

# 民眾團體衛教

## 主題-認識高血脂及藥物介紹

霖園醫院藥劑科

2016.05



# 何謂高血脂

簡單的說，就是血液裡的脂肪過高。

血脂越高，發生心血管及腦血管疾病的風險就越高。  
血中脂肪物質如膽固醇、三酸甘油脂、及血脂蛋白。

- 總膽固醇(TC)過高 ( $>200$  mg/dl)
- 低密度膽固醇(LDL-C)偏高 ( $>130$  mg/dl)
- 三酸甘油酯(TG)過高 ( $>160$  mg/dl)
- 高密度膽固醇(HDL-C)偏低 ( $<35$  mg/dl)

# 全民健康保險降膽固醇藥物給付規定表

	非藥物治療	起始藥物治療血脂值	血脂目標值	處方規定
心血管疾病或糖尿病患者	與藥物治療可並行	TC $\geq$ 160mg/dL或LDL-C $\geq$ 100mg/dL	TC $<$ 160mg/dL或LDL-C $<$ 100mg/dL	第一年應每3-6個月抽血檢查一次，第二年以後應至少每6-12個月抽血檢查一次，同時請注意副作用之產生如肝功能異常，橫紋肌溶解症。
2個危險因子或以上	給藥前應有3-6個月非藥物治療	TC $\geq$ 200mg/dL或LDL-C $\geq$ 130mg/dL	TC $<$ 200mg/dL或LDL-C $<$ 130mg/dL	
1個危險因子	給藥前應有3-6個月非藥物治療	TC $\geq$ 240mg/dL或LDL-C $\geq$ 160mg/dL	TC $<$ 240mg/dL或LDL-C $<$ 160mg/dL	
0個危險因子	給藥前應有3-6個月非藥物治療	LDL-C $\geq$ 190mg/dL	LDL-C $<$ 190mg/dL	

# 全民健康保險降三酸甘油酯藥物 給付規定表

	非藥物治療	起始藥物治療三酸甘油酯值	三酸甘油酯目標值	處方規定
心血管疾病 或糖尿病 病人	與藥物治療 可並行	TG ≥ 200mg/dL 且 (TC/HDL-C > 5 或 HDL-C < 40mg/dL)	TG < 200mg/dL	第一年應每3-6個月抽 血檢查一次，第二 年以後應至少每6- 12個月抽血檢查一 次，同時請注意副 作用之產生如肝功 能異常，橫紋肌溶 解症。
無心血管疾 病病人	給藥前應有 3-6個月 非藥物治 療	TG ≥ 200mg/dL 且 (TC/HDL-C > 5 或 HDL-C < 40mg/dL)	TG < 200mg/dL	
無心血管疾 病病人	與藥物治療 可並行	TG ≥ 500mg/dL	TG < 500mg/dL	

# 心血管疾病定義：

- (一) 冠狀動脈粥狀硬化病人：心絞痛病人，有心導管證實或缺氧性心電圖變化或負荷性試驗陽性反應者(附檢查報告)
- (二) 缺血型腦血管疾病病人包含：
  - 1. 腦梗塞。
  - 2. 暫時性腦缺血患者(TIA)。(診斷須由神經科醫師確立)
  - 3. 有症狀之頸動脈狹窄。(診斷須由神經科醫師確立)



# 危險因子定義：

- 1.高血壓
- 2.男性 $\geq 45$ 歲，女性 $\geq 55$ 歲或停經者
- 3.有早發性冠心病家族史(男性 $\leq 55$ 歲，女性 $\leq 65$ 歲)
- 4.HDL-C $< 40$ mg/dL
- 5.吸菸(因吸菸而符合起步治療準則之個案，若未戒菸而要求藥物治療，應以自費治療)。

# 藥物分類

- **Statins**：副作用如肝指數升高及肌肉病變，不可以和葡萄柚汁併用。
- **膽酸結合樹脂**：副作用如腸胃不適、脹氣、便秘，可多喝水及多食膳食纖維，需與其他藥品間隔4~6小時。
- **Nicotinic acid**：副作用如臉部身體潮紅、發熱、頭痛。可與食物併服緩解不適。
- **Fibrates**：副作用如肌肉疼痛、腸胃不適、肝毒性。
- **Ezetimibe**：通常與statins併用，副作用如腹瀉、咳嗽、頭暈。

# 相關症狀

高血脂之所以容易被忽略，是因為它並沒有典型且明顯的症狀，病患也因此延誤了治療時機。絕大多數患者都是在例行性血液檢查中才驚覺自己的血脂異常，但也有一些人是因為長期感覺**脖子僵硬痠痛**、**頭暈**而就診，經醫師追蹤後才發現有高血脂。



# 血膽固醇過高為什麼會對心臟有不好的影響？



正常健康的  
冠狀動脈血管



膽固醇逐漸堆積  
在血管壁，造成  
血管彈性減少血  
管內徑縮小，減  
少血液流量。



血脂肪過高，血  
液在變窄的動脈  
內，血流量減  
少，使心臟無法  
得到養分和氧  
氣，導致心臟病  
發作。

# 血膽固醇與心血管疾病的關聯性

血膽固醇值越高，得到  
心血管疾病的機率就  
越高。

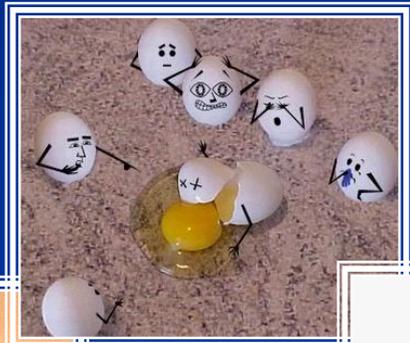
心血管疾病包括：

- (一)冠狀動脈粥狀硬化患者
- (二)腦血管疾病患者
- (三)週邊血管粥狀硬化  
有缺血性症狀者



# 膽固醇的由來

- 血液中膽固醇大多由人體的肝臟產生，但有一部份是攝取自食物，像....



蛋黃



海產類

奶製品



肉類



內臟

# 體重過重

- 體重過重常會合併有高三酸甘油酯血症和高密度脂蛋白膽固醇濃度過低的現象。



# 吸菸者

- 吸菸會損壞血管內壁，造成膽固醇堆積。



# 銀髮族

- 一般而言，膽固醇濃度在五十歲時達到最高，男性通常比女性高。但是，婦女在更年期停經後，其膽固醇濃度會上升，有時甚至可能超過同年齡男性。



# 如何遠離高血脂

- 飲食控制
- 健康減肥、控制體重
- 運動
- 戒菸
- 藥物治療(一般而言，高血脂症患者先經三至六個月「飲食療法」處理，如血脂仍高才考慮併以「藥物治療」)。
- 健康食品
  - ☺ 納豆

# 有獎徵答(一)

- 下列哪一個是好的膽固醇？
  - (1)三酸甘油脂
  - (2)低密度膽固醇
  - (3)高密度膽固醇



# 有獎徵答(二)

- 下列哪一個不能遠離高血脂？
  - (1)控制體重
  - (2)運動
  - (3)抽菸



謝謝

