

Gamot na Iniinom sa Pagpapababa ng Kolesterol

- **Hypocholesterolaemia**
- **Paggagamot**
- **Gamot upang mapababa ang kolesterol**
- **Karaniwang masamang Epekto at Pag-iingat**
- **Pangkalahatang Payo sa Pag inom ng Gamot na nagpapababa ng Kolesterol**
- **Pakikipag usap sa Inyong Doktor**
- **Pag-iimbak ng Gamot**
- **Iba pang kaalaman tungkol sa pangangasiwa ng inyong Kolesterol**

Hypercholesterolaemia

Ang Kolesterol ay isang matabang sangkap na makikita sa inyong katawan at ito ay karaniwang gawa ng atay o nakukuha mula sa mga kinakain. Dahil hindi natutunaw sa tubig, ang kolesterol ay dumidikit sa protina upang maging lipoproteins na maaaring dumaloy sa dugo. Mayroong iba't ibang uri ng kolesterol na lipoprotein, depende sa katapat ng kolesterol, triglyceride, atbp. na dala ng lipoprotein. Ang dalawang pinaka karaniwang kilalang uri ng lipoprotein na kolesterol ay ang mga:

- Ang makapal na lipoprotein na kolesterol (HDL) - kilala din bilang “magandang kolesterol”. Nagdadala ito ng sobrang kolesterol pabalik sa atay upang masira o mailabas.
- Ang manipis na lipoprotein na kolesterol (LDL) - Ang LDL na kolesterol o “masamang kolesterol” ay nagdadala sa kolesterol sa paligid ng iyong katawan. Ang sobrang kolesterol ay mamumuo sa parang pader ng mga ugat at binabarahan ang mga ito.

Habang ang kolesterol ay mahalaga sa paggawa ng cells at mga hormones sa katawan, ang pagkakaroon ng mataas na lebel ng masamang kolesterol sa inyong dugo (hypercholesterolaemia) ay maaaring makapagpataas ng tyansa sa pagkakaroon ng sakit sa puso, hal. atake sa puso o stroke. Kaya, ang pagpapanatili sa malusog na lebel ng inyong kolesterol ay makapagpapabawas sa tyansa ng pagkakaroon ng sakit sa puso.

Maraming mga kadahilanan ang naiuugnay sa mataas na kolesterol sa dugo kasama na ang matandang edad, hindi malusog na pagkain, sobrang taba, kakulangan sa

ehersisyo, pag inom ng sobrang alkohol, paninigarilyo at pagkakaroon ng kasaysayan sa pamilya ng hypercholesterolaemia. Bukod pa rito, ang ibang sakit sa bato at atay o hindi aktibong glandula ng teroydeo ay maaaring makapag pataas sa lebel ng kolesterol sa dugo. Ang mga pasyenteng naghihirap mula sa hypercholesterolaemia kadalasan ay walang sintomas at ang simpleng pagsusuri sa dugo ang makakapag kumpirma sa diagnosis.

Paggagamot

Ang layon ng paggagamot para sa hypercholesterolaemia ay hindi lamang para ibaba ang lebel ng kolesterol kundi para na rin makontrol ang tyansa ng pagkakaroon ng sakit sa puso. Para sa mga pasyenteng may mataas na kolesterol sa dugo, kung wala kayong sakit sa puso o sekondaryang dahilan ng hypercholesterolaemia, kadalasan ay papayuhan kang magbago sa istilo ng pamumuhay muna tulad ng regular na pag-eehersisyo at pagkain ng malusog na pagkain. Kung ang lebel ng inyong kolesterol ay hindi bumuti pagkatapos ng ilang buwan at ang pagtanya sa pagkakaroon ng sakit sa puso ay mataas, maaaring magrekomenda ang inyong doktor na uminom ng gamot sa pagpapababa sa kolesterol bilang karagdagan sa pagkontrol ng pagkain at pagbabago sa istilo ng pamumuhay.

Gamot sa Pagpapababa ng Kolesterol

Sa Hong Kong, karamihan ng gamot sa pagpapababa ng kolesterol ay maaari lamang makuha mula sa botika ng may reseta. Kailangan silang gamitin sa ilalim ng masusing pamamahala ng propesyunal na tagapangalaga ng kalusugan. Ang karaniwang ginagamit na gamot pampababa ng kolesterol ay ang statins, fibrates, bile-acid binding resins, ezetimibe, at nicotinic acid.

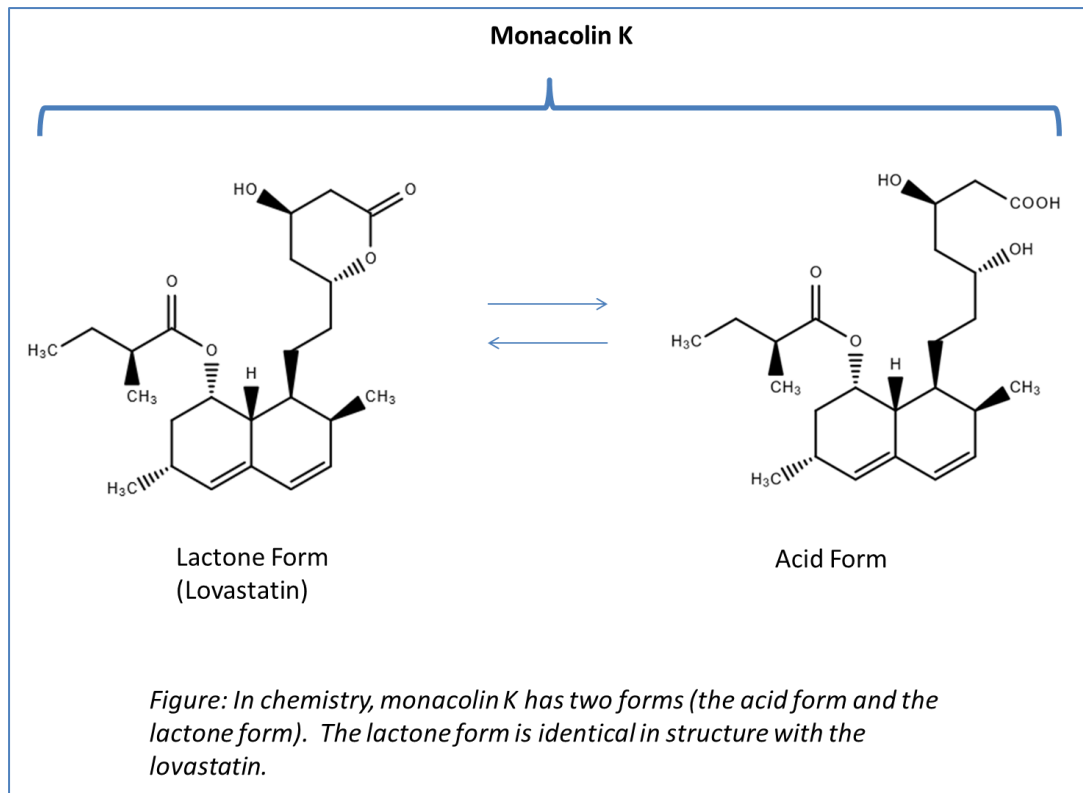
1. Statins (hal. Lovastatin, simvastatin, atorvastatin, rosuvastatin)

Binabawasan ng Statin ang produksyon ng kolesterol mula sa atay na dahilan upang masipsip ng inyong atay ang kolesterol mula sa inyong dugo. Sa pangkalahatan, sila ay kinokonsidera bilang pinaka epektibong uri ng gamot pampababa ng kolesterol. Ang Statin ay maaari ring gamitin upang mapababa ang tyansa sa pagkakaroon ng sakit sa puso.

Maaaring maapektuhan ng Statin ang ginagawa ng atay. Kung kayo ay may sakit sa atay

o tuluy tuloy na hindi normal na pagsusuri sa pagtatrabaho ng atay, ay hindi dapat uminom ng Statin. Bago kayo uminom ng Statin, maaaring ipasuri muna ng doktor ang inyong dugo upang masiguro na normal ang pagtatrabaho ng inyong atay. Ang mga pagsusuring ito ay maaaring ulitin ng regular habang kayo ay umiinom ng mga gamot upang mabantayan ang pagtatrabaho ng atay. Karagdagan pa rito, ang Statin ay maaaring makpagdulot ng pamamaga at pagkasira sa inyong laman, lalo na kung sila ay ibinibigay sa mataas na dosis o may kasabay na ibang gamot tulad ng itraconazole, ketoconazole, erythromycin, gemfibrozil, atbp. Maaari ring magkaroon ng pananakit ng laman; sa bihirang pagkakataon, maaaring magkaroon ng seryoso at malalang palatandaan ng pagkasira ng kalamnan (hal. Rhabdomyolysis). Kailangang laging sundin ang dosis na inirerekomenda ng iyong propesyunal na tagapangalaga ng kalusugan at sabihin ang anumang sintomas sa doktor.

Ang Lovastatin ay ang isa sa unang naibentang statins. Ito ay kemikal na nasynthesize at naibenta bilang pangkanluran na gamot upang mapababa ang kolesterol sa dugo sa dekada '80. Subalit, sa katagalan ay natuklasan na ang kemikal na pagkakagawa nito ay tulad ng sangkap na tinatawag na monacolin K na makikita sa pulang pampaalsa ng bigas. [Red Yeast Rice](#) (pinaikli: RYR; minsan ay kilala rin bilang: pulang binurong bigas; pangalan sa Tsino: 紅麴米/紅麴/紅曲/赤曲/丹曲, ay maaaring makuha mula sa pagbuburo ng bigas na may kasamang isang uri ng fungi (hal. *Monascus purpureus*). Pagkatapos ng pagbuburo, maraming aktibong natural na sangkap ang mabubuo sa RYR, kasama ang monacolin K (ipinapakita sa pigura) na isang aktibong sangkap na mayroong kayahang makapagpababa ang lipid. Sa ibang salita, ang RYR ay mayroong lovastatin (i.e. monacolin K); ngunit habang ang dami ng lovastatin sa RYR ay may malaking pagkakaiba, hindi ito ipinapayo bilang gamot sa hypercholesterolaemia.



Monacolin K	Monacolin K
Lactone Form (Lovastatin)	Anyo ng Lactone (Lovastatin)
Acid Form	Anyo ng Asido
<i>Figure: In chemistry, monacolin K has two forms (the acid form and the lactone form). The lactone form is identical in structure with the lovastatin.</i>	<i>(Figura: sa Chemistry, ang Monacolin K ay may 2 porma (ang porma ng asido at ang porma ng lactone). Ang portma ng lactone ay halintulad sa istruktura ng lovastatin)</i>

Kung ang lebel ng inyong lipid sa dugo ay hindi kayag makontrol ng statins, ang karagdagang gamot sa pagpapababa ng kolesterol ay maaaring kailanganin subalit masusing pamamahala ay kinakailangan dahil sa posibleng ugnayan ng mga gamot.

2. Bile-acid binding resins (hal. colestyramine)

Ginagawa ng katawan ang asido sa apdo sa pamamagitan ng pagsira sa kolesterol na LDL. Ang Bile-acid binding resins ay pinapababa ang kolesterol na LDL sa pamamagitan ng pagsasama nito sa asido sa apdo, upang maiwasan ang muling pagsipsip ng bituka, upang kailanganin ng inyong atay na sirain ang kolesterol mula sa dugo upang makagawa ng asido sa apdo.

3. Ezetimibe

Ang Ezetimibe ay humaharang sa pagsipsip ng bituka ng kolesterol sa pagkain papunta sa dugo, upang bumababa ang inyong lebel ng kolesterol. Ginagamit ito bilang karagdagang paraan sa pagbabago ng inyong pagkain sa mga pasyente na may pangunahing hypercholesterolaemia at pasyenteng may homozygous familial hypercholesterolaemia kasama ng statin.

4. Fibrates (hal. bezafibrate, fenofibrate, gemfibrozil)

Binabawasan ng Fibrates ang triglycerides at itinataas ang lebel ng kolesterol na HDL sa inyong dugo. Karaniwan silang ginagamit sa mga pasyenteng may hypertriglyceridaemia. Ang mga pasyenteng may hypercholesterolaemia ay maaaring magpalit ng paginom sa fibrates kung ang statin ay may masamang epekto at hindi kakayanin ng katawan.

5. Nicotinic Acid

Ang nicotinic acid ay nagpapababa ng kolesterol na LDL habang pinatataas ang lebel ng kolesterol na HDL sa inyong dugo. Subalit, ang klinikal na gamit nito ay limitado dahil sa masamang epekto ng vasodilatation at ang posibleng pagkasira ng atay sa matagal na paggamit nito.

Karaniwang Masamang Epekto at Pag iingat

Mga Karaniwang masamang epekto at pag iingat sapag inom ng gamot sa pagpapababa ng kolesterol ay ang mga sumusunod:

<i>Uri ng gamot sa pagpapababa ng kolesterol</i>	<i>Mga karaniwang masamang epekto</i>	<i>Pag iingat</i>
1. Statins ^Δ	Pananakit ng Tiyan, sakit ng ulo, pananakit ng mga kalamnan, hindi normal na pagtatrabaho ng atay. Sa bihirang pagkakataon, ang mga pasyente ay maaaring	<ul style="list-style-type: none">♦ Hindi maaari sa mga pasyenteng may sakit sa atay o may palagiang hindi normal na resulta sa pagsusuri sa atay.♦ Hindi maaari sa nagbubuntis at nagpapasuso♦ Inumin ang gamot sa gabi.*♦ Iwasan ang pag-inom ng maraming

	<p>magkaroon ng myopathy o rhabdomyolysis (karamdaman sa kalamnan na nagiging sanhi ng pagkasira ng laman kayat sumasakit ito); at kapansanan sa pag-iisip (hal. pagkawala ng alaala, pagiging makakalimutin, at pagkalito.)</p>	<p>katas ng ubas dahil maaaring makapag pataas ng tyansang magkaroon ng masamang epekto.</p> <p>Φ</p> <ul style="list-style-type: none"> ♦ Kailangang inumin ang statin ng may pag iingat ng mga pasyenteng may mataas na tyansang magkaroon ng myopathy o rhabdomyolysis: kontakin kaagad ang inyong doctor kung kayo ay makaranas ng pananakit, paninigas o panghihina ng kalamnan. ♦ Maaaring isabay ang statins sa ibang gamot tulad ng gamot sa puso, antimicrobials, at gamot na panglunas sa AIDS o hepatitis C, na nakapag papataas ng statins sa katawan, kaya't tumataas ang tyansang magkaroon ng masamang epekto.
2. Bile- acid binding resins	<p>Pananakit ng tiyan, pagtigas ng dumi, pagduduwal, maaaring makapag pataas ng lebel ng triglycerides at magpalala ng hypertriglyceridemia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ♦ Kailangang ihalo sa 150ml ng angkop na likido, tulad ng tubig o katas ng prutas, bago inumin. ♦ Kailangang may mataas na hibla sa pagkain, uminom ng maraming likido upang maiwasan ang pagtigas ng dumi. ♦ Ang ibang gamot ay kinakailangang inumin 1 oras bago o 4-6 na oras pagkatapos upang maiwasan ang posibleng paghadlang sa pagsipsip. ♦ Maaaring mahadlangan ang pagsipsip ng mga bitaminang natutunaw sa taba at mga suplementong bitamina (hal. A,D at K) na maaaring kailanganin sa matagal na paggamit. ♦ Kinakailangang gamitin ng may pag

		iingat habang nagbubuntis dahil maaaring magdulot ng kakulangan sa bitaminang natutunaw sa taba sa matagal na paggamit.
3. Ezetimibe	Pananakit ng tiyan, pagtatae, sakit ng ulo, pagkapagod, at pananakit ng kalamnan	<ul style="list-style-type: none"> ♦ Ang ligtas na paggamit ay hindi pa napapatunayan sa mga nagbubuntis at ang ezetimibe ay kailangan lamang gamitin kung ang benepisyo ay higit na Malaki kaysa masamang epekto. ♦ Kailangang iwasan ng mga pasyenteng may konti o malalang kapansanan sa atay.
4. Fibrates	Pananakit ng tiyan kasama na ang pagduduwal at kawalang gana sa pagkain, pagpapantal, pagkahilo, sakit ng ulo.	<ul style="list-style-type: none"> ♦ Kontakin kaagad ang inyong doktor kung makakaranas ng pananakit, paninigas o panghihina sa inyong kalamnan. ♦ Maaaring makapag dulot ng pagkahilo, kung maaapektuhan ang pasyente ay hindi maaaring magmaneho o mag opera ng mga makinarya. ♦ Kung kayo ay buntis, humingi ng payo sa inyong doktor ukol sa nararapat na gamot.
5. Nicotinic Acid	Pamumula ng mukha at leeg, pagduduwal, pagsusuka, pagtatae. Ang pag inom ng mataas na dosis sa mahabang panahon ay maaaring makapagdulot sa pagkasira ng atay.	<ul style="list-style-type: none"> ♦ Iwasan habang nagbubuntis o nagpapasuso ♦ regular na pagsusuri ng atay ay kinakailangan ♦ maaaring maugnay sa myopathy kung gagamitin kasabay ng statins.
<p>* Maliban sa rosuvastatin at atorvastatin na maaaring inumin sa lahat ng oras sa umaga.</p> <p>φ Maliban sa rosuvastatin na hindi isang substrate para sa enzyme na pinigilan ng katas ng ubas</p>		

⁴ ang masamang epekto ng statin ay maaari ring para sa RYR na mayroong lovastatin.

Pangkalahatang Payo sa Pag inom ng gamot Pampababa ng Kolesterol

- Ang gamot sa pampababa ng kolesterol (hal. Statins, fibrates, ezetimibe, nicotinic acid) ay mga inireresetang gamot at maaari lang mabili kung may reseta ng doktor at iniinom ayon sa direktiba ng inyong doktor.
- Maging pamilyar sa pangalan at dosis ng gamot na inyong iniinom. Maging maingat sa mga posibleng masamang epekto nito.
- Ang mga gamot na pampababa ng kolesterol ay karaniwang iniinom sa gabi.
- Ang RYR, ana ipinapakita bilang suporta sa pagkain, ay maaring maglaman ng iba't ibang dami ng sangkap na lovastatin. Maging mapanuri sa karagdagang epekto nito sa mga gamot (kasama ang iba pang statins) tulad ng pagkakaroon ng anumang senyales ng pananakit ng kalamnan.
- Magkaroon ng regular na pagsusuri para sa kolesterol at ginagawa ng atay ayon sa iniatas ng doktor.

Pakikipag usap sa inyong Doktor

- Kunin ang payo ng inyong doktor sa pinaka mainam na paraan ng paggagamot. Mayroong maraming uri ng gamot sa pagpapababa ng kolesterol na may iba't ibang ginagawa at talaan ng masamang epekto; ang inyong doktor ay gagamitin ang pinaka akmang gamot pagkatapos ikonsidera ang inyong kondisyon at ang inyong pagtugon sa gamot.
- Ipagbigay alam sa doktor ang inyong medikal na kasaysayan at ang gamot na iniinom dahil maaari itong maiugnay sa gamot sa pagpapababa ng kolesterol at ang ibang sakit ay maaaring mangailangan ng masusing pag-iingat.
- Ipaalam sa inyong doktor kung kayo ay buntis o nag papasuso dahil ang ibang gamot sa pagpapababa ng kolesterol ay hindi dapat inumin ng mga buntis at nagpapasuso.
- Kumuha ng agarang medikal na payo kung kayo ay nakakaranas ng masamang epekto na may kaugnayan sa gamot na pampababa ng kolesterol, tulad ng pananakit, paninigas at panghihina ng kalamnan.
- Magkaroon ng regular na pagpapatingin ayon sa tagubilin ng inyong doktor.
- Tanungin ang inyong doktor bago uminom ng anumang gamot o produktong pangkalusugan (hal. RYR) dahil maaari silang makaapekto sa epekto ng inyong

gamot. Huwag kontrolin ang inyong kolesterol sa pamamagitan ng paggagamot sa sarili ng mga produktong pangkalusugan na dumedepende lamang sa sinasabi ng produkto. Sa katunayan, ang mga produktong nagsasabi na napapatatag nila ang kolesterol at blood lipids ay kasalukuyang nakitaan ng sangkap na halong mga gamot na taliwas sa pagpapababa ng kolesterol.

Pag iimbak ng Gamot

Ang gamot ay kinakailangang maimbak sa malamig at tuyong lugar. Maliban kung nasasabi sa pakete, ang gamot at hindi maaaring ilagay sa refrigerator. Gayundin ang mga gamot na kinakailangang itago ng maayos sa lugar na hindi maaaring maabot ng mga bata upang maiwasan ang aksidenteng pagkakainom nito.

Iba pang Detalye tungkol sa pangangasiwa ng Inyong Kolesterol

Maaring sumangguni sa sumusunod na link para sa karagdagang detalye tungkol sa pangangasiwa ng inyong kolesterol:

http://www.chp.gov.hk/files/pdf/ncd_watch_sep2011.pdf

Pagkilala: Ang Tanggapan ng Gamot ay gustong pasalamatan ang Sentro ng Proteksyon para sa Kalusugan (CHP) at ang Serbisyo ng Propesyonal na Kaunlaran at Tiyak na Kalidad (PDQAS) para sa kanilang mahalagang ambag sa preparasyon ng artikulong ito.

Tanggapan ng Gamot

Sangay ng Kalusugan

Pebrero 2020