的角度，更深入地認識心臟病。這是一本難得的好書，我極力向大家推薦！

Jacky Yu  
私房菜創作總廚

## 作者序一

市面上寫給普羅大眾的關於心臟病的書籍林林總總，不下數十，但我依然有一個心願，就是編寫一本適合華人社會，讓讀者容易明白及掌握的心臟病自我管理書。

在我行醫近三十年的歲月裏，接觸的病人不少，特殊的病例亦多見，病人徘徊於生死邊緣之間，家屬遊走於喜悅失落之中，盡見疾病與人生的奧妙關係。

患病的朋友每當被確診心臟病時，總會帶着希冀的眼神，將他們的生命交託予醫者，祈求我們將他們治癒，我感謝他們對我們的信任，更令我們明白任重道遠。

猶記得，當我還是一名實習醫生時，有一次巡病房，一位病情複雜的婆婆表示非常口渴，可是，我們這群初出茅廬的醫護人員，只顧閱讀婆婆的病歷，無視她的急切需要。但我的上司馬上意會到，親自為婆婆送上一杯水，當時婆婆感激的眼神，至今仍然歷歷在目！

另一次，其時我已當上了醫科教授，負責監考醫科學生的臨牀考試，在兩名考生為同一個病人檢查的過程中，觀察他們怎樣對病人解說病情。考生甲對病人說：「你的病情很複雜，包括了很多典型的症狀，例如……」病人聽後顯得沮喪不已；考生乙則說：「你的病況並沒有我想像中那麼差，不用過分擔心。」病人的眼睛頓時綻放出希望。當時我凝望這位病人霎時表達的兩個反應，得悉他的



感覺有如天堂與地獄之差別，震撼地展現出因言辭表達的不同，所得的迥異效果。

心臟病的獨特之處在於，醫生主要是負責治理病情，至於日後的復康及維持心臟健康，就得靠病者本身及其家庭系統了。作為一名心臟科醫生，我的體會是「醫生醫心」，醫者除了應給予病人一個確實而中肯的意見外，亦應在表達的同時，顧及病者的心理需要，燃點他們對人生的希望，為自己的健康而努力。病人都希望醫生了解他們的需要，亦渴望被關懷。醫生有時不用說些什麼，輕輕一句安慰的話或一些關懷的小動作，已經能給予病人很好的鼓勵和支持。

我寫作此書的目的，除了在醫學角度上，向讀者講解一些防治心臟病的新醫療方法，亦嘗試以心臟病的個案實例，深入淺出，與讀者分享有關心臟病的病徵、治療與復康如何在病者身上體現和實踐，讓讀者更能感同身受地了解有關的狀況。

這本書得以完成，我要感謝有份參與撰文的成員，更感謝一直以來為病者健康而努力的專業醫護團隊，最後，亦是最重要的，就是對我們投以萬分信任和支持的病人和家屬，沒有他們的經歷，此書難以完成。我謹以此書與各位分享和共勉！

劉柱柏

## 作者序二

別看我是一個接受英語教育的「番書女」，其實我自小愛看書，愛寫作，愛作夢，所以我的志願曾是當作家，後來因為自知當不了作家，才做了醫生。當我知道我的工作伙伴劉柱柏醫生有意找我合作出版《與您談心》一書時，便興奮地對他說：「你找對人了！」

此後的寫作之路，可算苦樂參半。因為日常使用中文寫字的機會近乎零，所以執筆忘字、詞不達意時而有之，那些年中學會考中文科優等的成績和每天閱讀的中文書報都不管用了。更苦惱是很多醫學名詞的中文翻譯不普及也不統一，想避免用艱澀冗長的專有名詞嚇走讀者便特別費神。寫這數萬字的《與您談心》，過程可謂一字一腳印，付出的時間和心血，比撰寫研究報告或醫學論文亦不遑多讓。

然而此刻，看見自己有份參予的作品終於面世，也算圓了一個曾經失落的夢。圓夢以外，《與您談心》內容涵蓋最常見的心臟病，簡介由病理到診斷到最新的治療，並用故事形式把最尖端的專科知識，融入真實的醫療檔案，讓讀者更容易明白和掌握，幫助大家戰勝心臟病這「都市殺手」。

在心血管疾病日益年輕化的今天，僅希望能藉《與您談心》這本書，在社區為推廣心臟健康盡一分綿力。

李麗芬

## 前言

病人總愛問：「醫生，我算不算是有心臟病？」其實，心臟病是泛指多類型與心臟結構相關的疾病。所謂心臟病發，意思是心臟突然發病，也沒有特別指明發生的是哪種心臟疾病。心臟可以發生的毛病不少，本書綜合介紹了多種常見的心臟病，並用故事形式列舉病例，好讓讀者更易明白它們的病徵及處理。科技一日千里，醫學發展更是日新月異，很多疾病的治療方法已經跟從前完全不一樣。在這方面，心臟病學又比其他專科演變得更快更前，這全賴創新的思維及科研成果，本書就心臟健康相關的議題精選了最尖端最有趣的資訊與讀者分享。此外，此書還採用「問與答」的方式解答一些病人心裏經常出現的疑問，以及澄清某些坊間傳言和謬誤。

本書共有四位作者，分工合作的範疇如下：

心臟科專科醫生 劉柱柏：構思內容及解讀科研資訊

心臟科專科醫生 李麗芬：綜合資料、分析說明及編輯撰寫

全科醫生 尹浩鏐：提供專業闡述

社會工作者 翁麗：在醫學以外為本書增添人文氣息

希望讀者透過閱讀本書，增加對常見心臟病的認知，明白其病理及治療的最新突破，懂得愛護心臟，達至身心健康。

《與您談心》能加深大眾對心臟健康的認識，降低市民患心血管疾病的機率，甚具教育意義，相信廣大讀者們，無論是心臟病患者、病人家屬或是希望擁有健康心臟的人，都能從中找到想了解的知識。

高永文

《與您談心》通過病例和圖解，將複雜難懂的心臟病知識化為簡單易明的方式傳遞給讀者。不僅患病人士，其家人，甚至大眾閱讀此書也必定會有所裨益。

陳智思

《與您談心》不僅對患病人士及其親屬有莫大裨益，即使健康人士，讀後也上了很多有用的課，加深了對心臟病的認識及預防，遇事時也能提高警惕。

劉燕卿

當李麗芬醫生向我提及她與劉柱柏醫生及其他作者一起撰寫這本《與您談心》時，我覺得這簡直是一個大喜訊，因為很多人都知道心臟病的可怕，但沒有太多途徑了解它。

Jacky Yu

**作者版稅收益將撥捐  
病人互助組織「關心您的心」**

ISBN 978-988-8206-17-9



9 789888 206179

BA104

HK\$ 88

Published and Printed in Hong Kong