



# 10 золотых правил правильного приема препаратов для лечения гипертонии

## 1 Ознакомьтесь со своими лекарствами!

Для оптимального регулирования кровяного давления иногда возникает необходимость в комбинации нескольких лекарственных препаратов с характерными для них различными механизмами действия. Бывает, что одна таблетка содержит два действующих компонента с различным механизмом действия. Сочетание лекарственных препаратов предпочтительнее приема высокой дозировки одного препарата, как в плане эффективности понижения кровяного давления, так и с точки зрения побочных эффектов. Важно знать, что у одного и того же лекарственного препарата могут быть несколько торговых наименований. Если Вы не знаете, какие из ваших лекарств предназначены для лечения гипертонии – спросите об этом врача либо фармацевта. Таким образом Вы сможете избежать таких ошибок, как прием одного и того же препарата с разными торговыми наименованиями. В любом случае, перед первым приемом лекарства рекомендуется просмотреть инструкцию для потребителя, вложенную в упаковку лекарства.

## 2 Лечение гипертонии является постоянным – придерживайтесь регулярного приема лекарств

Гипертония, как правило, неощутима и не сопровождается симптомами, являясь, тем не менее, хронической проблемой способной привести к многочисленным заболеваниям проявляющимся в форме инфарктов, инсультов, повреждений почек и глаз. Следовательно, следует придерживаться ежедневного приема лекарств в определенное время, даже тогда, когда Вы чувствуете себя хорошо и в дни, когда необходимо поститься перед сдачей анализов крови. Максимальный эффект препаратов для понижения давления будет достигнут, как правило, по прошествии нескольких недель с момента начала лечения. Сбалансированное кровяное давление является хорошим признаком, свидетельствующим об эффективности лечения, и исходя из этого его прием необходимо соблюдать. Не следует принимать лекарства "по надобности", а также сразу прекращать лечение без указания врача. Внезапное прекращение приема некоторых препаратов может усугубить гипертонию и привести к учащению сердцебиения.

## 3 Принимайте лекарства вместе

Как правило, нет необходимости разделять прием лекарственных препаратов на более чем 2-3 раза в день, кроме случаев, когда врач проинструктировал Вас поступить иначе. Разделение приема двух лекарственных препаратов интервалом в несколько минут бессмысленно.

## 4 Включите прием лекарственных препаратов в распорядок дня

Регулярный прием лекарственных препаратов в соответствии с Вашим распорядком дня, например, близко к времени приема пищи, поможет Вам запомнить и придерживаться приема лекарств в определенное время, а также сохранит Ваше кровяное давление в норме.

## 5 Проверьте правильное время приема лекарственных препаратов

Как правило, препараты для лечения гипертонии принимаются утром. Однако, проконсультируйтесь с врачом относительно того, какие из принимаемых Вами лекарственных препаратов рекомендуется принимать перед сном. Вероятно, что для некоторых препаратов это может уменьшить их побочные эффекты, такие как отек ног и головокружение. Смена приема одного из лекарственных препаратов с утра на вечер может улучшить баланс кровяного давления у пациентов, принимающих несколько препаратов для лечения гипертонии.

## 6 Большинство препаратов для лечения гипертонии можно принимать независимо от приема пищи

Как правило, указания для приема типа: "перед едой", "с едой" и "непосредственно после еды" похожи между собой и их смысл – прием лекарств на полный желудок. Указание "прием натощак" подразумевает как минимум интервал за час до еды или два часа после еды. Все лекарства важно принимать с хотя бы небольшим количеством воды, не глотая их без жидкости. В инструкции для потребителя можно найти указания по поводу приема лекарств относительно приема пищи. Питье грейпфрутового сока может оказать влияние на воздействие некоторых лекарственных препаратов, поэтому проконсультируйтесь насчет этого с фармацевтом.

## 7 Не делите или не дробите таблетку, не удостоверившись, что это можно делать

При любой необходимости деления или дробления таблетки, следует просмотреть инструкцию для потребителя, поставляемую с каждым лекарством. Если Вы не уверены, обратитесь за консультацией к фармацевту.

## 8 Пищевые добавки – проконсультируйтесь с врачом или фармацевтом

Существуют пищевые добавки, такие как лакричник, а также различные препараты для похудения, способные привести к повышению кровяного давления. Перед приемом пищевой добавки важно проконсультироваться с врачом или фармацевтом, а также проверить способна ли она повысить кровяное давление или снизить эффективность медикаментозного лечения.

## 9 Безрецептурные препараты – проконсультируйтесь с врачом или фармацевтом

Многие часто встречающиеся безрецептурные лекарственные препараты, такие как болеутоляющие и противовоспалительные препараты, а также лекарства от простуды, могут привести к повышению кровяного давления или оказать противодействие деятельности некоторых препаратов для лечения гипертонии. Одноразовый или кратковременный прием не составит проблемы для большинства сбалансированных пациентов, однако, больным с несбалансированной гипертонией, либо страдающим от почечной недостаточности необходимо проконсультироваться с врачом или фармацевтом перед приемом таких лекарственных препаратов.

## 10 Новые побочные эффекты – проконсультируйтесь с врачом или фармацевтом

Внезапное появление головокружения, сухого кашля, который не проходит, отеков, проблем с деснами, обострения запора, головной боли, учащенного сердцебиения, замедления сердцебиения, а также любого другого побочного эффекта требует консультации врача. Иногда эти эффекты являются временными, а иногда требуют смены медикаментов.

Вышеупомянутые рекомендации не заменяют рекомендации лечащего врача и мы советуем Вам обратиться к врачу или фармацевту по любому вопросу, связанному с приемом Ваших лекарственных препаратов

### КРЕПКОГО ЗДОРОВЬЯ

Отдел клинической фармакологии и в департаменте фармакологии и фармацевтики вместе с департаментом управления качеством, отдел информации и дигитального здоровья

Присоединяйтесь к «Маккаби» сейчас \*4535

## ГРУППЫ РАСПРОСТРАНЕННЫХ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ГИПЕРТОНИИ

### БАЗОВАЯ ТЕРМИНОЛОГИЯ

#### ЧТО ПРЕДСТАВЛЯЕТ ИЗ СЕБЯ ГРУППА ЛЕКАРСТВЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ?

Каждое лекарство имеет механизм воздействия, при помощи которого оно снижает кровяное давление организма. Лекарства с общим механизмом воздействия принадлежат к одной медикаментозной группе. Подсказка к отношению лекарства к одной и той же группе заключается в похожей концовке названия действующего компонента (см. схему ниже). При лечении гипертонии принято комбинировать лекарственные препараты с разными, дополняющими друг друга механизмами воздействия, для достижения оптимального регулирования кровяного давления. Как правило, не принято сочетать два лекарства одной медикаментозной группы.

#### ЧТО ТАКОЕ ДЕЙСТВУЮЩИЙ КОМПОНЕНТ?

Действующий компонент – это ингредиент лекарственного препарата, ответственный за его медицинское воздействие. Научное наименование действующего компонента называется генерическим наименованием. Оно идентифицируется исключительно с действующим компонентом лекарственного препарата и не зависит от производителя лекарственного препарата. Как правило, лекарственный препарат содержит один действующий компонент, однако, есть лекарства содержащие несколько действующих компонентов.

#### ЧТО ТАКОЕ НЕДЕЙСТВУЮЩИЙ КОМПОНЕНТ?

Лекарственный препарат, как правило, содержит также дополнительные действующие компоненты, такие как наполнитель, вкусовые вещества, красители и т.д. Обычно дополнительные вещества не влияют на пациента (информация относительно компонентов данного вида описана в инструкции для потребителя).

#### ЧТО ТАКОЕ ТОРГОВОЕ НАИМЕНОВАНИЕ?

Торговое наименование – это имя данное лекарственному препарату производящей его фирмой. Поскольку один и тот же действующий компонент или сочетание действующих компонентов могут производиться несколькими разными фармацевтическими фирмами, у них будут разные торговые наименования.

#### ЧТО ТАКОЕ ГЕНЕРИЧЕСКИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ПРЕПАРАТЫ?

Генерические лекарственные препараты – это лекарственные препараты с разными торговыми наименованиями, но с одинаковыми действующими компонентами, а значит они взаимозаменяемы. Иногда они отличаются по составу действующих компонентов, но как правило, это отличие никак не влияет на воздействие лекарственного препарата.

ОКОНЧАНИЕ НАЗВАНИЯ  
ДЕЙСТВУЮЩЕГО КОМПОНЕНТА  
НАМЕКАЕТ НА ЕГО  
ПРИНАДЛЕЖНОСТЬ К ТОЙ ИЛИ  
ИНОЙ ЛЕКАРСТВЕННОЙ ГРУППЕ  
как показано на схеме

**Группа блокаторов  
кальциевых каналов  
дигидропиридинового типа**  
Название действующего  
компонента заканчивается  
на **"ДИПИН"**, например:  
амлодипин, лерканидипин,  
нифедипин и т.д.

**Группа ингибиторов АПГ,  
или группа БРА**  
Название действующего  
компонента заканчивается  
на **"САРТАН"**, например:  
лосартан, валсартан,  
кандесартан и т.д.

**Группа альфа-  
адрено блокаторов**  
Название  
действующего  
компонента  
заканчивается на  
**"ЗОСИН"**, например:  
доксазосин,  
теразосин и т.д.

#### ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ПРЕПАРАТЫ СОЧЕТАЮЩИЕ НЕСКОЛЬКО КОМПОНЕНТОВ ИЗ РАЗНЫХ ГРУПП В ОДНОЙ ТАБЛЕТКЕ

Как правило, их торговое  
название будет с приставкой  
**"плюс", "комбо" или "ко"**

**Группа ингибиторов  
АПФ**  
Название  
действующего  
компонента  
заканчивается на  
**"ПРИЛ"**, например:  
эналаприл, рамиприл,  
силазаприл,  
каптоприл и т.д.

**Группа диуретиков**  
К группе относятся несколько  
подтипов имеющих различные  
механизмы воздействия.  
Часто употребляемые  
диуретики – гидрохлортиазид  
и фуросемид

**Группа бета-адрено  
блокаторов**  
Название действующего  
компонента заканчивается  
на **"ЛОЛ"**, например:  
бисопролол, метопролол,  
лабеталол, атенолол и т.д.

