

【何謂高血脂】

血液中的膽固醇、三酸甘油酯增加，雖然沒有症狀，但明顯增加發生心血管疾病的風險，包括血液供給到心臟、腦、四肢的疾病，而導致胸痛、心臟病發作、腦中風和其他問題。

血膽固醇從哪裡來？

膽固醇是一種脂肪類物質，存在身體的每一個部分，可以幫助製造細胞膜、賀爾蒙、膽酸及維他命D。有兩個來源：人體自行產生-肝臟負責製造大部分身體所需之膽固醇；另從食物而來-動物肉類、全脂牛奶、蛋黃、家禽類、與魚類。

膽固醇的種類

極低密度脂蛋白-膽固醇(VLDL-C)--主要成份為三酸甘油酯
過高的三酸甘油酯，會減少”好”的膽固醇，及促使”壞”的膽固醇進入血管壁引起動脈硬化。

低密度脂蛋白-膽固醇(LDL-C) --- 俗稱 ”壞”膽固醇
攜帶大部分血液中膽固醇，因此LDL-C過高，容易導致膽固醇蓄積動脈壁。

高密度脂蛋白-膽固醇(HDL-C)--- 俗稱 ”好”膽固醇
作用為移除血液和組織中過多的膽固醇，幫助預防脂肪堆積於動脈壁中。



成人血中膽固醇及三酸甘油酯濃度

	總膽固醇TC 目標值	低密度脂蛋白- 膽固醇(LDL-C) 目標值 (禁食12h)	血液三酸甘油 脂TG目標值 (禁食12-14h)
有心血管疾病 或糖尿病病人	< 160 mg/dl	< 100 mg/dl	< 200 mg/dl
無心血管疾病		< 190 mg/dl	200~500mg/dl

高血脂的治療

- 決定開始降低血脂的治療是因人而異的，需考慮血脂肪值、是否有心血管疾病和其他危險因子。
- 心血管疾病的危險因子，包括高血壓、男性≥45歲，女性≥55歲或停經者、LDL-H< 40 mg/dl、有早發性冠心病家族史和吸菸。



調節血脂異常的生活指南步驟：

- 檢查您的血脂肪數值
簡單的血液生化檢查就能顯示出您的血脂肪數值，此包括總膽固醇、三酸甘油脂、高密度脂膽固醇，可判斷罹患心臟病的機率是否較正常人為高。
- 改變您的飲食
明智的選擇食物和低膽固醇、低油脂烹調法或低熱量替代油脂，能幫助減輕體重和膽固醇、三酸甘油脂。

- **運動和其他方法**

並行飲食矯正、控制體重、規律的運動和藥物等減少心血管疾病的危險因子，將會使您的血脂肪值得到更有效的控制。



藥物治療--降血脂藥物

膽汁結合樹脂：若須服用其他藥物時，至少在服用本品 1 小時前或 4~6 小時後才使用其他藥物。如 Cholestyramine (CHOLEST* powder 4g Pack 可利舒散)

Statin 類 (HMG CoA 還原酵素抑制劑) 此類有些和葡萄柚汁同時服用會增加副作用風險。如 Rosuvastatin(CRESTOR*冠脂妥膜衣錠)

纖維酸鹽衍生物 可降低三酸甘油酯的濃度。如 GEMD(脂福膜衣錠)、LIPANTHYL(弗尼利脂寧微粒化膠囊)等。

菸鹼酸類 可以降低三酸甘油酯、總膽固醇、”壞膽固醇”，及增加”好膽固醇”的濃度。在最初使用 7-14 天時常有面部及身體潮紅發癢等現象繼續使用後大都會消失。

您有任何疑問請向醫師或藥師詢問，
我們將竭誠為您服務
馬偕紀念醫院藥劑部 104.09
諮詢專線 25433535 分機 2243

高 血 脂 藥 物 治 療 須 知

