

「藥」怎麼懂得高血壓？－淺談高血壓藥物治療

前言

由於生活型態改變，國人十大死因從早年的傳染疾病轉為慢性退化性疾病為主，其中又以心血管、腦血管疾病最為顯著。筆者在臺大門診藥局服務期間，看過許多長輩拿著大把的心血管藥物來回收。除了惋惜這些昂貴的藥錠即將被銷毀之餘，更心疼的是眼前的老朋友似乎沒有好好照顧自己，於是忍不住多問：「阿伯，醫師開的藥你是不是常常會忘記吃？」老人家聽完總是露出不好意思的笑容。往往病人沒吃藥也不敢跟醫師說，結果血壓降不下讓醫師誤以為藥效不足，只好把藥越開越重。

高血壓其實並不可怕，可怕的是明知道有高血壓卻沒有積極治療。若不接受藥物控制、改變生活習慣，高血壓病人日後發生腦中風、心肌梗塞、腎病變風險很高。筆者希望能藉由下列常碰到的問題來替高血壓的病友們解惑。

1. 為什麼我只是看個高血壓就會拿這麼多藥？

常見的高血壓藥物共有六大類：1.血管收縮素Ⅱ受體阻斷劑、2.血管收縮素轉化酶抑制劑、3.鈣離子通道阻斷劑、4.甲型阻斷劑、5.乙型阻斷劑、6.利尿劑。治療高血壓本來就會多管齊下，除了相輔相成以外，也能減少單一用藥過量所產生的副作用。醫師會針對病情選擇適當的組合，再由藥師確認醫師處方後調劑給病人，並予以充分的用藥說明，這樣才是最安全的。換句話說，高血壓藥物均是處方藥，民眾不應隨意增減或自行購買使用。

2. 吃太多高血壓藥會傷腎臟嗎？

事實上，常用的降血壓藥物在一般使用下是不會傷害腎臟的。相反地，如果沒有控制好血壓的話，腎臟會受到強大的血液撞擊而損傷，導致組織病變，到最後可能需要接受洗腎治療。某些高血壓藥物例如血管收縮素Ⅱ受體阻斷劑或血管收縮素轉化酶抑制劑反而能夠降低腎絲球壓力，進一步保護了腎臟。另外，許多藥物都需要經過肝臟代謝、腎臟排除。因此肝腎功能不全的病人需要依照病情來調整藥物的劑量。

3. 我的血壓已經控制正常了，為什麼還需要一直吃藥？

長期高血壓因為血液衝擊而導致血管壁受損及血管阻塞，另外高血壓也可能導致血

管破裂或心肌纖維化，嚴重者可能發生腦中風及心肌梗塞等併發症。年老後，身體會逐漸失去修復的機制，因此長期的藥物調控是必要的。乙型阻斷劑能舒緩心搏的速率，甲型阻斷劑跟鈣離子通道阻斷劑可以放鬆血管，降低心臟打出血液的阻力，以減少心臟的工作量並避免心肌過度耗氧而造成損傷。

4. 某些高血壓藥物為何需晚上服用？

有時候一些病友早晨的血壓會偏高，為了調整高血壓藥的作用時間，會考慮在晚上給予比較長效的藥物。有時候考慮某些高血壓藥物可能有姿勢性低血壓的副作用，也會在晚上服用，例如甲型阻斷劑。尤其是剛開始使用、調整劑量、年紀大、併用其他高血壓藥時更容易發生姿勢性低血壓，但是會隨著持續使用而改善。故建議一開始使用此類藥物時，起身宜緩慢，最好能攙扶附近的固定傢俱，特別是半夜上廁所時要特別小心，預防跌倒。

5. 我每天都有排尿為什麼醫師開給我利尿劑？可以多喝水來幫助排尿而不用利尿劑嗎？

利尿劑的作用是幫助身體排除滯留在體內的水分，以減輕心臟的負擔。會需要服用利尿劑的病人，可能是高血壓導致體內鹽分及水分累積無法排出而造成水腫。此時若攝取大量水分反而使得水腫情形加重，導致體液電解質不平衡，甚至循環變差引發肺水腫、心衰竭等問題。但是因利尿劑會增加尿量及排尿的次數，所以晚上服用利尿劑會影響睡眠品質，建議最好在白天時使用。

6. 我的家人年紀大了常常忘記吃藥怎麼辦？

隨著年紀增長，身體機能逐步退化，慢性疾病也跟著紛紛出場，例如高血壓伴隨著高血脂、高血糖的「三高」情形在老年人身上是普遍的。藥品種類太多，服藥時間不同時，家人可先行分類，預先將同時服用的藥以小藥袋或小藥盒裝在一起，註明時間日期，以防止漏吃或重複使用，並請親友提醒，且注意剩藥的情形。如果種類真的太多時，應請教醫師或藥師是否有簡化用藥的可能。

結語

治療任何疾病，藥物的幫助都有它的極限。高血壓治療除了按照醫囑規律服藥之外，還需要作息正常、適度運動、定期量血壓、避免過多鹽分、咖啡因、脂肪及戒菸，才能讓血壓

的控制更理想，降低其他併發症出現的可能。

參考資料：

1. 高血壓防治手冊／衛生福利部國民健康署編著
2. 用藥安全手冊－600 題醫藥常識快問快答/財團法人中華景康藥學基金會編著

藥劑部藥師 王竣鋒

NTUHF