

Medications following your heart attack



What you need to know

心臟病發作後的服藥須知

目錄	頁
為什麼我在心臟病發作後需要服藥.....	3
阿斯匹林 (Aspirin)	4
β 阻斷藥 (Beta-blockers)	6
血管緊張素轉換酶抑制劑 (ACE Inhibitors)	8
降膽固醇藥	10
其他你可能服食的藥物.....	12
一些幫助你服藥的提示.....	13
胸部不適時的行動計劃.....	背頁

設計者：**Mason Ngawhika** -*Te Arawa, Mataatua, Ngāi Tahu*
 奧克蘭區公共衛生服務毛利資源聯絡人

這資源是由 WDH B 和 ARPHS 合作編製的。



June 2006

爲什麼我在心臟病發作後需要服藥？

心臟病發作後，你的醫生將需要你開始服食幾種藥物。這些藥物幫助你：

- ♥ 減低你患另一次心臟病發作的機會
- ♥ 預防你的心臟病情惡化

你需要幾種不同的藥物因爲每一種藥物的效用不同，一起使用可以得到最好的效果。

不同的藥物將會：

- ♥ 保持你的血液稀薄
- ♥ 幫助控制你的症狀
- ♥ 降低你的血壓和心率
- ♥ 降低你的膽固醇

下列事項對你非常重要：

- ♥ **遵循醫生的指示服藥**，同時不要忘記服藥
- ♥ 沒有醫生的同意，**千萬不要停止服藥**



阿斯匹林 (Aspirin)

它有什麼作用？

阿斯匹林可以保持你的血液稀薄，以及減少血凝的機會。這將降低你患另一次心臟病發作的機會。

用來保持血液稀薄的阿斯匹林劑量比用來止痛的阿斯匹林劑量低得多。

不同種類的阿斯匹林

可溶解的阿斯匹林— **Solprin[®]**, **Disprin[®]**, **Cardiprin[®]**, **Aspro Clear[®]**

腸溶包衣的阿斯匹林— **Cartia[®]**, **Aspec 75[®]**, **Heartcare Aspirin[®]**

有什麼副作用？

心臟病發作後使用的阿斯匹林劑量非常低，因此大多數人不會有副作用。

但是，如果你有下列的問題，請告訴你的醫生：

- ♥ 胃痛（服食腸溶包衣的阿斯匹林，或與食物同服可以幫助減輕這種情況）
- ♥ 在你身體的不同位置有不尋常的瘀傷



馬上致電給你的醫生如果阿斯匹林使你：

- ♥ 呼吸短促或氣喘
- ♥ 嘔吐 — 棕色或咖啡色的嘔吐物

有什麼我需要避免的？

- ♥ 不要服食任何含阿斯匹林的東西。購買止痛藥和感冒藥物以前要檢查清楚，因為這些藥物當中有些含有阿斯匹林。
- ♥ 某些用來止痛的藥物（非類固醇類消炎劑）如果與阿斯匹林同服會造成出血和胃潰瘍。參閱第十四頁有關這些藥物的列表。
- ♥ 在你服食任何其他藥物、傳統藥物、天然產品或草藥以前，請先諮詢你的藥劑師或醫生。某些草藥會造成出血，這些包括大蒜補充品 garlic supplements、銀杏 ginkgo、姜 ginger、人參 ginseng、白柳 white willow 和白菊花 feverfew。
- ♥ 中藥會影響阿斯匹林和其他藥物的效用。由於你正在服其他藥物，因此我們建議你**不要服中藥**。

β 阻斷藥 (Beta-Blockers)

它有什麼作用？

β 阻斷藥：

- ♥ 減緩你的心率
- ♥ 降低你的血壓
- ♥ 幫助預防心絞痛
- ♥ 幫助降低另一次心臟病發作的機會
- ♥ 幫助曾有心臟病發作的患者延長壽命

常用β 阻斷藥的名稱

常用名稱		牌子名稱
metoprolol	美托洛爾	Betaloc CR [®] , Lopresor [®] , Slow Lopresor [®]
carvedilol	卡維地洛	Dilatrend [®]
Atenolol	阿替洛爾	Lo-Ten [®]
celiprolol	塞利洛爾	Celol [®]
sotalol	索他洛爾	Sotalol [®]

開始服食β 阻斷藥以前

- ♥ 告訴你的醫生你是否有哮喘

當你剛開始服食β 阻斷藥


- ♥ 你的醫生將以**低劑量**給你開始服藥，然後在幾星期內**逐漸增加劑量**。
- ♥ 你需要一段時間後才會感覺有好轉 – 有時甚至需要好幾個月的時間。
- ♥ 在沒有諮詢你的醫生以前，**千萬不要突然停止**服食β阻斷藥，這是**十分危險**的。

有什麼副作用？

當你開始服食 β 阻斷藥或增加 β 阻斷藥的劑量時，你可能有好幾天會感到疲倦或有其他副作用產生，但這些副作用會漸漸地消失。

如果你有下列的情況，而這些情況成為你的困擾或持續不斷，請告訴你的醫生：

- ♥ 手腳冰冷
- ♥ 眩暈、疲倦
- ♥ 作惡夢或失眠
- ♥ 陽萎
- ♥ 紅疹或發癢
- ♥ 便秘
- ♥ 抑鬱
- ♥ 噁心

某些副作用可能會很**嚴重**，但**很少**會發生。  馬上聯絡你的醫生如果你有：

- ♥ 氣喘
- ♥ 不尋常的緩慢、或快速、或重擊、或不規則的心跳

有什麼我需要避免的？

- ♥ 在你購買或服食任何其他藥物以前，請先諮詢你的醫生或藥劑師。
- ♥ 葡萄柚（grapefruit）、葡萄柚汁或葡萄柚製成的果醬會影響塞利洛爾〔celiprolol (Celol)〕的效用 - 諮詢你的藥劑師有關這方面的訊息。

血管緊張素轉換酶抑制劑 (ACE Inhibitors)

它有什麼作用？

血管緊張素轉換酶抑制劑的功能是降低血壓和鬆弛血管。在心臟病發作後，它幫助防止心臟肥大。它同時也幫助心臟的康復以及使心臟運作得更好。

常用的血管緊張素轉換酶抑制劑的名稱

常用名稱		牌子名稱
Cilazapril	西拉普利	Inhibace
Quinapril	喹那普利	Accupril
Captopril	卡托普利	Apo-Captopril [®] , Capoten [®] , Captophexal [®]
Enalapril	依那普利	Enahexal [®] , m-Enalapril [®] , Renitec [®]
Lisinopril	賴諾普利	Prinivil [®]

坎地沙坦 (Candesartan) 和洛沙坦 (losartan) 的功效與血管緊張素轉換酶抑制劑相似，但功效有輕微的不同。如果你在服食血管緊張素轉換酶抑制劑時有乾咳的情況 (副作用)，你可能需要轉換這些藥物的其中一種。

一些藥物內包含血管緊張素轉換酶抑制劑和利尿劑，例如：
Inhibace Plus[®]，Accuretic[®]

當你開始服食血管緊張素轉換酶抑制劑

- ♥ 你可能感到**頭暈和昏厥**，尤其是在你服完**第一顆藥丸**之後。如果你同時服食利尿劑，情況可能更差。起床或站起來時要緩慢，不用焦急，先坐在床邊或椅子上。你的身體將會漸漸地適應藥物。



- ♥ 你的醫生在開始時會先給你**低的劑量**，然後在幾個星期之內逐漸地**增加劑量**。
- ♥ 你將需要定期做**血液檢驗**來檢查你的腎臟，這是因為有小部分服食血管緊張素轉換酶抑制劑的人會出現腎臟問題。


有什麼副作用？

所有的藥物都有副作用，但並非所有的人都會有。

一些服食血管緊張素轉換酶抑制劑的人可能會有下列的情況：

- ♥ 乾咳
- ♥ 頭暈和昏厥
- ♥ 味覺改變了(很少發生)
- ♥ 紅疹(很少發生)
- ♥ 噁心或嘔吐
- ♥ 頭痛

如果有上述的情況出現，請告訴你的醫生。有時這些副作用會馬上出現，但也可能在幾個月後才發生。

某些副作用可能會很**嚴重**，但**很少**會發生。  **馬上聯絡你的醫生如果：**

- ♥ 你的嘴唇、喉嚨或舌頭開始腫脹或
- ♥ 你有發燒、發冷或喉嚨痛或
- ♥ 你的胸部疼痛、心跳快速或手部、足部或嘴唇發麻

有什麼我需要避免的？

- ♥ 血管緊張素轉換酶抑制劑會增加你體內的鉀，因此你要**避免使用鹽的替代品**，因為它們含有鉀。
- ♥ 在你購買或服食任何其他藥物以前，請諮詢你的醫生或藥劑師。
- ♥ 一些在市面購買得到的止痛藥可能會影響血管緊張素轉換酶抑制劑的功效。更多的信息請參閱第十四頁。

降膽固醇藥 (他汀類 Statins 和 貝特類 fibrates)

它有什麼作用？

他汀類 (Statins) 和 貝特類 (fibrates) 用來治療血液中的高膽固醇。它幫助曾有心臟病發作的患者延長壽命。

血液內有「好」和「壞」的膽固醇。

你的醫生會開始給你服下列的其中一種藥以降低你的「壞」膽固醇。這意味著你的血管壁上將會減少脂肪的積累。

你將需要經常驗血以測量你的膽固醇指數，以及看看藥物是否對你產生效用。你的醫生將安排你每一至三個月驗血一次，直至你的膽固醇指數得到控制後，那時大約每六個月驗一次血。

你應該試圖達到的膽固醇指數：

膽固醇種類	理想的指數 (mmol/L)
總膽固醇 Total cholesterol	↓ 少過 4
低密度脂蛋白膽固醇 LDL cholesterol	↓ 少過 2.5 *
高密度脂蛋白膽固醇 HDL cholesterol	↑ 超過 1
三酸甘油脂 Triglycerides	↓ 少過 1.7

- 你的醫生可能告訴你盡量謀取一個低的低密度脂蛋白膽固醇指數

健康飲食和運動可以幫助你進一步降低膽固醇。你的醫生、護士或藥劑師可以給你更多的訊息。

常用藥物的名稱

常用名稱

simvastatin 辛伐他汀

atorvastatin 阿伐他汀

bezafibrate 苯扎貝特

牌子名稱

Lipex[®]

Lipitor[®]

Bezalip Retard[®], Fibalip[®]

一些服食他汀類的人士同時需要服食 ezetimibe (Ezetrol[®]) 來進一步降低他們的膽固醇指數。Vytorin[®] 片劑是含有辛伐他汀的 ezetimibe。

當你剛開始服辛伐他汀或阿伐他汀

- ♥ 有少數人會有肝臟的問題出現。在你開始服藥以前，你需要做肝功能的血液檢驗
- ♥ 在晚上服食辛伐他汀可以得到最好的效果
- ♥ 阿伐他汀可以在任何時間服食（每天在相同的時間服食）

有什麼副作用？

大多數服食這些藥的人都沒有太多的副作用。

然而，如果你有下列的情況，請告訴你的醫生：

- ♥ 胃部不適/嘔吐
- ♥ 胃痛
- ♥ 放屁/腹瀉或便秘
- ♥ 皮膚疹
- ♥ 陽萎（服食苯扎貝特）
- ♥ 疲倦
- ♥ 肌肉疼痛，肌肉無力 - 如果這情況發生，**停止服藥**及馬上致電給你的醫生。



有什麼我需要避免的？

- ♥ 服食任何其他藥物以前，諮詢你的醫生或藥劑師是非常重要的。
- ♥ 葡萄柚 (grapefruit)、葡萄柚汁或葡萄柚製成的果醬會影響這藥物的效用 - 諮詢你的藥劑師有關這方面的訊息。

其他你可能服食的藥物

硝酸甘油（**Glyceryl Trinitrate (GTN)**）

硝酸甘油是快速作用的硝酸鹽，用來治療心絞痛。它有片劑（Lycinate[®]）或用於舌頭下的噴劑（Glytrin[®], Nitrolingual[®]）。你的醫生應該已經給你其中的一種。

長效硝酸鹽（**Long-acting nitrates**）

一些人需要服用長效硝酸鹽的片劑來預防心絞痛。

利尿劑（**Diuretics**）

利尿劑排去你體內多餘的水份，你會比平時更頻密的小便。

鈣通道阻滯劑（**Calcium channel blockers**）

該藥可幫助控制心絞痛、降低血壓和控制你的心率。

螺內酯（**Spirolactone**）

同時患有心力衰竭的人士可能需要服食螺內酯。

華法林（**Warfarin**）

華法林幫助預防血凝，被稱為抗凝血劑（anticoagulant）。你可能服食其他抗凝血劑，如： 氯吡多（clopidogrel）

如果你需要更多關於這些藥物的訊息，
請諮詢你的藥劑師、醫生或護士

一些幫助你服藥的提示

有什麼可以幫助我記得服藥？

- ◆ 有些人會記得服藥，如果他們將服藥和吃正餐的時間安排在一起。
- ◆ 你的藥劑師可以為你將藥物安排放在一個特殊的包裝內（泡殼包裝），這可以幫助你。
- ◆ 使用組織藥丸的盒子（可在藥房購買）。
- ◆ 保存一份列出你所有需要服用的藥物和服食時間的表格（或使用‘黃色醫療卡’） - 諮詢你的醫生或藥劑師，他們可以幫助你。



My Medications	
Please bring this when you go to...	
• your doctor	
• your pharmacy	
• your specialists	
• outpatient clinics & hospital (including all your medications list)	
• emergency clinics	
• your dentist	
and when you travel	
Name	
Address	
GP's name	
Usual Pharmacy	
Date of card	
Keep your card up-to-date. If your medications or doses change, don't forget to update your card.	

每當你到藥房、看醫生或進醫院時，請攜帶你的藥物表格或‘黃色醫療卡’。

如果我忘記服藥該怎辦？

不忘記服藥是非常重要的。



萬一你忘記服藥，**要盡快補服**，但千萬不要在相同的時間服雙份劑量的藥物。如果當時是在接近下一次的服藥的時間，那你就**不要**補服，請等待並按規定的時間服下一次的藥物。

如果你所服的藥是屬於長效作用或緩慢釋放的藥物，請告訴你的藥劑師關於你忘記服藥的事。



如果我感到有其他的副作用該怎辦？

所有的藥物都有副作用，但不是所有人都會得到。這小冊子內提及的副作用並不完全。

如果你認為你服食的其中一種藥物產生副作用，而這副作用並沒有在這小冊子內提及的，請諮詢你的醫生或藥劑師。

我可以服食一些我自己購買的藥物、草藥、傳統藥物或天然產品嗎？

在購買任何藥物、草藥、傳統藥物或天然產品以前，請諮詢你的藥劑師以確保這些藥物不會影響你正在服食的其他藥物。

中藥會影響藥物的作用，因此我們極力勸諭你在服食其他藥物期間，**不要服食中藥**。

一些你可以自行購買的止痛藥（非類固醇類消炎劑）可能會影響你正在服食的藥物或增加你出血的危險性（如果你在服阿司匹林）。

服食這些藥物以前，請先諮詢你的藥劑師：

常用名稱	牌子名稱的例子
Ibuprofen 布洛芬	Nurofen [®] , Brufen [®] , I-Profen [®] , Panafen [®] , ACT-3 [®] , Ibucare [®]
Diclofenac 雙氯芬酸	Cataflam [®] , Flameril [®] , Voltaren [®]
Naproxen 萘普生	Naprogesic [®] , Naprosyn [®] , Naxen [®] , Somaflam [®] , Synflex [®]
Mefenamic acid 甲芬那酸	Ponstan [®]

如果我的藥物看上去不一樣或它的名字有改變，我該怎麼辦？

如果你的藥物包裝或瓶子上的名字與你預期的不一樣，或你的藥物看上去不一樣，請與你的藥劑師或醫生確認。

我應如何儲存我的藥物？

- ◆ 存放你的藥物在陰涼和乾爽的地方。不要放置在一些有陽光直射的地方，或放置在浴室以使藥物受潮。
- ◆ 放置藥物在兒童不能拿到的地方。
- ◆ 把舊的或已過期的藥物丟棄到安全的地方 – 你的藥劑師可以給你建議。

還有任何問題嗎？

這小冊子內提及的藥物並不完全。

如果你不明白或想知更多關於你服食藥物的訊息，請諮詢你的醫生、藥劑師或護士。

胸部不適時的行動計劃

- 停止你正在做的事情，並且休息。
- 噴一或兩口的硝酸鹽噴劑 [glyceryl trinitrate (GTN)]，或放一顆硝酸鹽片劑於舌頭下。
- 如果胸部不適的情況持續，每**5分鐘**重復使用硝酸鹽噴劑或片劑（最多使用三次）。

如果你胸部不適的情況持續超過**15分鐘**，呼叫救護車。

立即撥號**111**

盡快撥號**111**，如果：

- 你的疼痛比你平常心絞痛時的感覺**更為嚴重**（壓碎感、沉重感、緊繃感）**或**
- 它延伸至肩膀、頸項、頷部或沿著雙臂 **或**
- 你在出汗、感到噁心、嘔吐、呼吸短促、想暈倒

如果你感到想暈倒，請躺下來；或如果你感到呼吸短促，請坐起來。

你可能是心臟病發作 — 每一分鐘都很重要