

Statin (降血脂藥物) 治療： 預防心臟病突發和中風



如果您有患心臟病的風險——或即使您已經有過心臟病突發——每天服用 Statin 可以幫助您保持健康。每天服用 Statin 的人，較少會有心臟病突發，或因心臟病突發或中風而死。

Statin 如何可幫助預防心臟病？

大部份的人都以為 Statin 只是用來減低膽固醇，但它其實也是一種對您的心臟和血管非常有幫助的藥物。

Statin 可以減少在動脈壁積存，使動脈變窄的 LDL (壞的膽固醇)；它同時可以增加您的 HDL (好的膽固醇)，減少您的三酯甘油，

和可以幫助預防動脈凝血及血液發炎。

雖然 Statin 本身未足夠預防心臟病突發和中風，但它是您醫療的重要一部份。幫助預防心臟病突發或中風，常見的是除服用 Statin 外，並服用其他的藥物。請教您的醫療人員有關其他可能對您有幫助的藥療。

服用 Statin 我會有什麼副作用？

大部份服用此藥的人少有或沒有任何副作用。有些人可能會感到輕微的胃部不適、脹氣、便秘、腹痛、或痙攣。

嚴重的肌肉痛(或橫紋肌溶解症)是少見的副作用，只出現在很少數服用 Statin 的人身上。如您感到有嚴重的肌肉痛，嚴重的虛弱，或尿液呈棕色，請立刻聯絡您的醫療人員。

要減少服用 Statin 帶來的風險：

- 避免吃西柚或飲西柚汁。
- 如您飲酒，只飲適量即可(男性每天兩份，女性一份)。一份＝十二盎士的啤酒，四盎士的酒，

或一盎士半的烈酒，例如白蘭地，杜松子酒，或伏特加。

- 如您懷孕或在不久之將來會懷孕，**請不要服用 Statin。**
- 如您有嚴重的肝或腎損壞，不要服用 Statin。

您的醫生或其他醫療專業者(例如專科護理師)可能在您做手術或牙科治療之前，需要您停止服用 Statin 一個星期。請教您的醫生或牙醫，什麼時候才可以再服用 Statin 是安全的。

服用 Statin 是否會增加我肝臟的不適？

大部份服用 Statin 的人都不會出現肝臟的問題。定期驗血，可監察您肝臟的功能情況。

「Statin」包括以下藥物，作用在減低膽固醇：

- Lovastatin (Mevacor)
- Simvastatin (Zocor)

一般藥療如何配合我的治療計劃？

雖然藥療是您治療計劃的一個重要部份，它不可以取代健康飲食、經常運動、和壓力控制。如果您的醫生為您處方藥療，重要的是您要按照處方服用。未向醫生諮詢之前，不要停止服用。如果您發現有副作用，您的醫生可能會改換另一種藥物或更改劑量，以防出現副作用。您有可能以後一生都要服此藥，所以應和您的醫生合作，確保您服用的藥物和劑量是適合您的。如您認為您無法負擔此藥物，也許財務援助有助您。查詢詳情，請教您的藥劑師或致電醫療財務援助計劃(MFAP)，電話 1-866-399-7696。

對我的藥療我需要什么知道些什麼？

請教您的醫生或醫療人員有關藥物的問題：

- 為什麼我要服用此藥？
- 我需要服用此藥多久，頻密性多少？
- 服用此藥是否有特別的指示？
- 是否只應在進餐時服藥？
- 在服用藥時是否需要避免些什麼活動？
- 會有什麼副作用，和我應留意什麼徵狀？

- 是否有方法可以避免副作用？

如果出現副作用情況，我應怎樣做？

如以任何原因您不能服用處方藥物，記得告訴您的醫生。此外，如您覺得自己會有忘記服藥的可能性，亦請告訴醫生。

我如何記得服藥？

每個人都有過設法去記得做他們不經常做的事情。以下是一些可以幫助您記得的方法：

- 做一張簡單的圖表，貼在您每天都看到的顯眼的地方，例如浴室的鏡子。
- 設定鬧鐘或手錶時間，提醒您服藥。
- 設定一個每天服藥的規律，例如入睡前、進餐時、或在每天看電視節目如新聞報告之前。
- 用一個有七格的藥丸盒，代表每周七天。
- 在銀包卡片或日曆上記錄服藥資料。
- 您還可以想到其他的方法嗎？

是否有什麼特別的指示我需要注意？

- 保留一份個人的藥療卡(銀包卡片)，確保資料最新。包括任何您可能會有的藥物或食物

過敏資料，及任何您在服用的非處方藥物、草藥、或補品。

- 定期和您的醫生或其他醫療專業者——包括您的牙醫，複閱您的藥療卡。
- 當您購買任何新的藥物時，包括成藥，請教藥劑師查看是否有任何與您目前服用的藥物有相互影響之可能。
- 在藥物用盡之前最少一或兩個星期前開始補充藥物。您可以用電話，或上網通過我們的網址或親自到藥房補充藥物。藥物可以免費寄到府上。
- 如醫生或其他專業者有建議，在身邊攜帶一些醫療的識別物，例如Medic Alert手鐲。查詢詳情，請致電 1-888-633-4298，或瀏覽網頁 MedicAlert.org

其他資源

- 瀏覽我們的網頁：members.kp.org
- 查閱您的凱薩健康手冊 (*Kaiser Permanente Healthwise Handbook*)。
- 致電凱薩的健康諮詢電話，1-800-332-7563，或 TTY，1-800-777-9059。
- 前往凱薩的健康教育部，查詢有關的書本、錄像帶、講座、和其他資源。

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。