

活得好  
天天健康

文 / 田宛仙医生

**你**知道女性首要死亡病因是什么吗? 如果你的答案是乳腺癌。那么, 你和九成女性国人一样, 忽略了女性“头号杀手”的杀伤力-心血管疾病。



为提高公众对女性心脏健康的认识, 《活得好》请新加坡国立大学心脏中心的心脏专科医生亲笔撰写文章, 分享这方面的讯息。第一期, 新加坡国立大学心脏中心心脏内科高级顾问医生田宛仙(左图)谈女性与冠状动脉心脏病(简称冠心病)。

冠心病

## 女性头号杀手

冠状动脉心脏病是全球首要死亡病因。许多人误以为大多数心脏病患者是男性, 女性患心脏病几率很小。一般人也认为, 女性的首要死亡病因是乳腺癌。

事实上, 新加坡女性心血管疾病死亡率高出乳腺癌死亡率5倍。然而, 一项由新加坡心脏基金会所做的社区民意调查却发现, 只有一成女性民众知道心血管疾病是新加坡女性的首要死亡病因。可见多数人对女性冠心病的认知不足, 更别提关注了。

两性冠心病病患, 无论在病理、症状或寻医的反应, 都大有不同。女性心脏病暴发时, 比起男性, 较常出现非典型症状。一般心脏病暴发时, 典型症状包括胸口紧压、气喘、冒冷汗、心律不齐等。女性心脏病病发, 许多时候出现头晕、作呕、疲倦甚至腰酸背疼等非典型症状。

既使出现冠心病症状, 女性也比男性慢求医, 态度也不积极。很多时候因身兼多职、事务繁忙, 而忽略了自己的健康。

研究数据显示, 女性心脏病暴发后, 死亡率, 无论在留医期间或病发后期, 都比男性高。病发期间也比男性更常出现如心脏衰竭等并发症。

### 高风险群: 糖尿病患者

冠心病的主要风险因素包括糖尿病、高血压、高胆固醇、吸烟、超重及少运动。与男性比起来, 糖尿病女性患者, 较早出现心肌梗塞并发症, 病发后死亡率也比男性来得高。

比起无患糖尿病女性, 糖尿病女性病患的致命冠心病发病率高出三倍。糖尿病女性病患中风及心脏衰竭的风险也比男性高。因此, 糖尿病对女性健康的危害可想而知。

医学研究也发现, 怀孕期间患高血压或糖尿病、早产、自身免疫性疾病、乳腺癌化疗或电疗, 以及抑郁症等非典型心血管疾病风险因素, 也大大提高女性患心血管疾病的风险。



女性心脏病发作时, 未必会有胸口紧压的典型症状。(档案照)