

降低血壓， 改善健康

第二部份：藥物

有關透過洛杉磯衛生部 L.A. Health Services 管理高血壓的日常建議，請參閱這些資料並諮詢您的醫療保健團隊。*

第一部份：基本知識

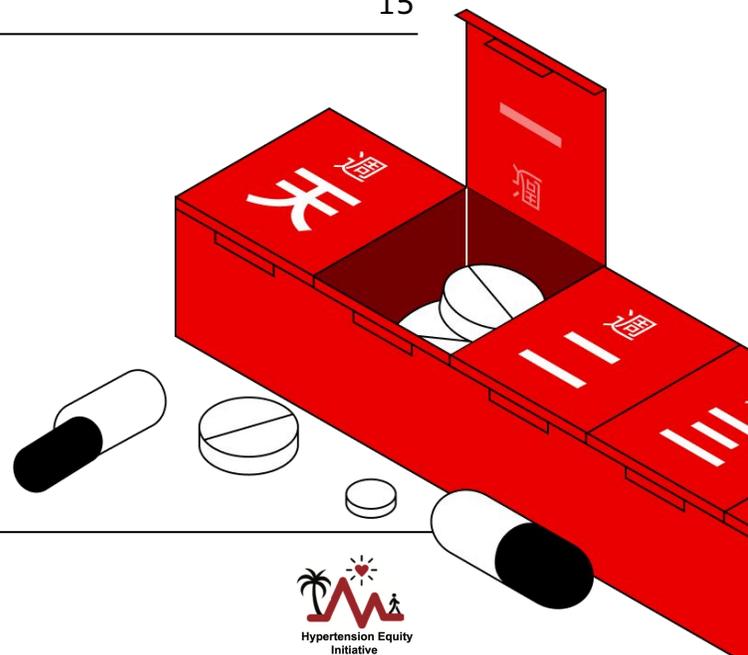
瞭解高血壓	02
測量血壓的建議	04
行動計劃：控制血壓	06

第二部份：藥物

血壓藥物對我的健康有何幫助？	11
服用血壓藥物的建議	13
瞭解我的血壓藥物	15

請向您的醫務團隊索取英文版或簡體中文版的資料。
You can ask your healthcare team for handouts
in English or Simplified Chinese.

*這些資料僅供參考用。這些資料並非醫療建議，也無法
取代由您醫生所提供的建議。



UCLA

This project is funded by the National Institutes of Health (DC016414) and was developed in partnership with RAND.
NIH/NHLBI Grant # U01HL154302



血壓藥物對我的健康有何幫助？

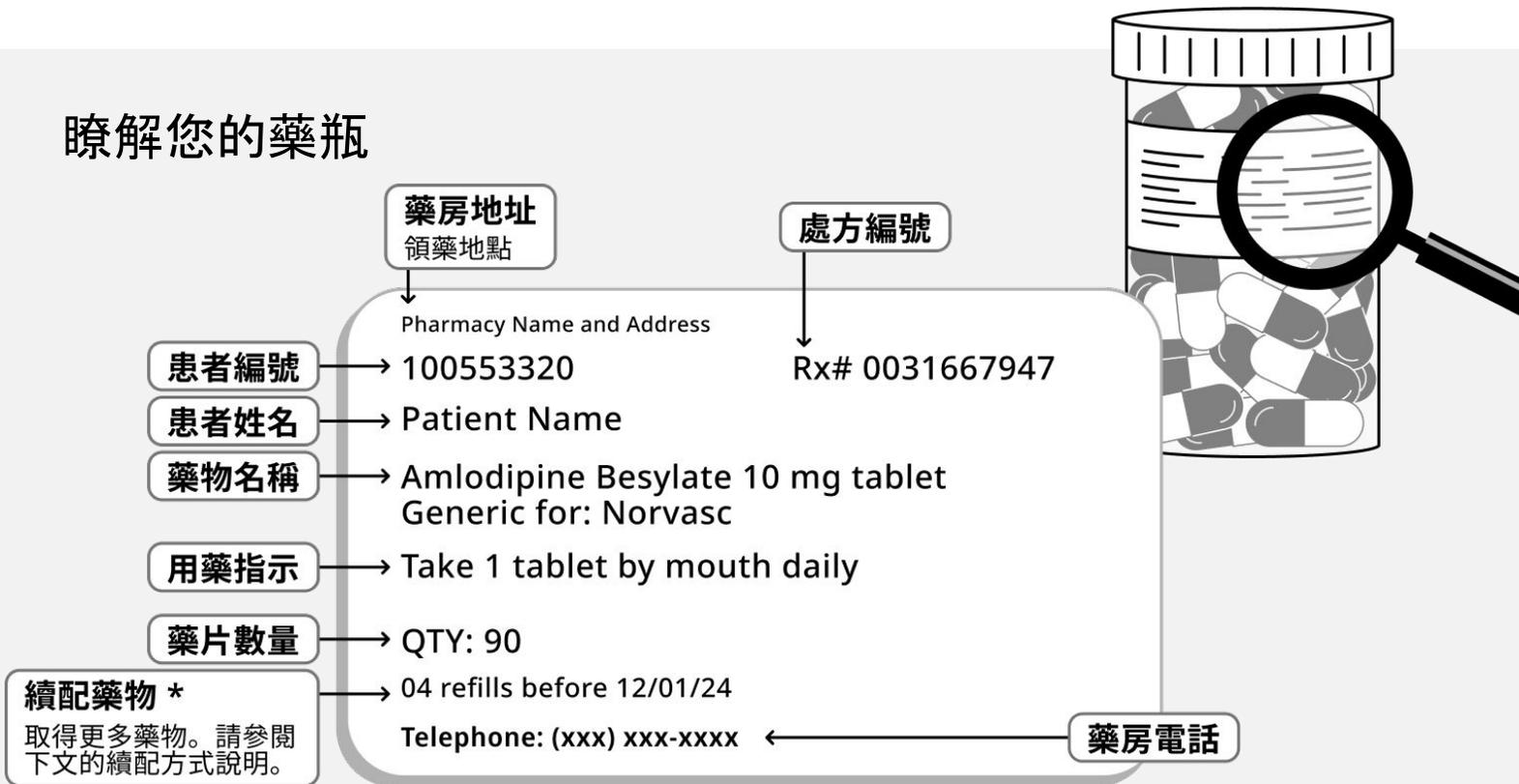
大多數有高血壓的人均需要服用血壓藥物。血壓藥物是安全的，已證實有效，且長期風險低。

雖然高血壓無法治癒，但服藥（通常終生）可協助控制血壓。這有助於降低心臟病發作、中風以及其他因高血壓引起的嚴重問題的風險。

在以下情況下，您的醫生通常會開血壓藥：

- 您自己測量的血壓值一直過高。
- 服用藥物配合生活習慣的改變可更有效地降低您的血壓。
- 您有某些心臟病症或健康狀況。

瞭解您的藥瓶



*如何取得更多藥物或「續配藥物」。

在您藥物用完的 2 週前：

- 如果您還有 1 次或更多次續配，請致電您的藥房。
如欲在洛杉磯衛生部 L.A. Health Services 的藥房續配藥物，請致電 800-500-1853。然後前往藥房領藥。
- 如果您再沒有續配（即 0 次續配），請與您醫生的診所聯絡。

關於血壓藥物，我有哪些須知事項？

1. 按時服藥，即使在您身體狀況良好時也要按時服藥。遵循藥瓶上的指示。
 - 當血壓過高時，人們通常也會感到完全正常。正因如此，按時服用血壓藥是重要的，即使您感覺良好或您的血壓值正常。
 - 如果您感到不適或有任何疑慮，請在停藥前諮詢您的醫生。
2. 要找到何種藥物能最有效地降低您的血壓需要時間。請耐心等待，並向您的醫生表達您對藥物的任何疑慮。您能做到！
 - 您的藥物可能需要幾週的時間才會使血壓降低。
 - 詢問醫生您下次的診所約診是什麼時候。告知醫生有關赴診方面的任何問題（交通等）。
 - 為了找出適合您的藥物，醫生可能會謹慎地調整藥物的強度（或「劑量」）、藥物類型或增加其他藥物。
3. 藥物可能會引起像咳嗽、腹瀉或尿頻等的副作用。
 - 不同的藥物作用於身體的不同部位。正因如此，藥物可能會引起不同的副作用。副作用可能會逐漸消失。
 - 如有任何副作用對您造成困擾，請諮詢您的醫療保健團隊。
4. 許多高血壓患者都需合併服用兩種或多種處方藥（通常終生）來降低血壓。
 - 用兩種或多種藥物，比只用一種藥物，能更有效地降低血壓。
5. 如果您有服用其他藥物或物質，請諮詢您的醫生。
 - 有些藥物可能會使您的血壓升高，包括布洛芬、偽麻黃鹼、草藥、部分抗憂鬱劑、部分避孕藥、咖啡因、興奮劑和安非他命。
 - 使用像古柯鹼或甲基安非他命等物質可能會使血壓升高。請諮詢您的醫生。

服用血壓藥物的建議

對許多人來說，由於各種原因，服藥是一件困難的事。讓我們為您提供一些建議！如有任何疑慮，請諮詢您的醫療保健團隊，以便他們可以為您提供更有效的支援。

「我覺得很好。我不需要服藥。」

- 請按時服藥，因為即使您血壓過高，您也可能會感覺完全正常。請在停藥前諮詢您的醫生。
- 請按照處方服藥，以幫助您預防心臟病發作、中風以及其他因高血壓引起的嚴重問題。

「我忘記服藥。」

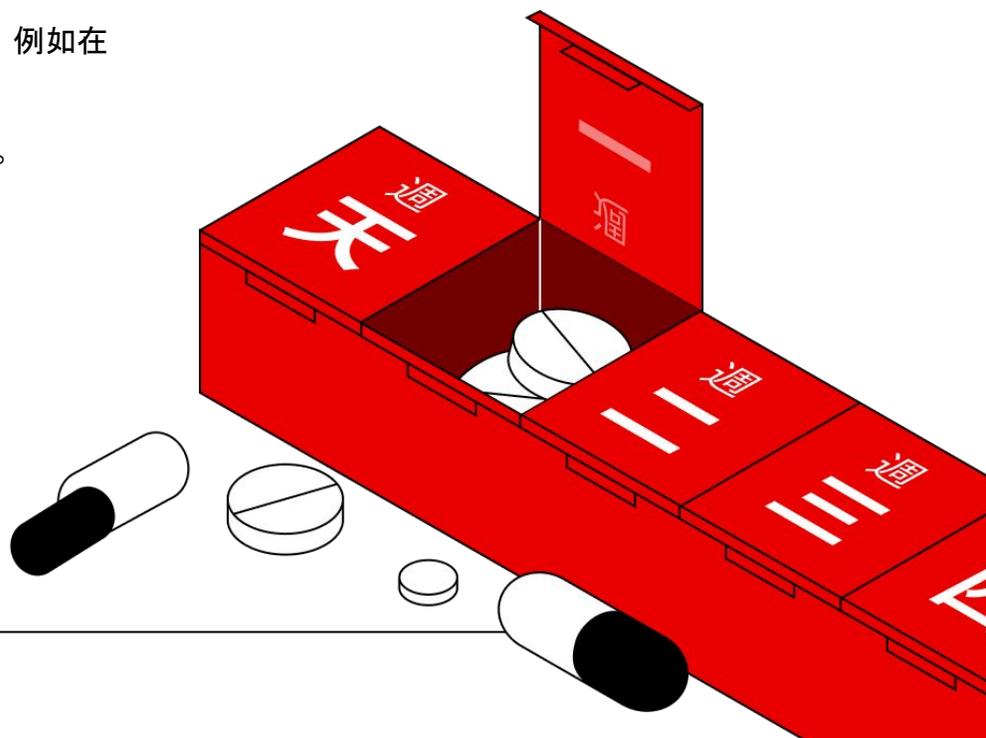
- 如果您可以買一個便宜的藥盒，請使用藥盒來分裝每週的藥物。這可讓您更輕鬆知道自己何時已服藥和未服藥。
- 用手機設定每日鬧鐘，提醒您何時服藥。
- 將服藥和其他日常習慣安排在一起，例如在刷牙後。
- 請您的家人或朋友幫助提醒您服藥。

「我擔心服用太多藥物。」

- 向您的醫生或藥劑師詢問有關複方藥物，複方藥物將多種血壓藥混合在一顆易於服用的藥片中。
- 將您的藥瓶攜帶至醫生的診所，以便醫生可以與您一起檢視您的藥物。
- 使用「美國心臟協會 (AHA) 我的藥物清單」(AHA My Medication List) 或手機應用程式保持一份您的藥物清單。

「我有服用補充劑、傳統藥物或草藥。」

- 下次赴診時請攜帶您的補充劑清單。



「我忘記續配藥物。」

- 向您的藥房要求自動續配藥物、藥物續配提醒或兩者同時使用。
- 詢問您的醫生您每次續配是否可持續更長的時間，可否每次能拿到 90 天。
- 詢問藥房是否可以將您的藥物郵寄給您。洛杉磯衛生部L.A. Health Services 的患者，請致電 213-288-8480登記要求把續配藥物郵寄給您。這項服務是免費的！在您藥物用完的兩週前，請致電 800-500-1853 要求郵寄您的續配藥物。

「我沒有時間或精力去想有關血壓的問題。」

「我不知道藥物是否會影響我的健康狀況。」

- 與醫生討論您的問題和疑慮。您可以請家人或朋友來幫忙！

「我不瞭解藥瓶上的標籤。」

- 請詢問您的藥劑師和醫生。他們或可用您選擇的語言打印標籤或可把字體放大。

「我覺得自己因服藥而出現副作用，我不喜歡這些副作用。」

- 若是輕微症狀，請繼續服藥並等候幾週看看您的感受如何。許多副作用會在您的身體習慣藥物之後獲得改善。
- 與您的醫生談談嘗試其他藥物。人體對不同的藥物的反應不盡相同。醫生希望能幫助您找到適合您的藥物。

「如果我沒有健康保險，我有哪些選擇？」

- 洛杉磯衛生部L.A. Health Services 致力幫助患者透過加州醫療健保計劃 Medi-Cal 獲得承保，或透過財務援助計劃為患者提供財務援助。欲知詳情，請諮詢您的醫療保健團隊。

「我的藥物太貴了。」

- 要求使用「學名藥」或低價藥物，這些藥物通常比「原廠」藥便宜。「學名藥」和「原廠藥」具有相同療效！
- 使用優惠券或低價藥物計劃。
- 請向您的醫療保健團隊諮詢有關降低藥物費用的方法。

瞭解我的血壓藥物

選擇藥物

您和您的醫生可以從許多優質且安全的血壓藥物中進行選擇。請和您的醫生討論以下哪些事項對您最為重要：

- 每天服藥次數
- 副作用
- 藥物過敏
- 您必須為藥物支付的費用
- 您的藥房是否有該藥物

在出現甚麼副作用時，我應立刻致電我的醫生？

有些藥物可能會引起下列不常見但嚴重的副作用。

- 過敏反應(蕁麻疹、皮疹、脫皮、面部腫脹)
- 胸痛或胸悶
- 與使用血管張力素轉化酶 (ACE) 抑制劑相關的口腔或頸部腫脹
- 憂鬱
- 嚴重頭暈或昏厥
- 心率過快或過慢
- 肝臟問題的徵兆(深色尿、嘔吐、皮膚或眼睛發黃)
- 新出現的麻木感或刺痛感
- 腎臟問題(無法排尿、血尿)
- 呼吸急促
- 嚴重胃痛
- 嚴重皮疹

詢問醫生對您來說重要的問題。

- 我們的目標是什麼？
- 我的所有治療選項有哪些？為什麼要這麼做？各選項的好處和壞處有哪些？
- 如果我有或沒有遵循醫療建議(如服藥)可能會發生哪些情況？
- 我需要遵循此建議多長時間？
- 您可以將此建議寫下來嗎？

分享您(和您親友)的意見。*

- 我想告訴您對我來說最重要的是什麼(如家人、健康、工作、錢財)以及那對我的健康決定有什麼影響。
- 我(和我的親友)有這方面的疑慮：
_____。

*您可帶家人或朋友前來約診。或者請他們加入電話問診。

獲得清楚的溝通。

- 我們是否可使用後述語言的口譯員：
_____？
- 我們何時應安排下次約診？
- 如果我有疑問或問題，我該如何與您聯絡？
- 其他問題

血壓藥物

不同藥物會作用於身體不同部位來降低血壓。
在更換藥物或調整藥物劑量之前，請諮詢您的醫生。

→ 洛杉磯衛生部L.A. Health Services
常用的藥物以灰色標示*

藥物名稱 (藥物英文名稱的發音方式)	藥物類型	藥物降低血壓的方式	常見副作用 人們可能會完全沒有副作用、只出現下列一種或某些副作用，這些副作用可能會隨時間消失。
阿米洛利 Amiloride (a mil' oh ride)	利尿劑或「去水丸」	作用於腎臟以放鬆血管	腹瀉、脹氣、頭痛、胃灼熱、胃部不適
氨氯地平 Amlodipine (am-loh-dih-peen)	鈣離子通道阻斷劑	放鬆血管	腳踝腫脹、頭暈、熱潮紅、噁心、嗜睡、胃部不適
阿替洛爾 Atenolol (a ten' oh lol)	β受體阻斷劑	減慢心率和放鬆血管	腹瀉、頭暈、疲倦、噁心
貝那普利 Benazepril (ben-az-eh-pril)	血管張力素轉化酶 (ACE) 抑制劑	放鬆血管並作用於腎臟以透過尿液排除水分和鹽分	咳嗽、頭暈、頭痛
布美他尼 Bumetanide (byoo met' a nide)	環利尿劑或「去水丸」	作用於腎臟以透過尿液排除水分和鹽分	頻尿、頭暈、頭痛、胃部不適
卡托普利 Captopril (kap' toe pril)	血管張力素轉化酶 (ACE) 抑制劑	放鬆血管並作用於腎臟以透過尿液排除水分和鹽分	咳嗽、頭暈、味覺改變
卡維地洛 Carvedilol (kar' ve dil ol)	β受體阻斷劑	減慢心率和放鬆血管	頭暈、頭痛、腹瀉、胃部不適、體重增加、關節疼痛
氯噻酮 Chlorthalidone (klor-thal-ih-done)	利尿劑或「去水丸」	作用於腎臟以透過尿液排除水分和鹽分	痙攣、便秘、腹瀉、頭暈、頭痛、胃部不適
可樂定 Clonidine (kloe' ni deen)	α 受體激動劑	作用於腦部以放鬆心肌和血管	口乾、便秘、頭暈、頭痛、胃部不適 *若為延長釋放劑型：做惡夢、食慾不振、情緒焦躁不安
迪太贊 Diltiazem (dil tye' a zem)	鈣離子通道阻斷劑	放鬆血管和心肌	便秘、咳嗽、頭暈、熱潮紅、頭痛、疲倦
伊那拉普利 Enalapril (e nal' a pril)	血管張力素轉化酶 (ACE) 抑制劑	放鬆血管並作用於腎臟以透過尿液排除水分和鹽分	咳嗽、頭暈
伊那拉普利和氫氯噻嗪 (HCTZ) Enalapril and Hydrochlorothiazide (HCTZ)	包含伊那拉普利和 HCTZ 兩種藥物的「複方藥物」		頻尿、咳嗽、頭暈、頭痛、便秘、腹瀉
呋塞米 Furosemide (fyoor oh' se mide)	環利尿劑或「去水丸」	作用於腎臟以透過尿液排除水分和鹽分	頻尿、便秘、腹瀉、頭暈、頭痛、胃痙攣
肼屈嗪 Hydralazine (hye dral' a zeen)	直接血管擴張劑	放鬆血管	腹瀉、頭痛、食慾不振、胃部不適、皮疹、熱潮紅
氫氯噻嗪 (HCTZ) Hydrochlorothiazide (hye-droe-klor-oh-thy-a h-zide)	利尿劑或「去水丸」	作用於腎臟以透過尿液排除水分和鹽分	頻尿、便秘、腹瀉、頭暈、頭痛、胃痙攣
吲達帕胺 Indapamide (in dap' a mide)	利尿劑或「去水丸」	作用於腎臟以透過尿液排除水分和鹽分	痙攣、背痛、頭暈、頭痛、流鼻水、感到緊張

藥物名稱 (藥物英文名稱的發音方式)	藥物類型	藥物降低血壓的方式	常見副作用 人們可能會完全沒有副作用、只出現下列一種或某些副作用, 這些副作用可能會隨時間消失。
拉貝洛爾 Labetalol (la bet' a lol)	β受體阻斷劑	減慢心率和放鬆血管	頭暈、鼻塞、頭皮刺痛、胃部不適
賴諾普利 Lisinopril (lys-in-oh-pril)	血管張力素轉化酶 (ACE) 抑制劑	放鬆血管並作用於腎臟以透過尿液排除水分和鹽分	咳嗽、頭暈、頭痛、精神不濟
賴諾普利和氫氯噻嗪 (HCTZ) Lisinopril and Hydrochlorothiazide (HCTZ)	包含賴諾普利和HCTZ 兩種藥物的「複方藥物」		頻尿、咳嗽、頭暈、頭痛、無力、便秘、腹瀉
氯沙坦 Losartan (loe-sar-tan)	血管張力素受體阻斷劑 (ARB)	放鬆血管並作用於腎臟以透過尿液排除水分和鹽分	背痛、感冒症狀、腹瀉、頭暈、胃灼熱、鼻塞
氯沙坦和氫氯噻嗪(或 HCTZ) Losartan and Hydrochlorothiazide (HCTZ)	包含氯沙坦和HCTZ 兩種藥物的「複方藥物」		頻尿、背痛、感冒症狀、頭暈、便秘、腹瀉
甲基多巴 Methyldopa (meth ill doe' pa)	α 受體激動劑	作用於腦部以放鬆心肌和血管	腳踝腫脹、口乾、頭痛、嗜睡、無力
美托拉宗 Metolazone (me tol' a zone)	利尿劑或「去水丸」	作用於腎臟以透過尿液排除水分和鹽分	頭暈、脹氣、便秘、腹瀉、頭痛、關節疼痛
琥珀酸美托洛爾 Metoprolol Succinate 酒石酸美托洛爾 Metoprolol Tartrate (me toe' proe lol)	β受體阻斷劑	減慢心率和放鬆血管	腹瀉、頭暈、胃部不適
米諾地爾 Minoxidil (mi nox' i dill)	直接血管擴張劑	放鬆血管	毛髮增生、胃部不適、嘔吐
硝苯地平 Nifedipine (nye-fed-ih-peen)	鈣離子通道阻斷劑	放鬆血管	頭暈、熱潮紅、頭痛、胃灼熱、感到緊張、胃部不適
普萘洛爾 Propranolol (proe pran' oh lol)	β受體阻斷劑	減慢心率和放鬆血管	便秘、腹瀉、頭暈、胃部痙攣、疲倦、胃部不適、做怪夢
螺內酯 Spironolactone (spir on' oh lak' tone)	利尿劑或醛固酮拮抗劑	作用於腎臟以透過尿液排除水分和鹽分	腹瀉、頭暈、落髮、頭痛、胃痙攣
特拉唑嗪 Terazosin (ter ay' zoe sin)	α 阻斷劑	放鬆血管	頭暈、頭痛、精神不濟、鼻塞
托拉塞米 Torsemide (tore' se mide)	環利尿劑或「去水丸」	作用於腎臟以透過尿液排除水分和鹽分	頻尿、咳嗽、便秘、腹瀉、頭痛、喉嚨痛、胃部不適
氨苯蝶啶和氫氯噻嗪 (HCTZ) Triamterene and Hydrochlorothiazide (HCTZ)	包含氨苯蝶啶和HCTZ 兩種藥物的「複方藥物」		頻尿、便秘、腹瀉、頭暈、頭痛、噁心
維拉帕米 Verapamil (ver ap' a mil)	鈣離子通道阻斷劑	放鬆心肌和血管	便秘、頭暈、頭痛

參考資料：

1. Medline. www.medlineplus.gov/druginfo/meds
2. Uptodate Patient Drug Information. www.uptodate.com/contents/

Version 6. Last updated July 15, 2025.