

高血壓藥物的認識

藥劑師教你認識正確的用藥觀念

- 服用降血壓藥後便不再需要在生活上作調適。
 - 大部份患者都不願意在生活上作出改變，認為這是一件苦事，而且維持原有生活方式也不覺得有什麼害處或不適。事實上，這些生活習慣會不斷影響健康，令高血壓惡化。例如經常大量飲酒及吃高鹽份食物會令血壓上升；進食含高脂高膽固醇食物及抽煙會增加患心血管疾病的風險；而過胖亦會增加心臟和血管的負荷。所以要有良好的治療效果，便應同時在生活上作調適。
- 害怕藥物的副作用，不肯用藥。
 - 不是每個人用藥後都會出現副作用，而副作用的嚴重程度亦因人而異，毋須過份擔心。如因害怕藥物的副作用而擅自更改劑量或停藥，有機會令病情惡化，後果更為嚴重。一般的副作用均屬輕微，並會隨身體的適應而逐漸減退。若副作用持續影響日常生活或情況惡化，便需告知醫生或藥劑師，以便作出跟進。
- 只有生活緊張的人才會患高血壓。只要保持心境輕鬆，便毋須服藥也可醫治高血壓。
 - 高血壓可以發生在任何人身上，保持心情輕鬆只能產生輔助作用，或有助使用最少藥量便能控制病情。
- 用藥一段時間後血壓已受控制或沒感到身體不適，便相信病情已好轉，故自行減少劑量或停藥。
 - 減藥或停藥與否必須由醫生決定。高血壓並無明顯症狀，因此沒感不適並不等如病情已受控制。藥物主要是幫助控制血壓水平，並不能完全根治高血壓，擅自改變劑量或停藥有機會引致血壓再度升高。按指示每天定時用藥，才能把血壓控制平穩。因此切勿單憑病徵而擅自改變劑量。
- 自己嘗試服用其他降血壓藥，因為
 - 是親友介紹的，聽說非常有效。
 - 醫生要我服多種降血壓藥，而朋友只需服一種，他服的肯定是較好的特效藥。
 - 降血壓藥有很多種。因應每個人的病況及對藥物的反應，用藥的種類及劑量亦有所不同。有些患者只需服用一種降血壓藥，而有些則要配合多種服用。病人切勿自行停藥或自行服用其他藥物(中藥、中成藥或西藥)，以免影響療效，導致血壓失控。

忘記用藥處理方法

- 應儘快補用適量的劑量，若記起時已接近使用下一劑量的時間，便不必補用，只需依時使用下一劑量。
- 切勿使用雙倍的劑量。

貯存藥物須知

- 把藥物存放在陰涼乾爽的地方，避光保存。除非有指示需要將藥存放於雪櫃，否則不需要。
- 把藥物存放在孩童不能觸及的地方。
- 過期或完成療程後剩餘之藥物應立即棄掉。

- 切勿與他人共用藥物。

用藥應注意：

- 按指示定時用藥。切勿擅自停藥或更改藥物劑量及用藥次數。
- 儘量在每天同一時間用藥。
- 如果曾對藥物有過敏反應，請先向醫生或藥劑師查詢。
- 懷孕、計劃懷孕或餵哺母乳的婦女在用藥前請先告知醫生和藥劑師。
- 未經醫生指示，切勿隨便使用其他藥物，包括保健產品、中藥、中成藥或西藥。
- 將用藥上的困難告知醫生或藥劑師，讓他們了解你的情況，以便作出跟進。
- 用藥後如果情況持續或惡化，應立即求醫。
- 如有疑問，請向你的醫生、藥劑師或有關的醫護人員查詢。

常見的高血壓藥物

藥類	常見副作用	注意事項
鈣拮抗劑 藥例：Nifedipine, Amlodipine, Felodipine, Diltiazem	疲倦、腳部浮腫、臉紅、頭痛、噁心、嘔吐	<ul style="list-style-type: none"> ■ 此類藥物擴張血管；其中某些藥物亦減慢心率。 ■ 服用Nifedipine、Felodipine、Diltiazem期間，應避免進食西柚或西柚汁。
血管緊張素轉換酶抑制劑 藥例：Captopril, Lisinopril, Perindopril	乾咳、頭暈、疲倦、腹痛、噁心、嘔吐	<ul style="list-style-type: none"> ■ 此類藥物擴張血管，以及降低令血壓上升的荷爾蒙水平。 ■ 孕婦忌服此類藥物。 ■ 服用此類藥物而出現嚴重過敏反應的機會非常低。 ■ 若發現面部、口或喉嚨腫脹，請立即停藥及求醫。
血管緊張素 II 受體拮抗劑 藥例：Losartan, Irbesartan		
利尿劑(俗稱去水丸) 藥例：Frusemide, Indapamide, Spironolactone, Hydrochlorothiazide	頭暈、經常排尿、頭痛、口渴、胃部不適	<ul style="list-style-type: none"> ■ 此類藥物促進身體排出鹽和水份。 ■ 建議在早上服藥，以避免晚上需要經常排尿。
乙型阻斷劑 藥例：Atenolol, Metoprolol, Propranolol	心跳變慢、手腳冰冷、疲倦、睡眠障礙、頭暈、便秘、腹瀉	<ul style="list-style-type: none"> ■ 此類藥物擴張血管及減慢心率。 ■ 如患有哮喘或慢性阻塞性肺病，請在使用乙型阻斷劑前諮詢醫生。
甲型阻斷劑 藥例：Prazosin	昏昏欲睡、頭暈、頭痛、「體位性低血壓」*	<ul style="list-style-type: none"> ■ 此類藥物擴張血管。

- * 「體位性低血壓」指從坐臥的姿勢迅速站起時所產生的暈眩，慢慢站起可減輕此副作用。
- 部份降高血壓藥可同時醫治其他病症，如預防心絞痛、心臟衰竭等。而「甲型阻斷劑」亦可醫治良性前列腺增生症。
- 用藥後如有嗜睡、暈眩或視力模糊等副作用，切勿駕駛或從事需高警覺性的工作；避免飲酒，因酒精可加強此等副作用。
- 若於使用藥物後出現過敏反應如皮膚敏感、面部或手部腫脹、呼吸困難等，請立即求醫。

「高血壓」能有效 " 控制 " ，但不能 " 根治 " 。

若不按時服藥或擅自停服藥物，會令血壓失去控制，引起併發症。

如想了解更多關於高血壓藥物的資訊，可瀏覽以下網站：

<http://www21.ha.org.hk/smartpatient/SPW/zh-HK/Self-Care-Tips/Medication-Information/List/?guid=b4fe4087-1a50-4366-be6b-f9b9ae5098c6>

