正確用藥教育宣導

五大核心能力

您為看太多門診而煩惱嗎？

2011年製訂

吃藥後反而變嚴重了，要不要換醫師？

- 鄰家小弟是個過敏兒，早上起床就開始咳嗽、流鼻水。媽媽好緊張，趕快帶去小兒科；吃藥之後還是咳個不停，而且發燒了。媽媽趕快帶去另外一個診所，吃藥之後，小弟居然拉肚子了….。折騰了四、五天，看了鄰居介紹的神醫，終於漸漸好轉，媽媽才鬆了一口氣。
- 感冒有一定的病程，通常會在7到10天內自行痊癒。用藥把症狀壓制下來，不一定代表感冒好了。

身體微恙時的處理原則

- 常見的小毛病可以透過自我照護來緩解症狀，不一定要吃藥。
- 有些症狀可以請藥師推薦適當的指示藥來緩解，未改善或症狀嚴重時就需要就醫。
- 接連換醫師看無法建立完整的病歷，還可能重複用到作用類似的藥品、因為用了太多藥而發生副作用或藥品交互作用

正確用藥五大核心能力

一. 清楚表達自己的身體狀況

二. 看清楚藥品標示

三. 清楚用藥方法、時間

四. 做身體的主人

五. 與藥師、醫師做朋友

核心能力

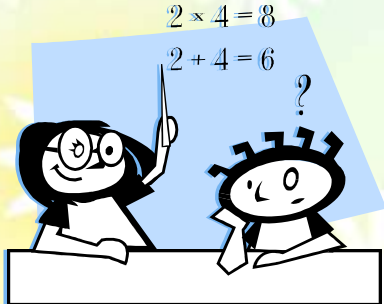
一、清楚表達自己的身體狀況

看病時要瞭解自己身體狀況，並能向醫師說清楚下列事項

- 哪裡不舒服
  - 不舒服的部位、情形、大約何時開始不舒服
- 有無過敏史或特殊飲食習慣
- 發生過的疾病史
- 目前正在使用的藥品
  - 包括其他醫師開的西藥或中藥、自行買的藥、維他命、避孕藥、減肥藥、保健食品或菸酒等
- 工作性質：需要操作機械或開車、專注力，以及學生要考試等
- 女性需告知是否懷孕、正準備懷孕、正在哺餵母乳

算算看王先生看了幾個門診？

- 王先生原本就有高血壓、腸胃不適及痔瘡。後來又因為攝護腺的問題到泌尿科看病，服藥之後開始覺得頭暈，於是到神經科去看病，醫師給了頭暈的藥，但頭暈依舊。朋友介紹他去找耳鼻喉科權威，權威告知內耳沒問題，又給了新的頭暈藥。
- 其實家人已經發現王先生的血壓有點偏低了，但王先生堅持遵照醫囑服藥，免得因為血壓沒控制好而中風。有一天，王先生跌倒了，吃了止痛藥後，血壓竟然飆高了。



疾病/問題	門診	用藥
1. 高血壓	1. 心血管專科	1. 高血壓藥A
		2. 高血壓藥B
2. 失眠		3. 安眠藥
3. 腸胃不適	2. 腸胃科	4. 胃藥
4. 痔瘡	3. 直腸外科	5. 藥膏
		6. 塞劑
		7. 軟便劑
5. 攝護腺肥大	4. 泌尿科	8. 攝護腺藥
6. 頭暈	5. 神經內科	9. 頭暈藥A
		10. 頭暈藥B
	6. 耳鼻喉科	11. 頭暈藥C
		12. 頭暈藥D
7. 跌倒	7. 外科	13. 消炎止痛藥
		14. 肌肉鬆弛劑

整合門診

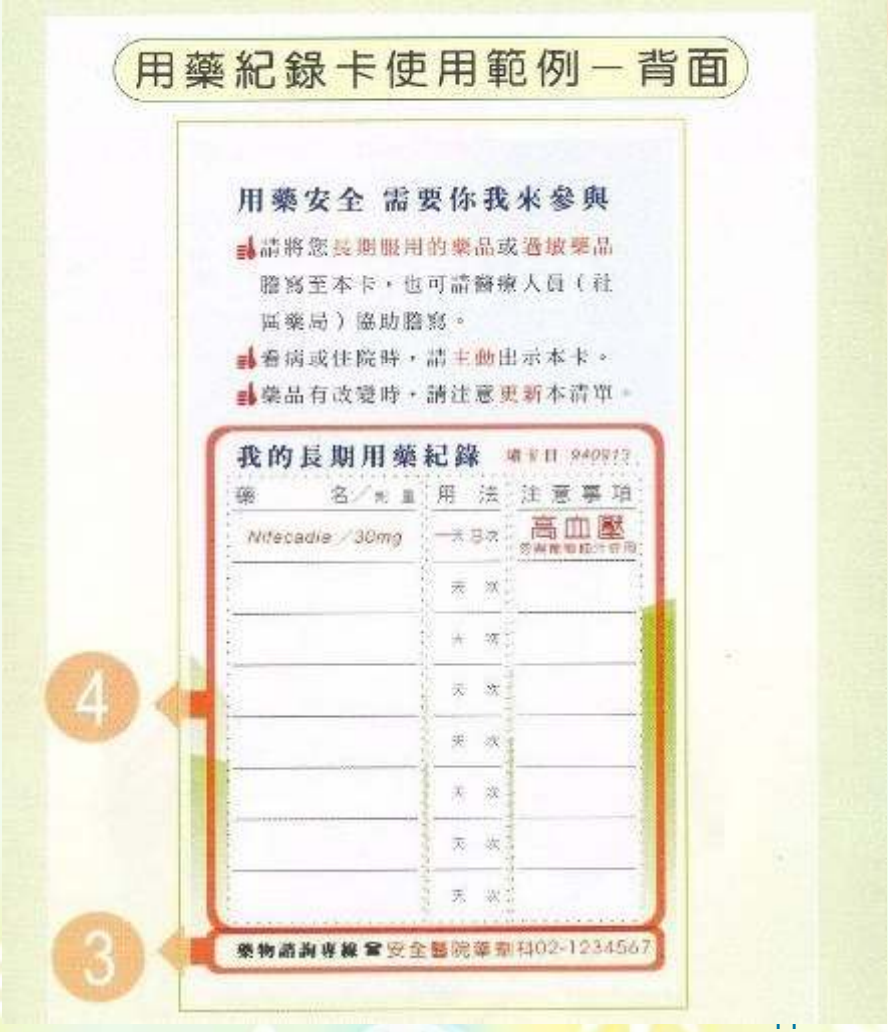
- 有多種慢性病、為看很多門診而煩惱的人可以考慮看整合門診
- 掛一次號，就可提供各種疾病的完整診療，不必擔心重複領藥、重複檢查等問題
- 用藥比較安全
- 醫療品質提升
- 減少醫療浪費

避免變成藥罐子的自保之道

- 用藥紀錄卡
  - 同時服用好幾種藥的人最好做一份用藥紀錄卡
  - 用藥紀錄卡的內容包括
    - 醫師開的藥、額外買的藥、保健品、中草藥
    - 每種藥的用法
    - 服藥後的特殊反應
    - 對其他藥品、食品的過敏反應紀錄
  - 可以請藥師協助提供及填寫

隨身攜帶用藥紀錄卡

- 固定使用的藥物記錄在「用藥紀錄卡」上，讓醫師或藥師瞭解您的所有用藥，避免重覆用藥及藥物交互作用的發生。



看病須知、不可不知

看醫生要說些什麼？

- 不舒服的症狀、過敏史、疾病史
- 我兒子生意做很大，目前還沒有對象，介紹乖一點的護士給他。

用藥紀錄卡

- 會讓大家知道我吃很多藥，影響以前健康的形象。
- 讓醫師、藥師了解我的用藥情形避免重複用藥，造成傷害。

核心能力二、

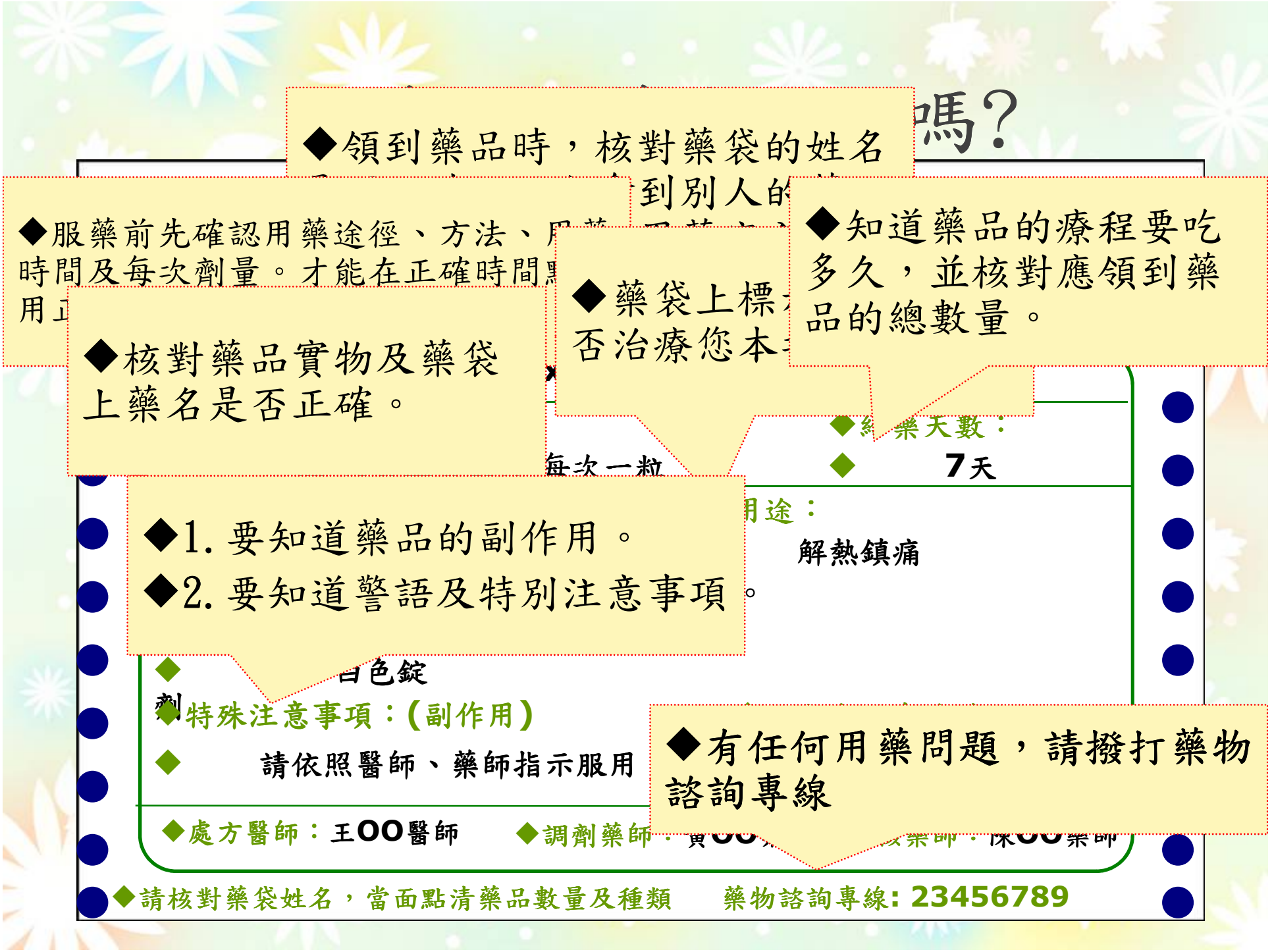
看清楚藥品標示

藥品標示

拿任何藥時，

請注意「藥袋、藥品包裝」上

應有的標示！！！

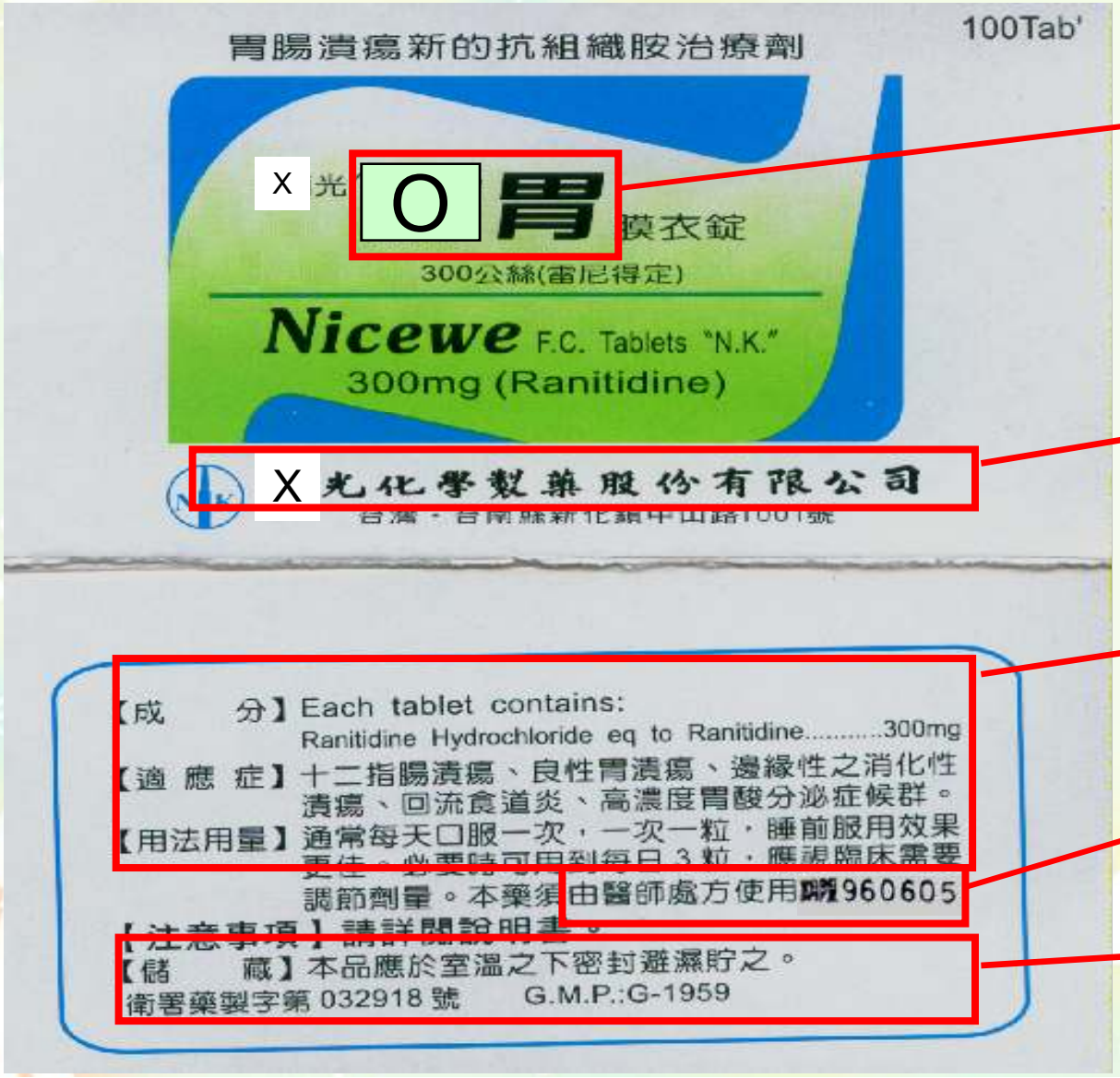

◆領到藥品時，核對藥袋的姓名
◆服藥前先確認用藥途徑、方法、
時間及每次劑量。才能在正確時間
用正
◆藥袋上標
否治療您本
◆知道藥品的療程要吃多久，並核對應領到藥品的總數量。
◆核對藥品實物及藥袋上藥名是否正確。
◆1. 要知道藥品的副作用。
◆2. 要知道警語及特別注意事項
◆有任何用藥問題，請撥打藥物諮詢專線
◆ 7天
解熱鎮痛
◆特殊注意事項：(副作用)
請依照醫師、藥師指示服用
◆處方醫師：王OO醫師
◆請核對藥袋姓名，當面點清藥品數量及種類
藥物諮詢專線: 23456789

用藥停看聽

合法藥品辨識有四招

- 第一招：
  - 於合法醫院、診所或藥局取得藥品
- 第二招：衛生署核准字號(官方的身分證)
  - 衛署成製字第XXXXXX號
    - 國內製造許可之成藥
  - 衛署藥製字第XXXXXX號
    - 國內製造許可之指示藥或處方藥
  - 衛署藥輸字第XXXXXX號
    - 國外輸入許可之指示藥或處方藥

第3招：基本資料詳細刊載　第4招：藥品分級標示



中文品名

廠商名稱
廠商地址

主要成份、含量
適應症、用法用量

藥品分級、保存期限

儲存條件
製造日期或批號
許可證字號

核心能力三

清楚用藥方法、時間

- 先看清楚使用途徑
  - 內服
  - 外用

- 不一定膠囊、錠劑長相就是口服使用

註:支氣管擴張劑

確認服用方法

- 緩釋錠：不能咬碎
- 腸衣錠：不能咬碎、不能與制酸劑同時服用
- 制酸錠：咬碎作用好

服藥須知

- 須按醫師、藥師指示的用法及劑量服用藥物。
- 口服藥品應以適量的開水一起服用。
  - 不要以葡萄柚汁、牛奶、茶、果汁、咖啡等飲料搭配服用。

不速配！

葡萄柚汁+藥物

正確用藥

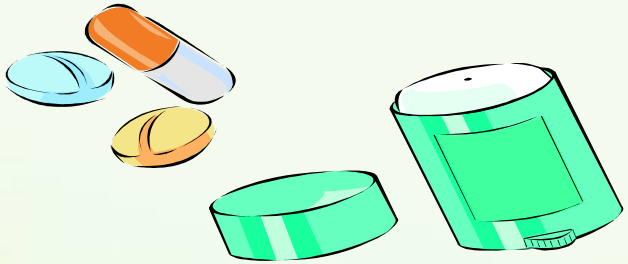
資料來源：中華電視台

服藥『多喝水』

不是『倒好勢』

資料來源：台灣電視台

如何儲存藥品？



- 避光、避濕、避熱
- 藥品應放在原有包裝內，內服、外用藥，應分開保存，以免混淆!!
- 有些藥物必須儲存在攝氏2~8度的冰箱內(冷藏室)。

藥罐內乾燥劑開罐後就該丟了

- 藥罐內的棉花和乾燥劑，在開罐後就必須立刻丟棄！
- 藥罐上標示的保存期限是「未開封」狀態下的期限，一旦開封後，保存期限就會縮短。

正確保存藥物
藥用量不馬虎

資料來源：台灣電視台

用藥須知大考驗 I

藥品送他人
害人又損己

內服外用看清楚
對症下藥疾病除

棉花乾燥劑
開罐即丟棄

服藥須知

- 服用以前不曾用過的藥，或是劑量調整期間，最好有人在身邊注意服藥後的反應，萬一發生不良反應時才有人照料。
- 服藥後若有任何不適要和醫師或藥師討論是不是藥品引起的反應，不要當作又生了另外一種病。沒有弄清來龍去脈就到處看病，不只傷荷苞，更傷寶貴的健康。

服藥須知

- 症狀治療的藥品
  - 服藥後若症狀沒有改善，應和原開藥醫師或藥師討論，不要到處看病。
  - 症狀消除或大幅改善不可**自行中斷服藥**，要和醫師或藥師討論是否可以停藥或調整藥量。
  - **痊癒後之剩藥，不可任意服用或提供他人服用。**

核心能力

三、清楚用藥方法、時間

什麼時候用藥?

飯前與飯後

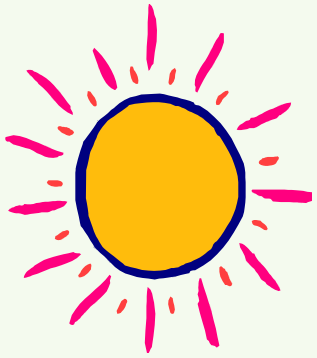
- 飯前
  - 時間：飯前一小時或飯後二小時。
  - 哪種藥物須空腹服用：易被食物影響吸收、胃腸刺激性小的藥物。
- 飯後
  - 時間：飯後一小時內
  - 哪種藥物須飯後服用：可藉食物協助吸收及減少腸胃刺激的藥物。
- 糖尿病用藥及特殊情形應遵照醫師囑咐或藥師指導服用。

什麼時候用藥?

	早餐	午餐	晚餐	睡前
一天四次	★	★	★	★
一天三次	★	★	★	
一天二次	★		★	
一天一次	每天固定一個時間			

一天一次

- 每日的固定一個時間
- 適合早晨
  - 利尿劑
- 睡前
  - 鎮靜安眠劑



平平是3 擺，差很大！

資料來源：台灣電視台

利用圖解標籤按時服藥

空腹
成大醫院
藥劑部
飯後
成大醫院
藥劑部
禁止口服
成大醫院
藥劑部
本藥品須
冷藏
成大醫院
藥劑部
使用前
搖一搖
成大醫院
藥劑部
起床
成大醫院
藥劑部
眼用
成大醫院
藥劑部

年長者或獨居老人的用藥密訣

- 做自己清楚明瞭的記號
- 藥盒
- 服藥前再次確認
- 詢問家人或周遭鄰居

用藥好習慣

- 吃藥前將燈打亮-不要在黑暗中服藥
- 不要將藥品混合放置於同一藥袋中
- 內服藥品應與外用藥品分開，以免誤服
- 保留您的用藥紀錄

忘了服藥怎麼辦?

正常服藥時間

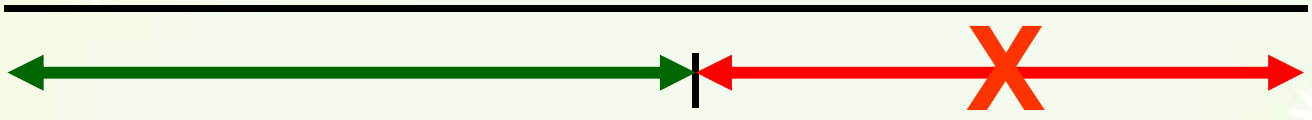
8:00

二次給藥時間中點

10:00

正常服藥時間

12:00



此時可補服　　此時不建議補服

注意！！下次服藥時使用正常劑量
切勿服用二倍劑量

忘記服藥，不需補服!
劑量雙倍，療效毒性也加倍…

資料來源：中華電視台

利尿劑早上吃
安眠藥睡前服
懸浮劑搖一搖
藥量均勻
不多也不少
用藥須知
大考驗 II
服藥次數記清楚
飯前飯後不馬虎

避免變成藥罐子的自保之道

- 慢性病病人
  - 調整生活型態對慢性病有相當大的幫助，可減少用藥的份量。
  - 在家監測血壓、血糖、呼吸狀況、心跳等。
  - 耐心接受治療，有時候需連續服用一段時日才會出現最大療效。
  - 遵照醫師指示定時、定量服藥，不要自行調整藥量或任意停藥。
  - 即使疾病已經控制在目標值內也不可中斷服藥。

避免變成藥罐子的自保之道

- 請和醫師討論是否可以調整用藥
  - 病情控制良好或變差時
  - 發生比較嚴重的不良反應
  - 無法吞下藥丸
  - 用藥太複雜，難以遵從
  - 作息與用藥時間無法配合
- 擅自停藥可能導致病情加重
- 自行加量可能引起嚴重的不良反應

核心能力

四、做身體的主人

關心自己 也關心別人

看似安全，
其實暗藏危險…

資料來源：台灣電視台

電台藥：誰在買？

非法藥品亂買
自身健康變壞

資料來源：台灣電視台
民間全民電視台

要硬！
不要命???

資料來源：中華電視台
民間全民電視台

健康食品不健康?
想要強身變傷身!

亂購買自製藥丸,
一吃健康就完蛋!?

資料來源：中華電視台
民間全民電視台

用藥五不原則

◆不要買廣告內容太神奇的產品~如特效藥、保健食品~

◆拒絕來路不明的藥品

◆勿輕信誇大不實廣告，以免花錢又傷身。

◆堅持『用藥五不』原則

愛自己 用藥五不原則

不聽信別人推薦的藥

不信有神奇療效的藥

不買地攤、夜市、網路、遊覽車上所販賣的藥。

不吃別人贈送的藥

不推薦藥品給其他人

愛自己 學會辨識合法藥品

- 應於合法地點取得藥品
  - 掛有許可證照之醫院或診所、合法藥局
  - 不可以在攤販.夜市.遊覽車.休息站買藥
- 認明藥品許可證字號
- 基本資料詳細刊載
- 藥品分級標示清楚
- 上網查詢最方便

國內不法藥物之型式

- **藥品類**
  - 未經核准之藥品
  - 經核准但非屬原製造者之藥品
  - 標示誇大不實之藥品

- **食品**
  - 食品摻加西藥
  - 食品／健康食品宣稱療效、誇大不實

- **中草藥**
  - 未經核准不知名”黑藥丸”
  - 摻加西藥之（草）藥

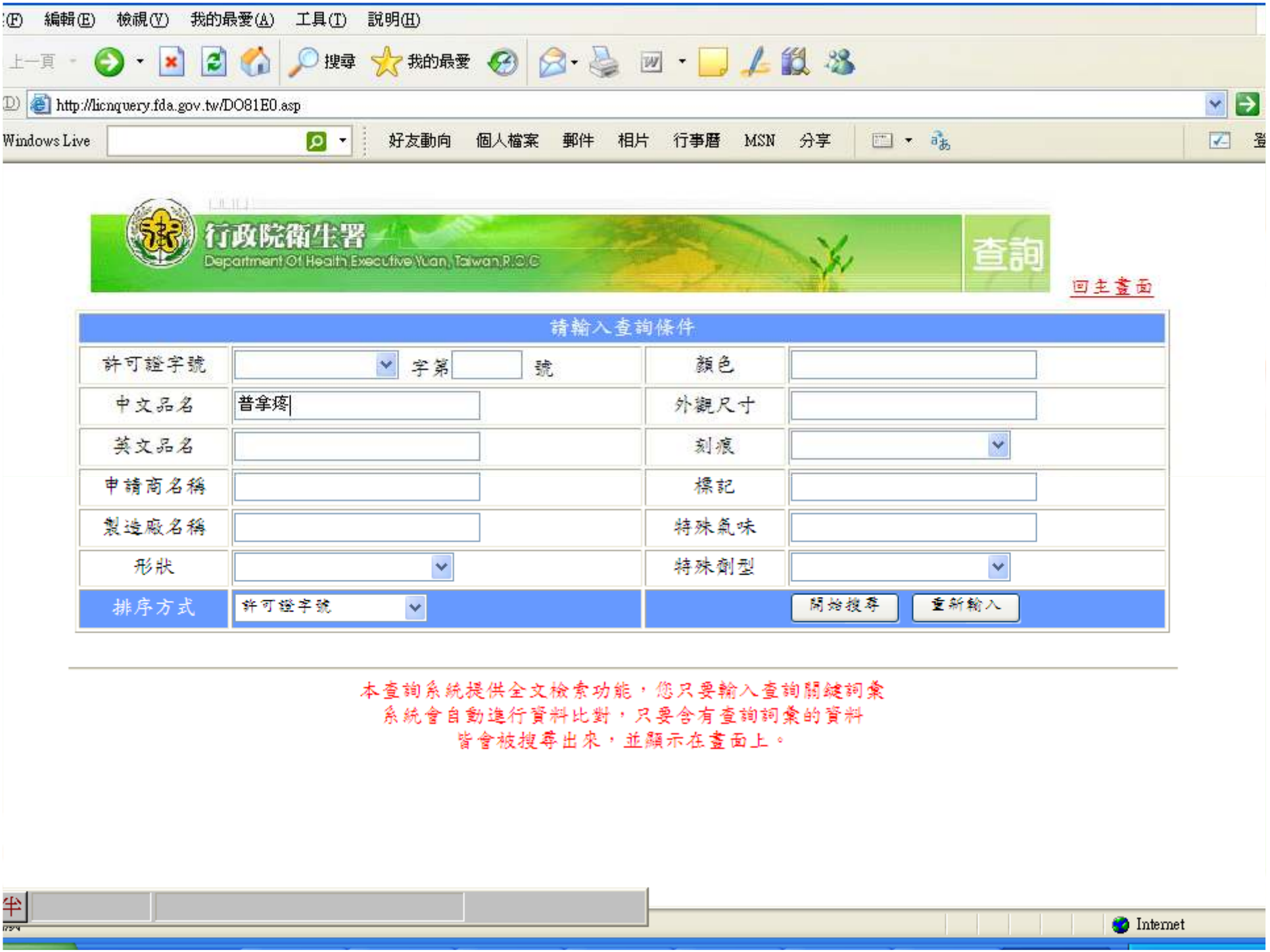
經衛生署檢驗發現，被檢驗出摻加西藥成分以標榜具「壯陽」、「減肥」及「消炎鎮痛」作用之三類產品最多。

行政院衛生署不法藥物專區

http://www.doh.gov.tw/IllegalMedicine/false.htm

藥物查詢

http://www.doh.gov.tw/cht2006/index_populace.aspx


(F) 編輯(E) 檢視(V) 我的最愛(A) 工具(T) 說明(H)
上一頁
搜尋
我的最愛
http://licnquery.fda.gov.tw/DO81E0.asp
Windows Live
好友動向 個人檔案 郵件 相片 行事曆 MSN 分享
行政院衛生署
Department Of Health,Executive Yuan, Taiwan,R.O.C
查詢
回主畫面
請輸入查詢條件
許可證字號
字第
號
顏色
中文品名
普拿疼
外觀尺寸
英文品名
刻痕
申請商名稱
標記
製造廠名稱
特殊氣味
形狀
特殊劑型
排序方式
許可證字號
開始搜尋
重新輸入
本查詢系統提供全文檢索功能，您只要輸入查詢關鍵詞彙
系統會自動進行資料比對，只要含有查詢詞彙的資料
皆會被搜尋出來，並顯示在畫面上。
Internet

＊＊＊衛署藥輸字第023623號＊＊＊

中文品名	普拿疼加強錠
英文品名	PANADOL EXTRA CAPLETS

藥物辨識詳細資料

外觀尺寸		特殊劑型	
顏色	白色	特殊氣味	
刻痕		形狀	長圓柱形
標記一	PANADOL, EXTRA	標記二	萬蘭素史克3

藥物辨識外觀圖片

如何查詢「不實藥物廣告」？

http://www.fda.gov.tw/

如何查詢「不實藥物廣告」？

http://www.fda.gov.tw/content.aspx?site_content_sn=1810

如何查詢「不實藥物廣告」？

http://illegal-ad.fda.gov.tw/mental/index.php

合法藥物廣告辨識

圖片來源：社團法人臺灣打擊不法藥物行動聯盟 公版教材

狀況題-大家來找碴

我媽媽一個朋友介紹她吃一種青草藥，是吃酸痛的喔!她說：「介紹給很多人吃過，大家都說效果真正讚啦，且完全攏無副作用，你吃一次就有效果啦！」

選擇題

您的想法?

①

②

這青草藥安全嗎?
我還是來問藥師的意見。

③

核心能力

五、與醫師、藥師作朋友

交朋友與醫師藥師作朋友

- 請藥師定期幫您檢視所有的用藥
  - 用法是否正確
  - 有沒有重複用藥
  - 用藥後是否達到療效
  - 是否發生不良反應
  - 有沒有藥品交互作用
  - 是否必須繼續使用或調整用量

居家藥事服務

- 有些縣市衛生局及藥師公會有設有藥師到家庭訪視的制度
- 服務內容
  - 用藥指導
  - 發現、預防、解決與用藥相關的問題
  - 共同建立藥物治療計畫

找一家值得信賴的藥局

- 健保特約藥局的標示
- 藥師識別證
- 掛在牆上的藥師執照
- 照片核對
- *將藥師電話加入家庭聯絡電話*

感謝

教材製作

- 台北醫學大學附設醫院藥劑部
- 馬偕紀念醫院藥劑部
- 中華景康藥學基金會
- 振興醫療財團法人振興醫院藥劑科
- 阮綜合醫院藥劑科
- 財團法人彰化基督教醫院藥劑部
- 長庚醫療財團法人嘉義長庚紀念醫院藥劑科
- 國立成功大學醫學院附設醫院藥劑部
- 奇美醫療財團法人柳營奇美醫院藥劑科
- 長庚醫療財團法人高雄長庚紀念醫院

祝您健康~

參考資料：行政院衛生署國民健康局
http://www.bhp.doh.gov.tw/BHPnet/Portal/

謝謝聆聽
敬請指教