



## 預防藥物造成跌倒 – 降血壓藥篇

### 預防藥物造成的跌倒由認識藥物開始

發生跌倒後，有六分之一的病人會造成中至重度的傷害，如骨折、內出血、長期臥床等。容易造成跌倒的因素包括：年齡長者、服用多種藥物、環境不佳、曾發生跌倒者、疾病狀態等。根據 2010 年病人安全通報系統之統計，約 20% 的跌倒事件與藥物有關。

哪些藥物易造成跌倒呢？主要有**降血壓藥**、麻醉止痛劑、精神穩定劑、抗痙攣劑、抗憂鬱劑、心臟用藥、鎮靜安眠藥、抗心律不整藥、利尿劑等。若您或您的家人有服用**降血壓藥**，請仔細瞭解以下的藥物相關資訊，以預防藥物造成跌倒的發生。

### 我服用的哪些藥物是降血壓藥？

Carvedilol (Dilatrend®，達利全；Carvedilol HEXAL®，卡菲蒂羅錠)；Labetalol (Trandate®，湍泰低)；Doxazosin (Doxaben® XL，可迅)；Atenolol (Urosin®，優心)；Bisoprolol (Concor®，康肯)；Metoprolol (Betaloc ZOK®，舒壓寧)；Propranolol (心律錠)；Amlodipine & Benazepril (Amtrel®，諾壓)；Amlodipine & Valsartan (Exforge®，易安穩)；Amlodipine & Atorvastatin (Caduet®，脂脈優)；Perindopril & Indapamide (Preterax®，配德利)；Losartan & Hydrochlorothiazide (Hyzaar®，好悅您)；Amiloride and Hydrochlorothiazide (Amizide®，安立壓)；Amlodipine (Norvasc®，脈優)；Felodipine (Stapin®，安壓定)；Lercanidipine (Zanidip®，利壓)；Nifedipine (Nifehexal®，心得利)；Nifecardia SR®，冠脈循；Adalat OROS®，冠達悅歐樂)；Diltiazem (Diltisser®，迪心贊)；Nakasser SR®，能得爽)；Verapamil (Cintsu® SRFC，依心樂)；Irbesartan (Aprovel®，安普諾維)；Olmesartan (Olmotec®，雅脈)；Telmisartan (Micardis®，必康平)；Valsartan (Diovan®，得安穩)；Captopril (Cabudan®，卡布登)；Enalapril (Enapril®，樂壓)；Fosinopril (Forsine®，壓速利)；Imidapril (Tanatril®，田納滋)；Ramipril (Tritace®，新達舒)；Aliskiren (Rasilez®，洛舒樂適)；Bosentan (Tracleer®，全可利)；Isosorbide Mononitrate (Coxine®，冠欣)；Nitroglycerin (Nitrostat®，耐絞寧)；Hydralazine (Apresoline®，阿普利素寧)；Nicametate (Sanyl®，暢力)；Nicorandil (Sigmart®，喜革脈)

### 為什麼降血壓藥易造成跌倒？

1. 服用**降血壓藥**可能會造成低血壓、姿勢性低血壓而容易跌倒。
2. **降血壓藥**可能會減低腦部血流灌注而暈眩發生跌倒。
3. **降血壓藥**可能造成肌肉無力，較容易發生跌倒。

### 降血壓藥造成跌倒的時機？

在以下狀況時，血壓高低變化大，是較容易發生跌倒的時機，需特別注意。

1. 最近開始使用
2. 改變藥物、劑量
3. 併用多種降血壓劑
4. 其他因素造成血壓不穩定

### 我要怎麼預防跌倒的發生？

1. 服用藥物一小時內需特別注意，若有頭暈時應躺臥休息。如需下床如廁，務必請照顧者攙扶，切勿逞強。
2. 起身時(如上廁所、下床)因突然的姿勢改變，易造成暈眩而跌倒，應放慢動作，以避免跌倒。
3. 服用藥物後若覺肌肉無力，應請家人攙扶或使用四腳助行器輔助。
4. 使用尿壺或馬桶便器椅並置於床邊，可以減少因下床如廁造成跌倒的風險。
5. 常用物品如開水、衛生紙、眼鏡等，應放至於床旁桌或容易拿到之處。
6. 房間、走道及浴室的燈光應明亮，夜間時需有適當的照明，通道上避免有障礙物。
7. 地面隨時保持乾燥。