



# 藥物食品安全週報

歡迎訂閱電子報

DRUG AND Food SAFETY Weekly LETTER



2024年3月8日  
發行人：吳秀梅署長

第964期

## 涼感眼藥水可以常用嗎？藥師教你正確用法！

**眼**睛疲勞時，使用涼涼的眼藥水好舒服！但是，市面上涼感眼藥水的種類繁多，錯誤使用反而會讓眼睛更不舒服。食品藥物管理署（下稱食藥署）特別邀請郭建宏藥師為大家說明涼感眼藥水的正確知識，教大家正確使用眼藥水、保護靈魂之窗。

### 看功能判斷眼藥水成分，確認能否長期使用

郭建宏藥師表示，涼感眼藥水中，帶來清涼感的關鍵成分為「薄荷醇」，能使人感到清涼且舒緩不適。

民眾可從包裝、仿單直接看成分資訊，也能利用產品宣稱的功能，大致判斷含有哪種成分，進而了解能否長期使用。

宣稱「消除眼睛充血」功效者，成分為血管收縮素，可以改善眼睛紅的症狀，但頻繁使用會造成「反彈性充血」，停用後眼睛充血會更嚴重，因此，建議症狀改善後就停用。

宣稱「消炎」者，則含有抗發炎成分，最常見為甘草鹽類（glycyrrhizate），

能改善眼部紅腫熱痛、輕微刺癢的發炎症狀。含消炎成分的眼藥水，同樣建議症狀改善後就停用，並且避免在有傷口時使用。

#### 眼藥水是如何消除眼睛充血？

透過血管收縮素可改善紅眼的症狀

★小心頻繁使用恐造成反彈性充血，建議症狀改善後就停用。



針對「眼睛癢」用途，產品常會宣稱「止癢」，功效成分以第一代抗組織胺為主，能改善過敏引起的癢感，在花粉過敏（花粉症）流行的日本，很多眼藥水產品中都會添加抗組織胺。郭建宏藥師提醒，含抗組織胺成分的眼藥水，在症狀緩解時就需停用。此外，含類固醇眼藥水能止癢，但屬於處方藥品，須由醫師開立處方箋後取得。

針對「眼部疲勞」用途，宣稱「改善疲勞」的成分常見有維生素B2、B5、B6、B12、維生素E、牛磺酸等成分。若涼感眼藥水中僅含有維生素，不含血管收縮素、抗發炎、止癢的功效成分，長期使用則相對安全。

文字撰寫 | 食力編輯群



# 愛護靈魂之窗 使用眼藥水停、看、聽！

**民**眾在使用涼感眼藥水時，若出現下列3種情況，必須立即就醫，包括：使用三天後症狀仍未改善、使用當下就出現強烈不適感，例如視線模糊、疼痛、紅腫熱痛等，以及對眼藥水成分出現過敏反應。

使用涼感眼藥水 出現以下狀況須立即就醫



使用3天後狀況仍未改善



使用時出現強烈不適感



對成分出現過敏反應

## 使用多種眼藥水，依序從輕盈到濃重

如何正確使用眼藥水？郭建宏藥師指出，先將雙手洗淨，以無名指拉下眼瞼，眼睛往上看，再將眼藥水滴入眼皮和眼睛之間。點完眼藥水後，順手壓眼頭鼻淚管位置5~10秒，可阻止眼藥水順著鼻淚管流入口中。若同時使用多種眼藥水，每種藥水之間最少間隔5分鐘，藥水跟藥膏間隔10分鐘，使用的先後次序為：藥水>凝膠>藥膏。

一般涼感眼藥水開封後的有效期限是28天，開封後超過28天就不要再繼續使用，開封後存放陰暗處即可，不需冷藏保存。當眼藥水出現混濁、異物、變色則表示產品變質，不建議繼續使用。

郭建宏藥師提醒，角膜受損、眼睛發炎的人，不建議自行購買涼感眼藥水使用，因為會造成眼部過度刺激；配戴隱形眼鏡者，須先摘除隱形眼鏡再使用；蠶豆症患者需避免自行購買含抗組織胺的眼藥水。另外，目前雖無明確證據指出薄荷醇對蠶豆症患者有負面影響，但仍建議避免使用。

食藥署提醒，購買與使用涼感眼藥水時，應先向專業人員如醫師、藥師先行諮詢，由專業人員推薦適合的產品，並依照仿單的建議用法使用。若使用後出現不適，或不適症狀惡化，建議直接就醫，以免錯過治療的黃金期。

文字撰寫 | 食力編輯群

# 使用類鴉片藥品要注意！ 常見副作用看過來！



一般常聽到類鴉片藥品，多指嗎啡、吩坦尼這類用於控制中度至重度疼痛的作用劑。由於這類藥品具有欣快感與耐受性，在劑量逐漸增加後，許多人最擔心的是會不會有成癮風險？食藥署指出，成癮大多源自於不正確的使用，在治療過程中，醫師會以患者個人狀況作為評估，謹慎增加或逐步減少劑量，以達到防止成癮的效果。

## 感知副作用，隨時與醫師討論生理狀況

類鴉片藥品的強藥效，來自於它同時影響到許多不同的生理過程，這些過程難以明確地去區分好壞，因此副作用往往廣泛而棘手。有超過一半的人，至少會面臨一種下列的副作用：

**(1)便祕：**便祕是最常見的副作用，由類鴉片藥品引起的便祕無法藉由飲食方法去改善，且一旦產生，腸道功能很難恢復到用藥前的狀態，所以常在治療一開始，就併用兩種以上的緩瀉劑。

**(2)噁心、嘔吐：**嘔吐是患者最無法忍受的副作用，由於嘔吐常和治療過程的其他因素（如化療藥物）有關，故

醫師會根據患者的疾病表徵選擇不同的止吐藥，但止吐藥無法帶來預防的效果，只能予以緩解。

**(3)搔癢：**使用如吩坦尼這類親脂性的類鴉片藥物，很容易會發生搔癢症狀，且女性的發生率較高。

**(4)鎮靜：**鎮靜容易造成駕駛或操作機械的風險，尤其是初次服用者，通常會在用藥幾天後改善。如果持續太久會造成生理與心理疲倦，建議輪換使用不同的類鴉片藥品。

**(5)口乾：**缺乏唾液可能會造成說話、咀嚼與吞嚥困難，甚至細菌孳生造成牙齦發炎與牙周病。可以多攝取水分（以水與不含糖的電解質為佳），並佐以保濕型漱口水與人工唾液，且避免使用含咖啡因、酒精和菸草等導致惡化的產品。

食藥署提醒，醫病間的溝通合作，是評估類鴉片藥品療程的最重要模式。病患應隨時注意與主治醫師討論用藥過程中的生理狀況，並遵照醫囑，切勿自行停藥或增加劑量，才能確保用藥安全。

非癌症

# 慢性疼痛

## 照護 4 階梯

### 解痛大補帖

1

#### 自我照護

病人以運動或舒壓活動，進行自我減痛處置。



#### 非藥品治療

透過精神科會談或復健治療，緩解疼痛。



3

#### 非類鴉片止痛劑治療

加入非類鴉片止痛劑治療。



#### 慢性疼痛之成因？

組織或神經受到傷害或是受其他共病症的影響，致長期無法治癒。

4

#### 介入性治療及使用類鴉片止痛劑

經醫師評估後，以手術進行治療，或給予漸歇性使用類鴉片止痛劑進行療程。

(類鴉片止痛劑包含嗎啡、芬坦尼等)



FDA 善生福利部食品藥物管理署  
Taiwan Food and Drug Administration

廣告

版權聲明：如需引用本署圖文，請原圖文轉載並註明出處，請勿重製、刪減或修改內容。

刊 名：藥物食品安全週報

出版機關：衛生福利部食品藥物管理署

地 址：臺北市南港區昆陽街161-2號

電 話：02-2787-8000

GPN：4909405233

ISSN：1817-3691

編輯委員：李明鑫、許朝凱、廖家鼎、林蘭硯、白美娟、蔡岳樟、吳正寧、張家榮、  
廖苑君、曾仁鴻、周清邦、林澤揚、徐雅慧、董靜馨、郭曉文、李啓豪

執行編輯：楊淑真  
美術編輯：郭儀君

出版年月：2024年3月8日

創刊年月：2005年9月22日

刊期頻率：每週一次