



9.正確用藥五大核心能力-心衰竭藥物篇

國泰綜合醫院藥劑科

● 能力一、 做身體的主人

什麼是心衰竭？

心臟收縮功能不良，無法輸出足夠的血量，供應身體各部分組織器官的需要。

心衰竭的分類：

根據紐約心臟協會，依身體活動功能受影響程度分為四級：

第一級：身體活動不受限制

一般的活動不會引起過度疲倦、心悸、呼吸困難或心絞痛

第二級：身體活動輕度受限制

可以從事日常活動；若作劇烈運動，就會感覺呼吸困難、疲倦、心悸或心絞痛。

第三級：身體活動明顯受限制

從事日常的輕微活動時會感到疲倦、心悸、呼吸困難或心絞痛，但休息會緩解。

第四級：執行任何活動都會不適

躺在床上或站著不動也會感覺呼吸困難、疲倦、心悸或心絞痛。

心衰竭的病因：

冠狀動脈心臟病、心肌退化或病變、高血壓、心臟瓣膜疾病、心律不整、藥物影響、其他(如病毒感染、酒精…等)

心衰竭的症狀：

活動後易喘、平躺時會呼吸困難，須坐起或墊高枕頭、入睡後因呼吸困難而醒來、軟弱無力、疲倦、下肢水腫、體重增加（幾天內增加數公斤）、咳嗽、粉紅色痰

心衰竭的治療：

治療目標在改善心臟收縮功能和心臟衰竭的症狀。

治療方法包括藥物治療和生活型態的改變。

利尿劑	排泄體內過多的水份，以減輕心臟負擔。 避免頻尿影響夜眠，最好於晚上六點前服用。 利尿過程會使鉀離子流失，應多攝取含鉀高的食物(如柳橙、香蕉等)。 若出現噁心、嘔吐、胃痛、肌肉痛、痙攣、皮疹、耳鳴、視力模糊、嚴重虛弱、無力等副作用，應返院診治。
毛地黃	用於心房顫動之病患，增加心臟收縮力，使心臟排出的血量增加。 若有噁心、嘔吐、食慾不振、腹部痙攣、視力模糊、心跳每分鐘少於 60 次，應立即停藥，並返院診治。
血管擴張劑	擴張周邊血管，使血液滯留靜脈，減少回流心臟的血量，減輕心臟負擔。
血管升壓素轉化酶抑制劑	降低週邊血管阻力，減少心臟負擔。

其他治療	<p>氧氣治療：呼吸困難時可使用氧氣(流量 2-3 升 /分鐘)，以減輕症狀。</p> <p>多休息：減少身體的活動以減輕心臟負擔；可將床頭搖高。</p> <p>外科手術治療：如因先天性心臟病及瓣膜性心臟病所導致的心衰竭，應考慮採外科治療。</p>
------	--

飲食注意事項

- ✓ 限制鈉的攝取：鹽分的攝取一天勿超過 3-5 公克(約一小湯匙)。
可使用鹽的代替品，使食物較為可口，但是低鈉鹽含鉀，腎臟功能良好者方可考慮；選擇新鮮食物烹調，避免罐頭及醃製食品；蔬菜中的紫菜、海帶、胡蘿蔔，含鈉高，不宜大量食用。
- ✓ 限制液體的攝取：水份不可超過 1000-1500ml/天，以免加重心臟負荷。
- ✓ 維持理想體重，以減輕心臟負擔。
理想體重算法： $(\text{身高公尺})^2 \times 22 + 10\%$ 為理想體重範圍。
- ✓ 食物以易消化為原則，少量多餐。

日常生活注意事項

- ✓ 減少加重心臟負荷的因素，如避免感冒、感染、貧血，維持愉快心情，減少生理和情緒的壓力。
- ✓ 輕度的心臟衰竭，可照常上班，但要多休息，減少身體的活動。勞力性工作應避免，例如：駕駛員及粗重工作者應換工作。
- ✓ 生活規律，早睡早起，上午及下午各安排一次休息及睡眠時間。
- ✓ 排便時不可閉氣用力，以免增加心臟的負擔，可採取高纖食品及服用適當的軟便劑。
- ✓ 戒菸及避免吸二手煙：香菸中的尼古丁會使血管收縮，心跳加快，增加心肌耗氧量，加重心臟的負荷。
- ✓ 水份積聚時，體重會突然增加，應每天測量體重。

遵守五不原則

- ✓ 不要聽信誇大療效的藥品廣告。
- ✓ 不要購買地攤、夜市、網路、遊覽車上所販賣的藥品。
- ✓ 不要吃別人贈送的藥品。
- ✓ 也不要推薦藥品給其他人。
- ✓ 不要自行購買藥品。

● 能力二、清楚表達自己的身體狀況

- ✓ 特殊體質：有無對藥品或食物過敏，喝酒或特殊飲食習慣。
- ✓ 過去病史：曾經發生過的疾病，例如：心血管、胃腸道、肝腎疾病或家族性遺傳疾病
- ✓ 使用中藥物：目前正在服用的藥品，包含中西藥、成藥如止痛藥或保健食品等。
- ✓ 工作特質：是否需要開車或從事操作機械等需要專注力的工作，以及是否要考試等。
- ✓ 懷孕(或哺乳)：女性需告知是否懷孕、正準備懷孕或正在哺餵母乳。

出現下列情形時，請儘速返院：

- ✓ 呼吸急促
- ✓ 活動時呼吸困難
- ✓ 夜間陣發性呼吸困難需採坐姿呼吸，無法平躺

- ✓ 持續性咳嗽
- ✓ 四肢水腫、體重突然增加超過 2 公斤
- ✓ 夜尿次數增加

● 能力三、看清楚藥品標示

藥怎麼用先看清楚

- ✓ 就診後請仔細核對姓名、年齡、性別等資料是否符合。
- ✓ 檢查藥品名稱、外觀及數量是否正確。
- ✓ 注意藥品用法、用量及其它注意事項並確實遵守。
- ✓ 注意藥品保存方法與期限。

● 能力四、清楚用藥的方法與時間

- ✓ 領藥時，應確認藥袋上是否清楚標示用藥方法及服藥時間。
- ✓ 藥物的服用時間：指示用藥。
- ✓ 如有特殊服用方法，請向醫師、藥師確認清楚。
- ✓ 以適量的溫開水服用（不要以葡萄柚汁、牛奶、茶、果汁、咖啡等飲料搭配服用）。

● 能力五、與醫師和藥師做朋友

生病找醫師，用藥找藥師

- ✓ 有關用藥的任何問題都可以直接請教醫師或藥師，或撥打藥袋上的電話諮詢。
- ✓ 購買成藥或指示用藥時，也應主動索取聯絡電話以方便日後諮詢藥師。
- ✓ 有些藥品併服有交互作用，影響藥效，為確保用藥安全，諮詢醫師或藥師是最好的辦法。