

認識高血脂

什麼是高血脂？

人體的血液中所含的膽固醇、三酸甘油酯及其他脂肪類物質太高，在血管內形成斑塊，會影響血液的流速，嚴重時會造成血管栓塞。

膽固醇對身體的影響

1. 血管內膽固醇含量低時，血液的流通很順暢。
2. 過多的膽固醇會阻礙血液的流通，導致心臟病、腦中風。
3. 長期的血脂過高，供給血液給心臟的血管栓塞，就會導致心臟病。
4. 供給血液給腦部的血管栓塞，就導致腦中風，會有致命的危險。
5. 身體中過多的膽固醇，膽固醇會破壞血管壁。
6. 身體需要足夠量的膽固醇來維持正常機能，但過多則會造成高血脂症。

高血脂的原因

1. 心臟病的主要危險因子是食物含過多的脂肪或運動量過低。
2. 有高血脂、糖尿病的家族病史，皆會造成高血脂的現象。
3. 大部分高血脂的病人都需要接受治療。
4. 高血脂症通常無任何症狀。

什麼是好的膽固醇？什麼是不好的膽固醇？

總膽固醇主要是由低密度脂蛋白膽固醇(LDL-C)及高密度脂蛋白膽固醇(HDL-C)組成，低密度脂蛋白膽固醇又稱為"壞的膽固醇"，高密度脂蛋白膽固醇又稱為"好的膽固醇"。低密度脂蛋白膽固醇，是造成心臟病及腦中風的主要原因之一，而好的膽固醇"可以減少部分高膽固醇血症所帶來的危險。

治療

1. 曾經發生心血管疾病，如：心絞痛、心肌梗塞、腦中風、糖尿病等病人，服用降膽固醇藥物來降低膽固醇，可以降低心臟病及腦中風再發生率。
2. 戒菸、控制飲食和規律的運動，以提升身體內好的高密度脂蛋白膽固醇濃度，而且更能將壞的低密度脂蛋白膽固醇從血液中除去。

用藥諮詢電話：08-7665995（分機）1351

此衛教單張未包含所有的藥品資訊，若您有其他相關問題，請諮詢您的醫師或藥師！