

銀髮族用藥 小百科

高 血 脂

感謝奇美柳營醫院藥學部提供



什麼是血脂？

血脂包括：膽固醇、三酸甘油酯、磷脂質等，各有不同功能。膽固醇對人體十分重要。不只提供人體的熱量來源，也是製造膽酸、固醇類荷爾蒙(如性激素)原料之一。另外，像是脂溶性的維他命營養素(A、D、E、K)也須仰賴其幫忙才能吸收。

特殊的運送工具-脂蛋白

由食物中所攝取的油脂、肉、魚、蛋黃和醣類，在血液中主要是以膽固醇和三酸甘油酯存在。膽固醇和三酸甘油酯都為脂溶性物質，無法溶解於水溶性的血漿。所以必須和表面蛋白結合形成複合體，稱為「脂蛋白」，可隨血液循環至器官組織。

好膽固醇？壞膽固醇？

所謂好的膽固醇是指高密度脂蛋白膽固醇(HDL-C)，高密度脂蛋白俗稱血管壁的清道夫，可將血漿中多餘的脂肪清除。壞膽固醇就是指低密度脂蛋白膽固醇(LDL-C)，低密度脂蛋白因含有大量膽固醇，若清除代謝變差，導致血漿中濃度過高，就容易滲入血管壁內形成動脈粥狀硬化。所以血漿中低密度脂蛋白膽固醇濃度越高，罹患動脈粥狀硬化的風險就越高。

血 油 高？

血脂(血脂單位 mg/dl)	理想	邊際危險	高危險
總膽固醇 (TC)	<200	200-239	≥240
低密度脂蛋白膽固醇(LDL-C)	<100	130-159	≥160
高密度脂蛋白膽固醇(HDL-C)	≥60	---	<40
三酸甘油酯 (TG)	<150	200-400	≥400

如何治療血油高？

治療方法包括飲食治療及藥物治療：

1. 飲食治療—在開始以藥物治療高脂血症前，應優先實行飲食控制及生活型態改變（如多運動、戒菸等）三至六個月。飲食方面注意少吃醣分、碳水化合物、脂肪過高的食物、限制飲酒，及維持理想體重。
2. 藥物治療—降血脂藥物包括纖維酸衍生物、膽酸結合樹脂、菸鹼酸及HMG-CoA還原酶抑制劑等。服用這一類藥物需要遵照醫師指示服藥，醫師將會視個別臨床狀況，決定合適的藥物。

目前對於有膽固醇過高的病患，在三至六個月的飲食控制後，仍有偏高現象，可考慮使用降血脂藥物控制。此外，若有高血壓病史、糖尿病病史、早發性心血管疾病病史、男性大於四十五歲、女性大於五十五歲或停經無雌激素療法者，以及吸菸等危險因子，只要有其中二項，就須考慮是否使用降血脂藥物，避免因高血脂問題引發心血管疾病，例如心肌梗塞、腦中風、末梢循環不良等。

銀髮族用藥 小百科

高 血 脂

感謝奇美柳營醫院藥學部提供



降血脂藥物的功用

降血脂藥物範例

藥物	Cholesterol(%) 膽固醇	LDL(%) 低密度脂蛋白	HDL(%) 高密度脂蛋白	TG(%) 三酸甘油酯
膽酸結合樹脂	降低 20 - 25%	降低 20 -35%	未改變	增加 5 -20%
纖維酸鹽衍生物	降低 10%	降低 10%	增加 10 -20%	降低 40 -55%
菸鹼酸	降低 25%	降低 20%	增加 20% 🍌	降低 40%
HMG-CoA 還原酶抑制劑	降低 15 - 60% 🍌	降低 20 -40% 🍌	增加 2-15%	降低 7-25%

膽酸結合樹脂	
Cholestyramine (Questran, 可利舒散)	
*如何服用？ - 最好飯後或與食物一起服用，空腹會使藥效變差。 - 本藥為乾燥藥粉，不宜直接服用怕會阻塞喉道，應配合食物或飲料服用， - 長期服藥之後，不可貿然停藥。 *副作用？ 打嗝、拉肚子、胃痛、消化不良、胸口灼熱、噁心、脹氣、嘔吐、頭痛、頭暈、便秘、糞便變黑。 *服用期間，要注意什麼？ - 會增加三酸甘油酯，所以三酸甘油酯高者不宜使用。 - 會造成便秘。 - 會吸附其他藥物，使它藥的藥效降低，所以應先服本藥後一小時再服它藥，若先服它藥則須隔至少 4 小時再服本藥。	
HMG-CoA 還原酶抑制劑	
Atorvastatin Calcium (Lipitor, 立普妥 膜衣錠)	

Fluvastatin Sodium (Lescol, 益脂可)	
Rosuvastatin calcium (Crestor, 冠脂妥)	
*副作用？ 背痛、虛弱、過敏反應、肌痛、橫紋肌溶解、頭痛、腹痛、便秘、下痢、消化不良、氣脹、肝功能試驗上昇、竇炎、咽炎、發疹。 *生活及飲食上要注意什麼？ - 本藥不可與葡萄柚汁併服。 - 酒精可能增加副作用，服藥期間若需飲酒，請先和醫師討論安全性的問題。 *服用期間，要注意什麼？ - 沒有醫師指示，請勿自行停藥。 - 若曾因服用此類藥品而發生過敏者，必須告知醫師及藥師。 - 若您曾有肝病、腎臟病、心臟病、嚴重感染、低血壓或痙攣發作，請告知醫師。 - 是否有肌肉痛、觸痛或無力；如出現時請監測肌酸酐磷酸激酶值，倘若數值顯著的上昇或懷疑肌病變時應停用本劑。 - 如有下列症狀時請立即告知您的主治醫師：無法解釋的肌肉痛、觸痛或無力，尤其是帶有發燒或不適時；皮膚或眼睛黃；胃痛帶有噁心、嘔吐或食慾喪失；皮膚發疹或蕁麻疹。	

銀髮族用藥 小百科

高 血 脂

感謝奇美柳營醫院藥學部提供



纖維酸鹽衍生物	
Gemfibrozil (Lopid, 潔脂)	
*副作用? 噁心、嘔吐、肚子痛、拉肚子、膽結石。 *服用期間，要注意什麼? 1. 高度肝、腎機能障礙患者不宜服用本藥。 2. 本藥會加強抗凝血藥物的效應，因此併用抗凝血藥劑時，抗凝血藥劑的劑量視需要調整。 3. 與 HMG-CoA 還原酶抑制劑併用可能會增加肌肉病變或橫紋肌溶解症的危險性。	
菸鹼酸	
Acipimox (Olbetam, 脂倍坦)	
*副作用? 胃腸不適、高尿酸、痛風、紅疹、肝功能指數增加等。長期服用，可能增加膽結石的機率，以罹患膽結石病人，一般不宜服用。 *服用期間，要注意什麼? 1 一般從少量開始使用，再逐漸增加；但也不要自己隨意增加劑量。	

*副作用?

胃腸不適、高尿酸、痛風、紅疹、肝功能指數增加等。長期服用，可能增加膽結石的機率，以罹患膽結石病人，一般不宜服用。

*服用期間，要注意什麼?

- 1 一般從少量開始使用，再逐漸增加；但也不要自己隨意增加劑量。
- 2 最常見的副作用是皮膚潮紅及搔癢症。
- 3 如果您有潰瘍、糖尿病或痛風或您正在服用其他降血脂藥物，需告知您的醫生。

複方藥物(治療高血壓的新選擇)

Vytorin (維妥力錠, Ezetimibe 10mg + Simvastatin 10mg)	
*膽固醇吸收抑制劑— Ezetimibe Ezetimibe 是新一代降血脂藥物，屬於膽固醇吸收抑制劑，可抑制食物與膽汁中所含膽固醇之吸收，降低血中低密度脂蛋白膽固醇 (LDL-cholesterol)。 Ezetimibe 口服後吸收快且不受食物影響，可以在一天之中任一固定時間隨餐或空腹服用，且 ezetimibe 不會影響膽酸、脂肪酸、三酸甘油脂、脂溶性維生素或口服避孕藥之吸收。 *副作用? 交互作用? Ezetimibe 的副作用大多輕微且短暫，常見的副作用包含頭痛降血脂療效、降低 HMG-CoA 還原酶抑制劑使用劑量而減少藥物副作用，並能同時抑制膽固醇之吸收與合成，雙管齊下達到最佳的降血脂作用。	