

Mga gamot kontra-angina na iniinom

- Angina
- Gamot para sa angina
- Pag-uuri ng mga gamot kontra sa angina
- Karaniwang mga side effect at pag-iingat
- Pangkalahatang payo
- Komunikasyon sa iyong doktor
- Pag-iimbak ng mga gamot na kontra-angina

Angina

Ang angina ay pananakit o hindi maginhawang pakiramdam sa dibdib na sanhi ng hindi sapat na daloy ng dugo na may oxygen sa mga masel ng puso. Ang sakit ay maaaring dahil sa pisikal na aktibidad o stress, nawawala kapag nagpahinga, at kadalasan ay tumatagal nang ilang minuto (pag-atake ng angina). Ang pakiramdam nito ay may presyon at dumiin sa iyong dibdib. Ang pakiramdam ay maaaring umabot sa iyong balikat, braso, leeg, panga, o likod. Ang sakit dulot ng angina ay maaaring pakiramdam ng hindi natunawan. Gayumpaman, ang angina ay hindi isang sakit. Ito ay isang sintomas ng problema sa puso at madalas na sintomas ng coronary heart disease (CHD).

Ang mga sakit sa puso ay ang ikatlo sa karansiwang dahilan ng kamatayan sa Hong Kong noong 2012. Sa mga sakit na ito, ang CHD ay isang malaking sanhi na bumubuo sa 68% ng kamatayan sa sakit sa puso. Ang CHD ay nagaganap kapag ang isang malagkit na kemikal na tinatawag na plaque ay nabubuo sa mga artery na nagbibigay ng dugo sa puso. Bilang resulta, ang mga artery ay titigas at sisikip at ang daloy ng dugo ay mababawasan at ang masel sa dugo ay hindi nakakakuha ng sapat na dugo. Kapag ang hindi bumuti ang daloy ng dugo, ang kalmannan sa puso na walang oxygen ay mamamamtay – isang atake sa puso. Ang mga nagpapataas ng iyong panganib ng CHD at angina ay paggamit ng tabako o paninigarilyo, diabetes, mataas na presyon ng dugo, mataas na lebel ng kolesterol sa dugo, personal o pamilyang kasaysayan ng sakit sa puso, katandaan, kakulangan ng ehersis, katabaan at stress. Ang ilan sa mga sanhi na ito ay maiiwasan o magagamot.

May talong pangunahing mga tipo ng angina:

- • Stable angina: Ang pinakakaraniwang tipo at may regular na pattern. Ang mga

pag-atake ay nangyayari dahil sa isang malinaw na trigger o pinagmulan (tulad ng ehersisyo). Ang pahinga at mga gamot ay madalas nakakatulong.

- • Unstable angina: Mas hindi ito inaasahan at pinagkamapanganib. Ang mga pag-atake ay nangyayari nang walang anumang pinagmula at nagpapatuloy kahit nagpapahinga o may gamot. Ito ay isang signos na ikaw ay malapit nang magkaroon ng atake sa puso. Kung may pagbabago sa karaniwang nangyayari sa iyong angina at ang mga atake ay mas mahaba pa sa iyong inaasahan, ito ay maaaring isang unstable angina. Ito ay isang medikal na emergency at dapat na tanggapin sa pangangalaga ng hospital.
- • Variant angina: Madalang. Ang mga pag-atake ay madalas na nangyayari kapag ikaw ay nagpapahinga. Maaaring makatulong ang mga gamot.

Mataming mga tao na may pananakit ng dibdib ay natatakot na atakehin sa puso. Gayumpaman, may mga posibleng dahilan ng pananakit ng dibdib. Anumang organo o laman sa iyong dibdib ay maaaring pagmulan ng sakit, kasama na ang iyong puso (hal. angina, pericarditis), baga (hal. pulmonary embolism), lalamunan (hal. gastroesophageal reflux), tadyang (hal. inflammation of ribs), mga kalamnan o litid (hal. pagkahila ng kalamanan at litid sa pagitan ng tadyang), o mga nerve (hal. shingles). Kung gayonm dapat kang magpakonsulta sa iyong doctor para magkaroon ng pagsusuri sa pananakit ng iyong dibdib.

Gamot para sa angina

Ang gamot para sa angina ay naglalayon na pawiin ang mga sintomas habang may pag-atake ng angina, bawasan ang bilang ng pag-atake ng angina sa isang tao at bawasan ang panganib ng mga patuloy na komplikasyon tulad ng atake sa puso o stroke. May mga gamot na maaaring magamit para makamit ang mga ito. Ilan sa mga ito ay ginagamit lamang kapag kailangan samantalang ang iba ay ginagamit araw-araw. Kung ang mga sintomas ay hindi tumutugon sa mga gamot, ang doktor ay maaaring magrekomenda ng operasyon para mapalawak o maiwasan ang nanikip na mga artery.

Ang lahat ng mga nakarehistrong gamot kontra-angina sa Hong Kong ay makukuha sa porma iniinom, hal. mga tableta, kapsula at spray sa ilalim ng dila. Ilan sa mga ito ay magagamit sa paraang iniineksyon at tinatapal sa balat. Ang karamihan sa mga produktong iniinom ay mga inireresentang gamot (maliban sa mga tableta ng glyceryl trinitrate at spray sa ilalim ng dila na mga gamot na makikita sa botika lamang) at dapat na mahigipit na gamitin sa instruksyon at rekomendasyon ng doktor. Sa kabilang banda,

ang itinatapal na glyceryl trinitrate ay isang gamot na makikita sa botika lamang, samantalang ang ineksyon nito ay isang inireresetang gamot.

Pag-uuri ng mga gamot kontra sa angina

Ang mga gamot kontra-angina ay ginagamit para magbigay ng kaagad na ginhawa mula sa mga sintomas at maiwasan ang pag-atake ng angina. Kung mataas ang iyong panganib sa pagkakaroon ng atake sa puso o stroke, posibleng maaaring mabawasan ang panganib na ito sa kombinasyon ng gamot at pagbabago sa gawi ng buhay. Ayon sa mga gabay, inirerekomenda ang paunang gamot na isa o dalawang gamot kontra-angina, kasama ng aspirin, isang angiotensin-converting enzyme inhibitor, at isang statin para sa sekondaryang pag-iwas sa sakit na cardiovascular.

Ang mga gamot kontra-angina na inirerekomenda para sa paunang gamot ay mga β -blocker at calcium channel blocker, na binabawasan ang myocardial ischaemia ng puso at mekanismong vasodilatory mechanisms, ayon sa pagkakabanggit. Ang iyong doctor ay kadalasan na nagrereseta ng isa o parehong mga gamot na ito, kasama na ang mabilis umepekto na nitrate para sa agarang pagpawi ng atake ng angina. Gayumpaman, kung ang mga gamot na ito ay hindi hinahayaan, may kontraindikasyon, o nabigong itama ang mga sintomas, may mga kapalit na mga gamot kontra-angina na magagamit, tulad ng matagal na umepekto na nitrate at mga bagong gamot na kontra-angina.

Agarang qinhawa sa mga sintomas

Mga mabilis na umepekto na nitrate: madalas na gamitin sa paggamot sa angina. Ang mga nitrate pinapahinahon at pinapalawak ang mga daluyan ng dugo, upang mas maraming dugo na dumaloy sa iyong masel ng puso. Ang pinakakaraniwang nitrate na ginagamit sa paggamot sa angina ay mga tabletang glyceryl trinitrate (GTN) (na ilalagay sa ilalim ng iyong dila).

Pag-iwas sa mga atake ng angina

- 1) Mga β -blocker: Ginagawang mas mabagal ang tibok ng puso na may mas mahinang puwersa. Ibig sabihin nito ang puso ay kailangan ng mas kaunting dugo at oxygen pagkatapos mag-ehersisyo, na maaaring magiwasan ang angina o mabawasan ang dalas ng pag-atake. Ang mga halimbawa nito ay propranolol, atenolol, metoprolol, carvedilol, atbp.
- 2) Mga calcium channel blocker: pinapahinahon ang mga masel na bumubuo sa mga

pader ng iyong mga artery, pinapataas ang daloy ng dugo papunta sa sa puso. Ang mga halimbawa nito ay amlodipine, diltiazem, felodipine, nifedipine, verapamil, atbp.

- 3) Mga matagal na umpekto na nitrate: ang gawain ay katulad ng GTN. Nakadiseno para sa matagalang pag-iwas sa mga sintomas. Ang halimbawa ay extended release isosorbide dinitrate at isosorbide mononitrate.
- 4) Ivabradine: selective sinus node If inhibitor, na may epekto tulad ng β -blocker – pinapabagal ang bilis ng tibok ng iyong puso. Madalas ginagamit sa mga pasyente na hindi makagamit ng mga β -blocker dahil sa mga medikal na dahilan.
- 5) Trimetazidine: isang kemikal na pang-metaboliko na nagpapanatili ng tamang metabolism habang ischaemia.

Karaniwang mga side effect at pag-iingat

Klase ng gamot	Pangkaraniwang side effect	Mga pag-iingat
Immediate relief from symptoms		
1. Glyceryl trinitrate	<ul style="list-style-type: none"> • Postural hypotension • Tachycardia (paradoxical bradycardia also reported) • Matinding sakit ng ulo • Pagkahilo • Flushing 	<ul style="list-style-type: none"> • Ilagay ang tableta sa ilalim ng dila at huwag itong nguyain o lunukin • Humingi ng payong medikal kung nananatili ang sakit pagkatapos ng kabuuang 3 dosis sa 15 minuto • Huwag magmaneho o magpaandar ng makinarya kung naapektuhan ng pagkahilo • Gamitin nang may pag-iingat sa mny malalang sakit sa atay at bato • May kontraindikasyon sa mga labis na sensitibo sa mga nitrate, kondisyong hypotensive at hypovolaemia, hypertropic cardiomyopathy, aortic stenosis • Iwasan ang biglaang pagtigil
Pag-iwas sa mga atake ng angina		
2. Mga β -blocker	<ul style="list-style-type: none"> • Pagkapagod • Panlalamig ng mga dulo ng bisig 	<ul style="list-style-type: none"> • Dapat mag-ingat sa mga pasyente na may diabetes, kasaysayan ng sakit na humarang sa daanan ng hangin

	<ul style="list-style-type: none"> • Pagkagulo ng tulog at pagkakaroon ng mga bangungot • Pagkagulo ng glucose sa dugo • Pagkagulo ng sikmura at bituka • Bradycardia • Problema sa puso • Hypotension • Problema sa tibok ng puso (Conduction disorders) • Peripheral vasoconstriction • Pagkahilo 	<p>(ingatn ang paggamit at bantayan ang pagkilos ng baga), myasthenia gravis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bawasan ang dosis sa mga pasyente na may sakit sa atay o bato. • May kontraindikasyon sa mga pasyente na may second- and third-degree na bara sa puso (heart block) • Iwasan sa mga pasyente na may hindi makontrol na problema sa puso, hika, marked bradycardia, hypotension, malalang peripheral arterial disease at ilang conduction disorders • Iwasan ang biglaang pagtigil
3. Mga calcium channel blocker	<ul style="list-style-type: none"> • Hirap sa pagdumi • Sakit ng ulo • Tachycardia • Pagkahilo • Pamamantal • Pagkapagod • Flushing • Pagduruwal • pamamanas (lalo na sa bukong-bukong) 	<ul style="list-style-type: none"> • Mag-ingat sa mga may first-degree AV block • May kontraindikasyon sa mga pasyente na may malalang bradycardia; second- and third- degree na AV block, sick sinus syndrome, acute porphyria • Umiwas sa grapefruit juice kapag gumagamit ng ilang mga calcium channel blocker tulad ng nifedipine at verapamil
4. Long-acting nitrates	<ul style="list-style-type: none"> • Postural hypotension • Tachycardia (naiulat din ang paradoxical bradycardia) • Malalang sakit ng ulo • Pagkahilo 	<ul style="list-style-type: none"> • Mag-ingat sa may malalang sakit sa atay at bato • May kontraindikasyon sa mga labis na sensitibo sa mga nitrate, kondisyong hypotensive and hypovolaemia, hypertropic cardiomyopathy, aortic stenosis • Iwasan ang biglaang pagtigil
5. Ivabradine	<ul style="list-style-type: none"> • Bradycardia • First-degree heart block 	<ul style="list-style-type: none"> • Mag-ingat sa may sakit sa atay at bato • Para sa angina, may

	<ul style="list-style-type: none"> • Sakit ng ulo • Pagkahilo • Pagkagulo ng paningin 	<p>kontraindikasyon sa mga pasyente na may tibok ng puso na mababa sa 60 tibok bawat minuto</p> <ul style="list-style-type: none"> • May kontraindikasyon sa sa mga unstable o bahagyang pagpalya ng puso; acute myocardial infarction; unstable angina; sick sinus syndrome, may second- and third-degree na bara sa puso (heart block); pasyente na nakaasa sa pacemaker
6. Trimetazidine	<ul style="list-style-type: none"> • Pagkagulo ng sikmura at bituka • Pagkahilo • Sakit ng ulo 	<ul style="list-style-type: none"> • Mag-ingat sa may katamtamang sakit sa bato, at sa mga natatanda na lampas 75 taong gulang • Mag-ingat lalo na sa mga pasyente na gumagamit ng mga kontra altapresyon dahil ang gamot ay maaaring magdulot ng hindi balanseng paglakad o hypotension, at mataas na panganib na mahulog • May kontraindikasyon sa Parkinson disease, parkinsonian symptoms, tremors, restless leg syndrome, at iba pang may kinalaman sa probelma sa pagkilos, malalang sakit sa bato • Regular na suriin ang pasyente (lalo ang mga natatanda) para sa mga sintomas ng parkinson

Pangkalahatang payo

- Magkaroon ng malusog na pamumuhay dahil ito ang pinakaepektibong paraan para mabawasan ang panganib ng angina. Ito ay makakamit sa pamamagitan ng mga sumusunod na mga paraan:
 - Limitahan ang pagkonsumo ng alkohol. Ang pag-inom nang lampas sa inirerekomandang limitasyon ay maaaring magpataas ng iyong presyon sa dugo. Ang inirerekomandang pinakamaraming alkohol na iinumina sa isang araw 3-4 yunit o bahagi para sa mga kalalakihan at 2-3 bahagi para sa mga

kababaihan*. Ang isang yunit ay katumbas ng kalahating pint ng beer o isang sukat (25ml) ng alak tulad ng vodka o whisky.

- Huminto sa paninigarilyo at umiwas na malantad sa secondhand smoke. Ang paninigarilyo ay nagpapataas ng iyong panganib sa atake sa puso at stroke.
- Panatilihin ang isang malusog na timbang. Kung ikaw labis sa timbang, ang iyong puso ay mas nagsisikap na ibomba ang puso sa iyong buong katawan na maaaring magpataas ng iyong presyon ng dugo.
- Regular na mag-ehersisyo. Ang pag-ehersisyo ay mapapanatili ang iyong puso at mga daluyan ng dugo sa mabuting kondisyon. Makipag-usap sa iyong doktor tungkol sa isang ligtas na plano sa pag-ehersisyo.
- Umiwas sa stress. Magkaroon ng malusog na mga gawain para maiwasan ang tension at stress.
- Magkaroon ng balanse at malusog na diyeta:
 - Kumain ng maraming fibre, mga buong butil, at samu't saring mga prutas at gulat para makatulong sa iyong katawan na manatili sa mabuting kondisyon.
 - Umiwas sa mga pagkain na mataas sa mga saturated fat tulad ng butter, matatabang karne at pritong pagkain dahil ang matatabang mga pagkain ay maaaring magdulot ng mga plaque na nabubuto sa mga artery.
 - Kumain ng kaunting unsaturated fat tulad ng matabang isda (salmon, mackerel, atbp.), mga mani at buto dahil maaari nitong mapataas ang lebel ng mabuting kolesterol at mabawasan ang anumang bara sa iyong mga artery.
 - Bawasan ang dami ng asin sa iyong pagkain dahil maaari iyong magpataas ng presyon ng dugo.
- Gamitin ang mga gamot kontra-angina ayon sa inireseta at sundin ang utos ng itong doktor upang mapigilan ang sakit sa iyong puso at ang angina na maging malala.
- Sumunod sa iyong gamutan para sa ibang mga sakit na maaaring magpataas ng panganib sa angin, tulad ng diabetes, altapresyon at mataas na kolesterol.
- Huwag gumamit ng bitamina o suplemento ng fish oil para magamot ang stable angina. Walang ebidensiya na ito ay nakakatulong.
- Kung ikaw ay nahihilo pagkatapos na gumamit ng GTN, maupo muna o maghanap ng lugar na mahahawakan.
- Magdahan-dahan at magtakda ng pahinga dahil ang angina ay madalas na dahil sa pagipilit kumilos.

*Pambansang Serbisyong Pangkalusugan (Inglatera)

Komunikasyon sa iyong doktor

- Humingi ng payo sa iyong doctor sa pinakamahusay na paraan sa paggagamot. Ang iyong doktor ay magreset ng pinakaangkop na gamot para sa iyo pagkatapos na isaaalang-alang ang iyong kondisyon at ang iyong pagtugon sa mga gamot.
- Maging alerto anumang mga kakaiba o seryosong mga side effect na maaaring mangyari. Kung ikaw ay makaranas ng anumang mga sintomas ay makipag-ugnyan agad sa iyong doktor.
- Huwag huminto sa alinman sa iyong mga gamit bago magpakonsulta sa iyong doktor. Ang biglaang pagtigil o pagpapalit ng dosis ay maaaring magpalala sa iyong angin o magdulot ng atake sa puso.
- Ipagbigay alam sa iyong doktor ang iyong kasaysayang medikal dahil may ilang sakit na maaaring nangangailangan ng mga ispesyal na pag-iingat.
- Sabihin sa iyong doktor kung ikaw ay kasalukuyang gumagamit ng ibang gamot dahil ito ay maaaring may interaksyon sa mga gamot na kontra-angina at magdulot ng mapanganib na mga side effect (hal. ang pasyente ay dahil dapat gumamit ng GTN nang hindi bababa sa 24 oras bago o pagkatapos gumamit ng sildenafil).
- Sabihin sa iyong doctor kung ikaw ay nagbubuntis o nagpapasuso dahil may ilang mga gamot na dahil iwasan.

Pag-iimbak ng mga gamot na kontra-angina

Ang mga gamot na kontra angina ay dapat na itago sa malamig at tuyong lugar. Maliban kung nakasaad sa pabalat, ang mga gamot hindi dapat itago sa refrigerator. Ang mga tabletang Glyceryl trinitrate (GTN) ay dapat na itago sa isang babasagin lalagyan na hindi hihigit sa 100 tabletas, kung saan ito ay may takip na may linya ng foil at cotton wool wadding. Ang mga tabletang GTN ay dapat na itapon 8 linggo pagkatapos gamitin. Dagdag pa, ang mga gamot na kontra-angina ay dapat na maayos na nakatago sa mga lugar na hindi maaabot ng mga bata para maiwasan ang aksidenteng pagkainom.

Pagkilala: Ang Opisina ng Gamot ay nais na magpasalamat sa Professional Development and Quality Assurance (PD&QA) para sa kanilang mahalagang kontribusyon para sa paghahanda ng artikulong ito.

Opisina ng Gamot
Kagawaran ng Kalusugan
Sep 2019