

第 29 集 學習清單 | 心肌梗塞

對應播客：《心肌梗塞的雙視角探祕》（7 分 56 秒）

出處：《醫方明大論十之一》第七章「應用病論」（第 22 堂）

系列：用人體動力學解說 36 種疾病（第 29 種）

補充出處：《醫方明大論十之五》「冠狀動脈心臟病（狹心症、心肌梗塞）」（10-5~6 醫典系列）

一、本集一句話

心肌梗塞不是血管裡「剛好」塞了一塊血栓，而是血液繞身體一圈、回到心臟那一刻溫度最低——低溫的血遇到油脂就凝結了。

二、學習目標

- 能用「血液溫度梯度」解釋為何只有冠狀動脈好發堵塞。
- 能說出心肌梗塞的三個必備條件。
- 能分辨「血栓」與「血管崩塌」兩種機轉。
- 能對照主流「粥樣硬化、血栓」與本書「血液溫度偏低」。

三、本書論述重點（三條件）

條件	機轉	主要線索
1. 代謝不好、循環慢	循環慢→散熱時間長→回到心臟的血液更冷	手腳冰冷、易疲累、代謝差
2. 油脂太濃稠	三酸甘油脂、膽固醇太高，低溫下凝結成血塊	血脂高、肥胖
3. 血管彈性異常	太硬易堵、沒彈性血栓過不去；太軟則粥狀硬化被外組織壓塌（像土石流）→常是「血管崩塌」而非單純血栓	耳垂有橫紋、心跳慢；按臍中會痛

四、主流醫學重點

- 冠狀動脈發生粥樣硬化、硬塊破裂形成大量血栓，迅速阻塞血流 → 心肌缺血壞死。
- 併發心律不整、心臟衰竭，可能猝死；是冠狀動脈心臟病最嚴重的併發症。
- 症狀：劇烈胸痛、頭暈、冒冷汗；糖尿病患因神經病變以突發性氣喘表現；老年族與女性未必典型。
- 高危險群：膽固醇過高、高血壓、肥胖。（古典病名「心痺」；最常見原因為心火旺把冠狀動脈烘乾）

五、關鍵詞

血液溫度低、溫度梯度、血液加熱中心、迴流靜脈、油脂凝結、血管崩塌、粥樣硬化、心痺、心火旺、臍中鎖住。

六、自我觀察

- 手腳冰冷＋血液循環慢 → 條件 1。
- 血脂高、肥胖 → 條件 2。
- 耳垂有橫紋、按膻中會痛、心悸胸悶 → 古典「心痺／膻中鎖住」線索。

七、反思問題

1. 「心臟是血液的加熱中心」——用溫度梯度重新理解心臟，會顛覆哪些常識？
2. 十萬公里血管，為什麼只壞冠狀動脈這一小段？「迴流最低溫」是關鍵。
3. 為什麼糖尿病患心梗不一定胸痛，而是「突然喘」？這對警覺症狀有什麼提醒？