

血管健康列車活動快報

- 102 年 07 月 06 日(六) 健康列車講座『**輕鬆呼吸，生活更舒適~**』，由胸腔內科林聖皓醫師、中醫部侯俊成中醫師主講，歡迎院內同工踴躍參加。

活動流程表(時間：14:30~16:30)

時間	主題內容	主講人
14:00~14:30	入場	
14:30~15:20	乎你肺勇健	林聖皓 醫師
15:30~16:00	中醫肺部保健	侯俊成 中醫師
16:30~	血管健康列車講座活動結束	

地點：彰化縣文化局 1 樓演講廳

醫學健康專欄

高血脂用藥須知

◎文 陳薏如/藥學部藥師

高血脂為現代富貴文明病之一，美食節目、報章雜誌以及網路刊登的美食指南隨手可得，可見現代人飲食追求精緻、多樣化，為了滿足口腹之欲可能攝取過多脂質，再加上運動量不足，長期累積很容易成為身體的負擔，而漸漸演變成高血壓，過多的膽固醇囤積在血管中會導致血管狹窄、血管變硬最後使血管堵塞，引發許多可怕的心臟血管疾病，如：冠心病、心肌梗塞或腦中風。

對於血脂過高的患者初期可由生活型態改變著手，包括飲食控制、適度運動、戒煙以及少喝酒等方式，若血脂仍無法獲得良好的控制，則必須遵從醫師的指示搭配藥物治療，目前降血脂藥品包括 statin 類、纖維酸衍生物、膽酸結合樹脂、菸鹼酸以及膽固醇吸收抑制劑，醫師會根據患者臨床狀況選擇適當藥品，以下分別介紹各類藥品：

(一) Statin 類：即還原酶抑制劑 (HMG-CoA reductase inhibitors)，包括立普妥(atorvastatin)、益脂可(fluvastatin)、美百樂鎮(pravastatin)、冠脂妥(rosuvastatin)、素果(simvastatin)等，主要藉由抑制膽固醇在體內合成，以減少血脂含量，是目前降低低密度膽固醇(LDL-C)效果最好的一種藥

品，另外也有提升高密度膽固醇(HDL-C)與降低三酸甘油酯(TG)的功用。

由於膽固醇合成的尖峰時間在清晨，因此建議若使用藥效較短的藥品(如：simvastatin)，於傍晚服用藥效較好；若使用較長效之成分則不限時段，只須固定時間使用即可。此類藥品懷孕等級為 X，懷孕婦女不可使用；臨床研究發現服用此類藥品約有 0.5~3% 的機率發生肝指數上升，若有肝臟方面疾病請告知醫師。

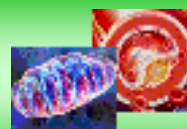
此類藥品大部分經由 CYP3A4 酵素代謝，然而許多藥品亦藉由相同途徑代謝，如抗生素、抗排斥藥(cyclosporine)及其他種類降血脂藥品等，併用時可能影響療效或增加副作用，就醫時請務必告知醫師或藥師是否併用其他藥品；此外，葡萄柚汁會抑制 CYP3A4 酵素，因此用藥期間不建議飲用。

除了腸胃不適及皮疹等副作用之外，使用此類藥品可能發生罕見的肌肉損傷，嚴重可能導致橫紋肌溶解，用藥期間若有發現肌肉酸痛或無力等問題務必聯繫醫師或藥師。

(二) 纖維酸衍生物：包括非尼利脂寧(fenofibrate)、倍利脂(benzafibrate)，可刺激脂蛋白分解，抑制肝細胞中脂質的合成，主要功用為降低 TG，亦可降低 LDL-C 及增加 HDL-C，可能的副作用包括腹瀉、腹痛、噁心、嘔吐等，為減輕腸胃方面的副作用，建議可與食物併服或於飯後立即服用，禁用於嚴重肝腎功能障礙患者。

此類藥品會影響抗凝血劑可邁丁(Warfarin)的代謝，因而加強可邁丁的作用，導致出血風險增加，若有併用時必須告知醫師以調整劑量；此外，與 statin 類併用可能增加肌肉損傷的毒性，若因臨床需求必須併用時，fenofibrate 是比較安全的選擇。

(三) 膽酸結合樹脂：如可利舒(cholestyramine)，藉由增加腸胃道中膽酸排除，使肝臟必須耗用額外的膽固醇來製造膽酸，因而減少膽固醇的含量，可降低 LDL-C，此類藥品可能干擾其他藥品於腸道吸收，應在使用膽酸結合樹脂前一小時或之後四至六小時後才使用其他藥品；若為粉末劑型，使用時須先溶解於水或果



汁中再服用，避免直接將粉末直接到在口中以避免嗆傷。常見副作用包括腹脹、消化不良、脹氣及便秘，亦可能代償性增加 TG，用藥前須先諮詢醫師。

(四) 菸鹼酸：如脂倍坦(Acipimox)，經由抑制脂肪組織的脂解作用降低血中游離脂肪酸，並減低肝臟 TG 的合成，也可透過抑制肝臟對 HDL-C 再吸收而增加 HDL-C，副作用包括皮膚潮紅、搔癢以及增加胰島素阻抗，長期服用可能增加膽結石的機率，與 statin 類併用可能增加肌肉損傷的毒性。

(五) 膽固醇吸收抑制劑：如怡妥(ezetimibe)，可抑制小腸中膽固醇的吸收，減少膽固醇的儲存，降低 LDL-C，此藥口服後吸收快且不受食物影響，可空腹或隨餐服用，副作用包括腹瀉、腹痛、咳嗽、咽喉炎等，目前有與 simvastatin 的複

方劑型(維妥力)，比單獨使用 simvastatin 可更有效降低 LDL，亦可因此降低 simvastatin 的使用劑量以提升長期使用之安全性。

高血脂用藥除了因應病情需要選擇適合的藥品之外，最重要的是注意藥物交互作用問題，尤其老年人用藥較為複雜應特別注意，或同時使用二種以上降血脂藥品，須留意是否有不良反應產生，治療期間若有任何問題應隨時與醫療人員聯絡；此外，藥物治療最重要的是每日按時服藥，不可任意增減藥量，同時仍要遵守飲食規範及規律的運動，才能達到事半功倍的治療目標。