

Ką reikėtų žinoti apie antihipertenzinius vaistus?

Patvirtintos ir galimos kontraindikacijos vartojant specifinius antihipertenzinius vaistus³

VAISTŲ GRUPĖS	KONTRAINDIKACIJOS	
	Patvirtintos	Galimos
Diuretikai (tiazidai / panašūs į tiazidus, pvz., chlortalidonas ir indapamidas)	Podagra	Metabolinis sindromas Gliukozės netoleravimas Nėštumas Hipertencija Hipokalemija
Beta blokatoriai	Astma Bet kokia aukštos kokybės sinoatrialinė ar atrioventrikulinė blokada Bradikardija (širdies susitraukimų dažnis < 60 dūžių per minutę)	Metabolinis sindromas Gliukozės netoleravimas Sportininkai ir fiziškai aktyvūs asmenys
Kalcio antagonistai (dihidropiridinal)		Tachiaritmija Širdies nepakankamumas (HFrEF, III arba IV laipsnio) Pasireiškusios sunkios formos kojų edema
Kalcio antagonistai (verapamilis, diltiazemas)	Didelio laipsnio sinoatrialinė ar atrioventrikulinė blokada Sunki KS disfunkcija (KS išstūmimo frakcija < 40 %) Bradikardija (širdies susitraukimų dažnis < 60 dūžių per minutę)	Vidurių užkietėjimas
AKF inhibitoriai	Nėštumas Pasireiškusios angioneurozinė edema Hipertencija (kalis > 5,5 mmol/l) Dvišalė inkstų arterijos stenozė	Vaisingo amžiaus moterys, nenaudojančios patikimos kontracepcijos
Angiotenzino receptorių blokatoriai	Nėštumas Hipertencija (kalis > 5,5 mmol/l) Dvišalė inkstų arterijos stenozė	Vaisingo amžiaus moterys, nenaudojančios patikimos kontracepcijos

Vaistai ir kitos medžiagos, galinčios padidinti kraujospūdį³

VAISTAI / VEIKLIOJI MEDŽIAGA	
Geriamosios kontraceptinės tabletės	Ypač tos, kurių sudėtyje yra estrogeno; maždaug 5 % moterų sukelia hipertenziją, kuri paprastai yra lengvos, tačiau gali būti ir sunkios formos
Liekninamosios piliulės	Pavyzdžiui, fenilpropanolaminas ir sibutraminas
Nosies dekongestantai	Pavyzdžiui, fenilefrino hidrochloridas ir nafazolino hidrochloridas
Stimuliuojamieji vaistai	Amfetaminas, kokainas ir ekstazis; šios medžiagos paprastai sukelia ūminę, o ne lėtinę hipertenziją
Saldymedis	Lėtinis per didelį saldymedžio vartojimas imituoja hiperaldosteronizmą, stimuliuodamas mineralokortikoidų receptorių ir slopindamas kortizolio apykaitą
Imunosupresiniai vaistai	Pavyzdžiui, ciklosporinas A (takrolimusas turi mažesnę poveikį AKS, o rapamicinas neturi beveik jokio poveikio AKS) ir steroidai (pvz., kortikosteroidai ir hidrokortizonas)
Antiangiogeninė vėžio terapija	Nustatyta, kad antiangiogeniniuose vaistuose yra VEGF inhibitorių (pvz., bevacizumabo), tirozino kinazės inhibitorių (pvz., sunitinibo) ir sorafenibo, kurie didina AKS
Kiti vaistai ir medžiagos, galintys padidinti AKS	Anaboliniai steroidai, eritropoetinas, nesteroidiniai vaistai nuo uždegimo ir vaistažolių preparatai (pvz., Efedra ir Ma Huang)

BP- kraujo spaudimas; VEGF - kraujagyslių endotelio augimo faktorius

AKF - angiotenziną konvertuojantis fermentas; ARB - angiotenzino receptorių II blokatoriai; HFREF - širdies nepakankamumas su sumažėjusia išstūmimo frakcija; LV - kairysis skilvelis

Kas yra Viduržemio jūros dieta? ⁴

Remiantis 5 metus trukusiais stebėjimais patvirtinta, jog, palyginus su mažai riebalų turinčia dieta, laikantis Viduržemio jūros dietos, širdies ligų rizika sumažėja **29 proc., o insulto rizika - net 39 proc.** Viduržemio jūros dieta yra vienas efektyviausių sveikos mitybos planų. Viduržemio jūros dietą sudaro daug daržovių, vaisiai, pilno grūdo produktai, pupelės, riešutai ir sėklos bei alyvuogių aliejus.

Pagrindinės Viduržemio jūros dietos sudedamosios dalys:

- kasdien valgomos daržovės, vaisiai, neskaldyti grūdai, vartojami sveikieji riebalai;
- kas savaitę valgoma žuvis, paukštiena, pupelės, kiaušiniai;
- saikingai vartojami pieno produktai;
- ribotas raudonos mėsos vartojimas;
- alyvuogių aliejus yra pagrindinis Viduržemio jūros dietos riebalų šaltinis.

Viduržemio jūros dietos receptas ⁵

Avokado salotos su apelsinų gabaliukais

2 nulupti ir kubeliais supjaustyti apelsinai
2 dideli (arba 3 mažesni) avokadai be kauliukų, nulupti ir supjaustyti kubeliais
½ puodelio / 60 g smulkintų raudonųjų svogūnų
½ puodelio kapotų kalendrų
½ puodelio / 7 g kapotų šviežių mėtų
400 g smulkintų graikinių riešutų,
druska ir pipirai
¾ šaukštelio žagrenių (prieskonių miltelių)
Kajeno paprika
1 žaliosios citrinos sultys
dosnus „Extra virgin olive“ aliejaus šlakelis
49 g trupinto fetos sūrio

Bon appétit!

Literatūros šaltiniai

- ¹ Mark A.Munger et al, Medication Nonadherence: An Unrecognized Cardiovascular Risk Factor, MedGenMed, 2007
- ² Nonadherence to antihypertensive drugs. A systematic review and meta-analysis. Abegaz et al. Medicine (2017)
- ³ 2018 ESC/ESH Guidelines for the management of arterial hypertension, European Heart Journal (2018) 39, 3021-3104
- ⁴ <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/mediterranean-diet/art-20047801>
- ⁵ <https://www.themediterraneanandish.com/chunky-citrus-avocado-dip/#tasty-recipes-19571>



Kartu skatinkime pacientus nuosekliai laikytis vaistų vartojimo režimo

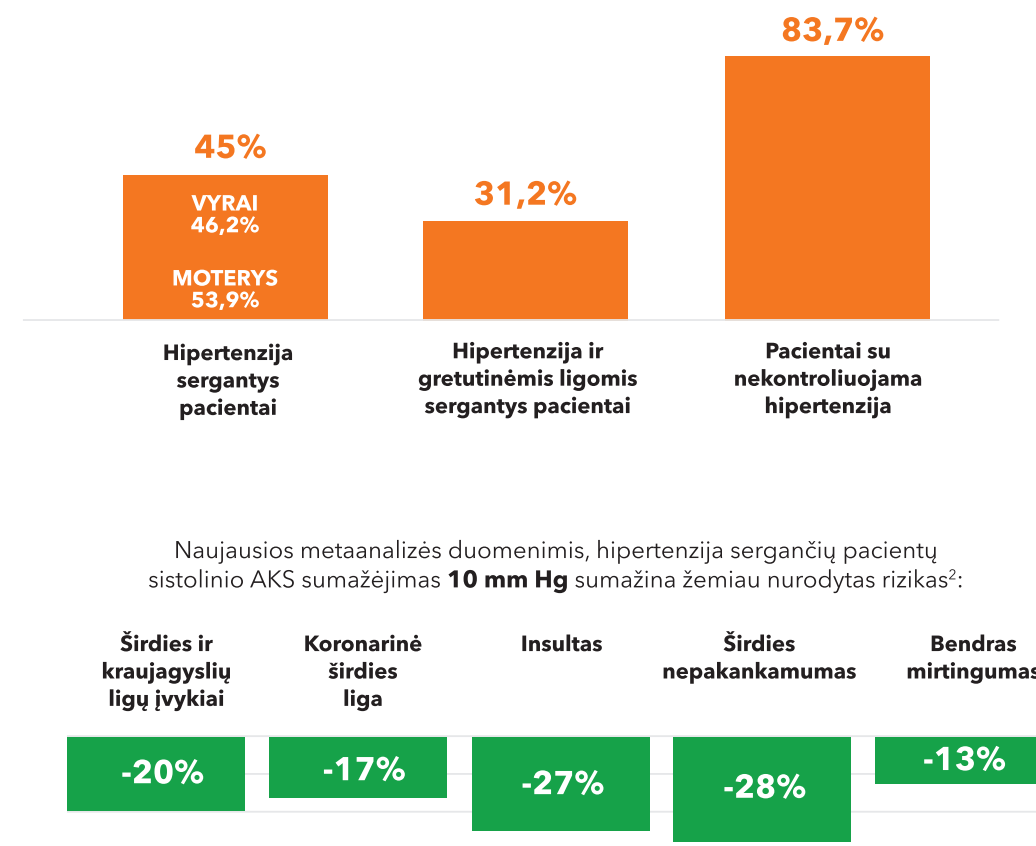
Patarimai ir įžvalgos vaistininkams: kas svarbiausia užtikrinant gydymosi režimo laikymąsi hipertenzijos atveju

teva

Svarbu laikytis gydymo rekomendacijų!

Pastaruoju metu, sveikatos priežiūros specialistams vis didesnį susirūpinimą kelia tai, kad pacientai nesilaiko gydytojo paskirto vaistų vartojimo režimo. Šis reiškinys dar vadinamas pasyviu pacientui paskirtų vaistų vartojimo režimo nesilaikymu.¹

Hipertenzija sergančių pacientų vaistų vartojimo režimo nesilaikymas²



Naujausios metaanalizės duomenimis, hipertenzija sergančių pacientų sistolinio AKS sumažėjimas **10 mm Hg** sumažina žemiau nurodytas rizikas²:

Kaip vaistininkai gali padėti pacientams laikytis vaistų vartojimo režimo?

- pacientų mokymas apie gydymo tikslus, jų svarbą ir informavimas apie galimą šalutinį poveikį;
- konsultavimas vaistų vartojimo klausimais;
- informavimas apie priemokas už kompensuojamus vaistus ar jų mažmenines kainas;
- bendra pagalba, skatinanti nuosekliai vaistų vartojimo režimo laikymąsi, pvz., vaistų vartojimo priminimo lentelės, priminimai apie besibaigiančius vaistus;
- konsultacijos telefonu dėl vaistų vartojimo ar kitais rūpimais klausimais.

Koks tikslinis kraujospūdis, gydant hipertenziją³

AMŽIAUS GRUPĖ	SISTOLINIO KRAUJOSPŪDŽIO GYDYMO ĮSTAIGOJE TIKSLINĖ RIBA (mmHg)					DIASTOLINIO KRAUJOSPŪDŽIO GYDYMO ĮSTAIGOJE TIKSLINĖ RIBA (mmHg)
	Hipertenzija	+ Diabetas	+ Lėtinė inkstų liga	+ Vainikinių arterijų liga	+ Insultas / TIA	
18–65 metai	Tikslinė riba iki 130 arba mažiau, jei toleruojama Ne < 120	Tikslinė riba iki 130 arba mažiau, jei toleruojama Ne < 120	Tikslinė riba < 140 arba 130, jei toleruojama	Tikslinė riba iki 130 arba mažiau, jei toleruojama Ne < 120	Tikslinė riba iki 130 arba mažiau, jei toleruojama Ne < 120	70-79
65–79 metai	Tikslinė riba iki 130–139, jei toleruojama	Tikslinė riba iki 130–139, jei toleruojama	Tikslinė riba iki 130–139, jei toleruojama	Tikslinė riba iki 130–139, jei toleruojama	Tikslinė riba iki 130–139, jei toleruojama	70-79
≥ 80 metų	Tikslinė riba iki 130–139, jei toleruojama	Tikslinė riba iki 130–139, jei toleruojama	Tikslinė riba iki 130–139, jei toleruojama	Tikslinė riba iki 130–139, jei toleruojama	Tikslinė riba iki 130–139, jei toleruojama	70-79

Lėtinė inkstų liga (įskaitant diabetinę ir nediabetinę širdies kraujagyslių ligą (ŠKL), TIA – praeinantis išemijos priepuolis, AKS – arterinis kraujospūdis)

Kaip Teva padeda pacientams laikytis paskirto gydymo?

Vaistų gamintoja Teva sukūrė naujas, informatyvesnes vaistų pakuotes. Jos palengvina darbą gydytojams, vaistininkams, o pacientams informacija pateikiama aiškiau, suprantamiau ir paprasčiau.

Mūsų nauja pakuotė yra...

- ✓ patogi vartoti
- ✓ išskirtinė
- ✓ įskaitoma

Pakuotės, kurioms svarbiausia – Jūs

- 1 Patogi vartoti pakuotė su svarbiausią turinį pabrėžiančiomis linijomis
- 2 Skirtingos spalvos leidžia lengviau atskirti
- 3 Stiprumas pabrėžiamas spalvotame apskritime
- 4 Mūsų prekės ženklas „Teva“ padeda pacientams jaustis užtikrintai
- 5 Piktogramos padeda suprasti vaisto formą
- 6 Pakuotės nugarinėje dalyje esančioje lentelėje aiškiai pateikiama papildoma informacija
- 7 Esminė informacija apie vaistą pateikiama kiekvienoje pakuotės pusėje, todėl ją galima laikyti atsuktą į bet kurią pusę

Teva Baltics, UAB
Lvovo g. 25, LT-09320, Vilnius, Lietuva. Tel. (8 5) 266 0206

<https://www.teva.lt/rupinames-sveikata>

@rupinamessveikata

Reklamos teksto parengimo data: 2021 m. vasaris

COB-LT-00008

teva