

藥物
介紹

治療
疾病

藥物
作用

使用
方式

生活
須知

注意
事項

交互
作用

飲食
注意



Adalat

持續錠 / 軟膠囊



用藥指導



藥物
介紹

治療
疾病

藥物
作用

使用
方式

生活
須知

注意
事項

交互
作用

飲食
注意



商品名：**Nifedipine S.R.F.C.**
中文名：**恆脈循持續性膜衣錠**
劑 量：**30mg**
適應症：**高血壓**

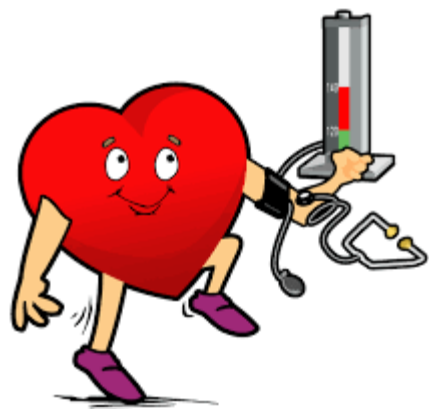


商品名：**Sidalat Soft Cap**
中文名：**心達樂軟膠囊**
劑 量：**10mg**
適應症：**高血壓**



藥物介紹 ▶ 治療疾病 ▶ 藥物作用 ▶ 使用方式 ▶ 生活須知 ▶ 注意事項 ▶ 交互作用 ▶ 飲食注意

何謂高血壓？



成年人之血壓分期

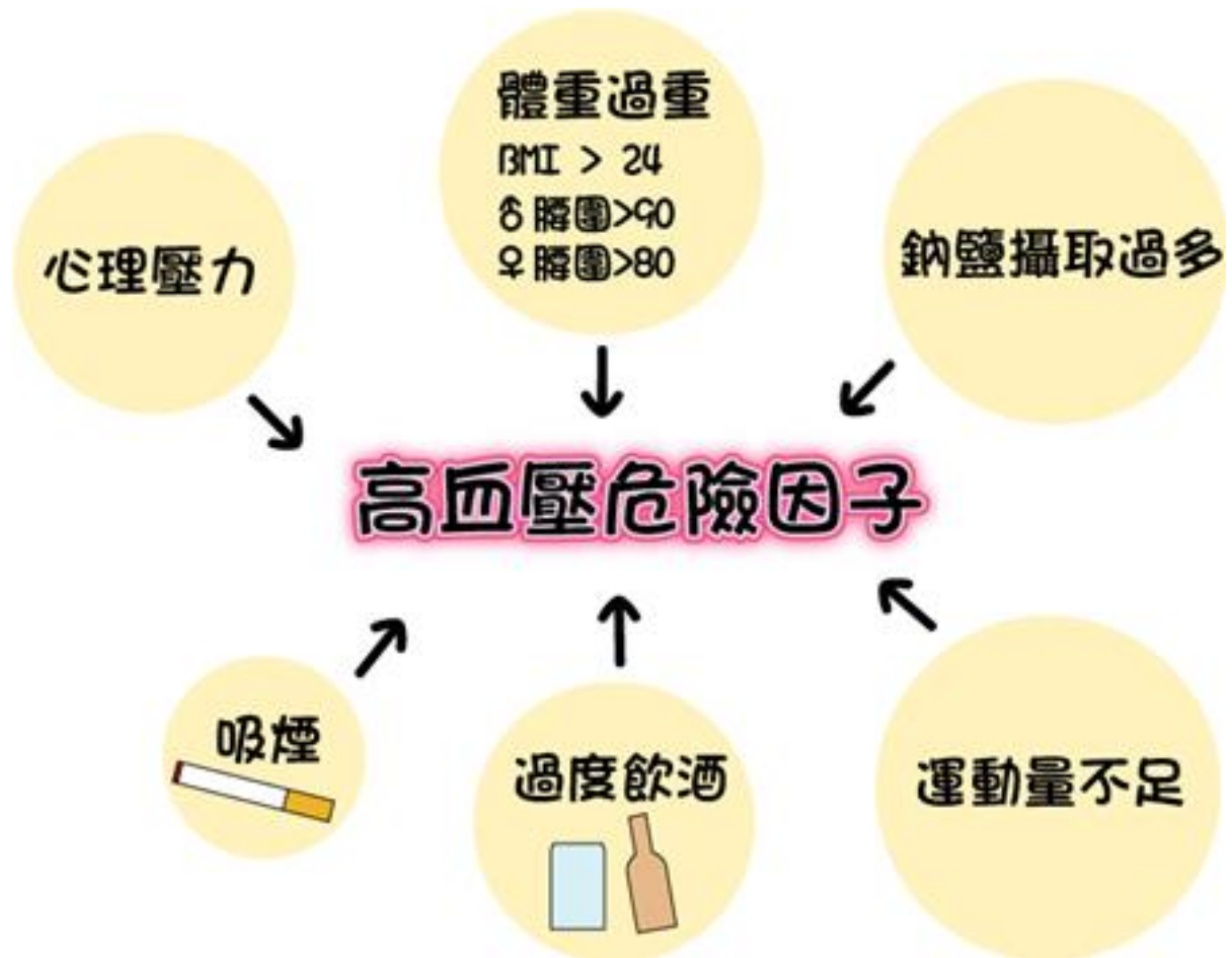
正常血壓

血壓分類	收縮壓(毫米汞柱)	舒壓(毫米汞柱)
理想血壓	正常血壓	正常但偏高
< 120毫米汞柱	< 130毫米汞柱	130-139 毫米汞柱
及 < 80 毫米汞柱	及 < 85毫米汞柱	或 85-89 毫米汞柱

高 血 壓

血壓分期	收縮壓(毫米汞柱)	舒壓(毫米汞柱)
第一期	第二期	第三期
140-159 毫米汞柱	160-179 毫米汞柱	>=180 毫米汞柱
或 90-99 毫米汞柱	或 100-109 毫米汞柱	或 >=110 毫米汞柱

藥物介紹 ▶ 治療疾病 ▶ 藥物作用 ▶ 使用方式 ▶ 生活須知 ▶ 注意事項 ▶ 交互作用 ▶ 飲食注意



藥物
介紹

治療
疾病

藥物
作用

使用
方式

生活
須知

注意
事項

交互
作用

飲食
注意

經由抑制鈣離子進入心臟或血管細胞來放鬆血管，增加心臟血流及氧氣供應，並降低心臟負擔。**常用於預防及緩解心絞痛、降血壓及控制心律不整。**



藥物
介紹

治療
疾病

藥物
作用

使用
方式

生活
須知

注意
事項

交互
作用

飲食
注意

1



恆脈循持續性膜衣錠30毫克

1. 建議飯後服用。
2. 本品為持續性藥效錠須整粒吞服，不可研磨服用。

3. 勿與葡萄柚汁併服。
4. 主成份對光線敏感，最好是服用時才由包裝內取出並且立即服用。

藥物
介紹

治療
疾病

藥物
作用

使用
方式

生活
須知

注意
事項

交互
作用

飲食
注意

2



Sidalat Soft Cap 10mg

- 1.必要時(血壓高時)一粒，咬破含於舌下，不可研磨服用。
- 2.可能會有頭痛、潮紅等現象

3. 勿與葡萄柚汁併服
- 4.主成份對光線敏感，最好是服用時才由包裝內取出並且立即服用。

藥物
介紹

治療
疾病

藥物
作用

使用
方式

生活
須知

注意
事項

交互
作用

飲食
注意

想要遠離高血壓，請你跟我這樣做

減鹽

節制飲酒

戒菸



健康飲食
少喝酒

藥物
介紹

治療
疾病

藥物
作用

使用
方式

生活
須知

注意
事項

交互
作用

飲食
注意

告知醫師是否對本藥物過敏

告知醫師是否有服用其他藥物

若覺得心絞痛變嚴重時要告訴您的醫師

計畫懷孕或懷孕、哺乳須提前告知

如果您將要進行手術，要告訴醫師目前用藥

藥物
介紹

治療
疾病

藥物
作用

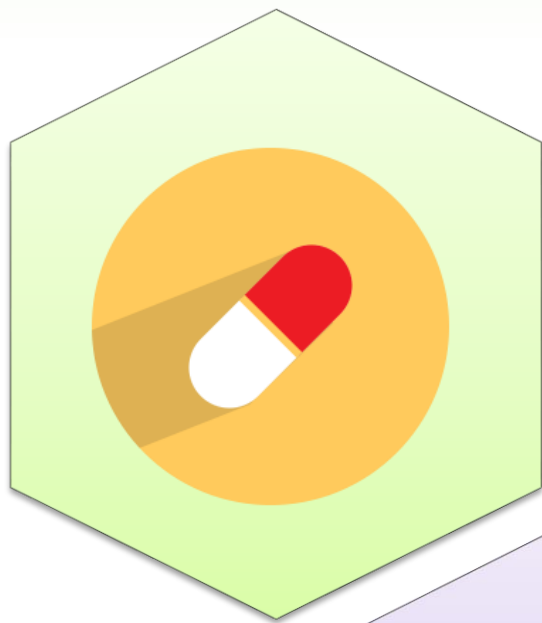
使用
方式

生活
須知

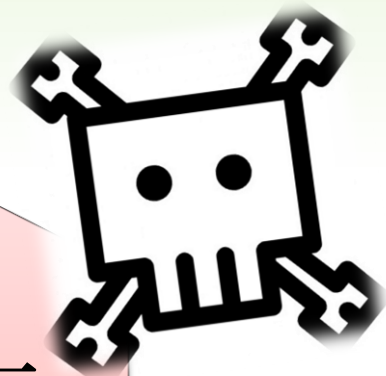
注意
事項

交互
作用

飲食
注意



奎尼丁
Quinidine



葡萄
柚汁



毛地黃
(可能)

藥物介紹 ▶ 治療疾病 ▶ 藥物作用 ▶ 使用方式 ▶ 生活須知 ▶ 注意事項 ▶ 交互作用 ▶ 飲食注意



每餐吃到
7至8分飽



常吃糙米、全麥、
雜糧等天然食材



常吃黃豆與
黃豆製品



幾乎每天吃
4碟蔬菜



幾乎每天吃
4份水果



很少添加
調味料



很少食用
加工製品



很少吃
油炸食物



很少吃零食、
洋芋片、蛋糕等



很少吃
泡麵

