



# 服用您需要的藥物

## 預防心臟病和中風



### 您是否患有？

- 糖尿病
- 周邊動脈血管病
- 心臟病
- 慢性腎病
- 中風
- 腹主動脈瘤

**這**些情況均導致於或可導致動脈粥樣硬化，動脈粥樣硬化是被稱為累積斑的脂肪聚結在您的動脈壁上面。日積月累，這個情況可縮窄動脈內部的空間，和硬化血管

壁，因而使血液和氧氣流通困難。動脈粥樣硬化可以導致中風或心臟病突發。

如果累積斑長得夠大，足以阻塞心臟的動脈時，血液就無法抵達心臟的肌肉。缺乏血液和氧氣，可導致胸痛(心絞痛)或心臟病突發。

很多時候，累積斑變得不穩定和分散。當發生此情形時，就會在受損的地方凝成血塊。凝血可以阻礙血液的流通。如將血液帶到腦部的動脈被阻塞，就會發生中風。如心臟的動脈被阻塞，就會發生心臟病突發。

### 動脈粥樣硬化的其他風險因素或導致原因：

- 抽煙
- 體重過重
- 運動不足
- 高膽固醇
- 高血壓

### 您無法改變的風險因素：

- 家庭曾有人患有心臟病
- 年老(年紀越大，風險繼而增加)

好消息是治療動脈粥樣硬化和減少有中風或心臟病突發的機會是有方法的：

### 可以服用一些或所有此類藥物：

1. 阿士匹靈
2. Statin
3. ACE抑制劑
4. 乙型阻斷劑

請教您的醫療人員，是否有部份或所有此類的藥物適宜於您。

### 選擇健康的生活：

- 吃低脂和高纖維的食物
- 每星期大部份日子有三十分鐘或以上的運動
- 保持健康的體重
- 如果有抽煙，戒除

您將會做些什麼來照顧您的健康呢？

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

# 明白您的藥療

明白藥療的作用、可能出現的副作用、和在什麼時候及如何服用是重要的。大部份人對他們目前或準備服用的藥物均有問題或顧慮。請教您的醫療人員，了解更多有關您服用的藥物。以下是一些可以提出的重要問題：

- 為什麼我要服用這種藥物？
- 什麼時候及我應如何服用此藥？
- 有什麼可能的副作用？
- 如果我察覺到有副作用，我應做些什麼？
- 其他：\_\_\_\_\_

## 服用其他藥物

小心成藥和草藥或減肥的補品。請小心閱讀瓶上或盒上的標籤說明。有些成藥附有警告，指出有心臟病或中風風險者不宜服用。如您有服用成藥，告訴您的醫療人員。

藥療	我的計劃 (填寫您的專業健康護理)
<b>ACE* 抑制劑</b> ACE 抑制劑以放鬆及加闊血管來幫助減低血壓。它可增加對心臟血液和氧氣的供應，幫助心跳更容易。其他名稱： Lisinopil (Prinivil, Zestril), Captopril (Capoten)。 *Angiotensin Converting Enzyme (血管張力素轉換酵素)	我是否應服用此藥？ <input type="checkbox"/> 是 應服用多少(劑量)：  應服用次數：  <input type="checkbox"/> 否
<b>乙型阻斷劑 (Beta-Blocker)</b> 乙型阻斷劑以鬆弛心臟肌肉和減慢心率來幫助減輕心臟的工作量。這可使您的心臟收縮更容易。乙型阻斷劑用來治療高血壓、心臟衰竭、心律不齊、栓塞冠動脈、和心絞痛。其他名稱：Atenolol (Tenormin), Metoprolol (Lopressor)。	我是否應服用此藥？ <input type="checkbox"/> 是 應服用多少(劑量)：  應服用次數：  <input type="checkbox"/> 否
<b>阿士匹靈</b> 阿士匹靈減少血液細胞——稱為血小板——的黏性。這可減少血小板凝聚一起，造成凝血。凝血可阻塞您的動脈，導致心臟病突發或中風。	我是否應服用此藥？ <input type="checkbox"/> 是 應服用多少(劑量)：  應服用次數：  <input type="checkbox"/> 否
<b>Statins</b> Statins 的作用在減低積聚在動脈壁因而使動脈縮窄的 LDL (壞的膽固醇)。它們可以增加 HDL (好的膽固醇)，減少三酯甘油，和可能幫助預防動脈血液凝結和發炎。其他名稱：Lovastatin (Mevacor), Simvastatin (Zocor)。	我是否應服用此藥？ <input type="checkbox"/> 是 應服用多少(劑量)：  應服用次數：  <input type="checkbox"/> 否

此資料無意作診斷健康問題用或取代您的醫生或其他醫療人員之醫療建議或護理。如您有持續性的健康問題，或有其他問題，請向您的醫生查詢。如您對您所用的藥物有問題或需要更多資料，請向藥劑師查詢。