

## 五要

### 1. 要知道

感冒大部份是由病毒入侵所致，綜合感冒藥主要的作用是緩解症狀，不能預防感冒。一般健康成人在充分休息、補充水分或電解質後，感冒症狀會在一到二週內痊癒，因此，有感冒不一定要服用藥物。

### 2. 要問藥師

感冒常出現頭痛、咳嗽、鼻塞、流鼻水、發燒等症狀，不是每一種綜合感冒藥都對這些症狀有效，要看成分才知道，所以購買使用前應告知藥師目前的症狀，選擇合適的藥品使用，以免造成身體不必要的負擔。

### 3. 要告知

看病或至藥局購買藥品時要清楚表達有無對藥品或食物過敏、曾經發生過的疾病、目前正在服用的藥品、是否需要開車或從事操作機械等需要專注的工作、女性需告知是否懷孕或預備懷孕或哺乳等。

### 4. 要看標示

要看藥品的藥盒或說明書(仿單)的成分、適應症(用途)、使用劑量、使用方法、注意事項、副作用、有效期限與保存方式，按指示服用藥品，並保留藥品包裝外盒及說明書(仿單)。

### 5. 要遵醫囑

要依照醫師、藥師所給予的資訊用藥，不分享綜合感冒藥給別人。而6歲以下幼童，不建議自行使用綜合感冒藥，應就醫治療。

## 五不

### 1. 不過量

感冒症狀不會因為增加綜合感冒藥的服用劑量就會好得比較快，反而還會增加副作用的風險。綜合感冒藥通常含多種複方成分，例如含有乙醯胺酚的成分(用於退燒止痛)，若過量會導致肝損傷；含有抗組織胺成分(用於舒緩鼻塞、流鼻水)，服用可能引起嗜睡作用。

### 2. 不併用

綜合感冒藥含有多種藥品成分，當服用綜合感冒藥時，不建議再與其他的感冒藥品合併服用，以免過量服用同類的藥品。如需要合併服用其他藥品時，應主動告知醫師或藥師正在使用的藥品，聽從醫師與藥師的建議服藥，以免產生不良反應。

### 3. 不輕忽

感冒若有嚴重症狀要立即就醫，不要依賴自行購買的綜合感冒藥而延誤就醫。如持續服用綜合感冒藥三天以上症狀仍未改善，請與醫師或藥師聯絡並儘快就醫。

### 4. 不飲酒

使用綜合感冒藥期間應避免飲酒，綜合感冒藥部份成分與酒精會產生交互作用，可能加重嗜睡情形，甚至造成肝臟損傷。

### 5. 不亂買

如需購藥，應至有藥師執業之合法藥局購買，並檢視外包裝有無衛生福利部核准的藥品許可證字號，不買來路不明的藥品，遵守「不聽、不信、不買、不吃、不推薦」原則。