



常見的量血壓問題

1. 量血壓的時間?

答：為能養成量血壓習慣及便於血壓的比較，建議「每天早上起床後早餐前，以及晚上睡覺前」，應該是大部分人較理想的量血壓時間。

2. 量左手還是右手?

答：第一次量時左右手都要量，以後就測量比較高的那隻手。

3. 降血壓藥一直吃會傷腰子(腎)嗎?

答：現在常用的降血壓藥，在一般的使用下是不會傷害腎臟的，反而是，血壓沒有好好控制的話，腎功能會變差，甚至於最後變成需要洗腎！因此有高血壓的人，只要配合自己的醫師確實服藥，是不需要去擔心腰子壞掉的！

4. 很多人不是說吃藥對肝不好，如果血壓控制良好，可以停止吃降血壓藥囉?

答：服用藥物將血壓控制正常後，原則上降血壓藥必須繼續服用，不能擅自停藥，否則血壓又會高起來的。除非收縮壓持續低於**110**毫米汞柱，此時可以和自己的高血壓醫師討論是否調低降血壓藥的劑量。

5. 可以把降血壓藥分給別人吃嗎?

答：每一個人有各自的體質與病況，醫師會在為數眾多的高血壓藥物中為每位病人選擇最合適的降血壓藥物，因此適合某人使用的藥物，不見得適合另一個人。所以應該避免把降血壓藥分給別人吃！如果朋友有高血壓，應鼓勵他就醫，由醫師為他挑選最合適的高血壓藥物。
