



多愛自己一點
正確用藥五大核心能力

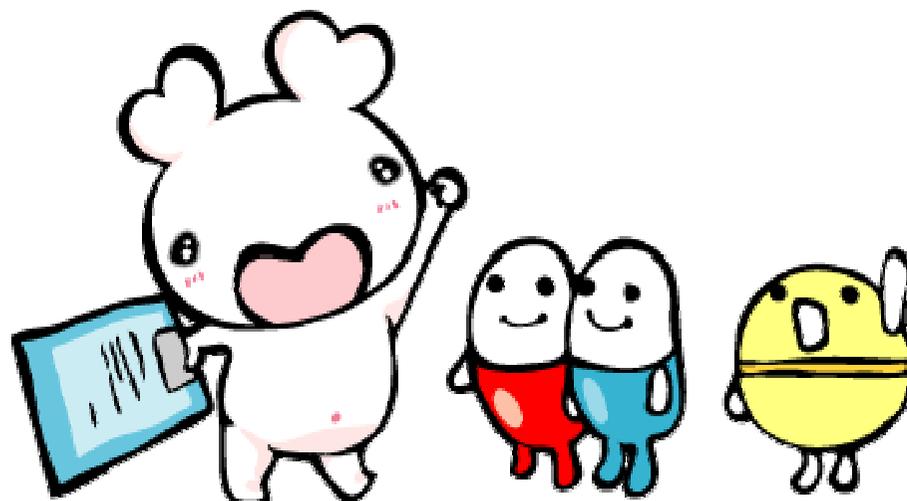
適用時機：學校(社區大學)、婦女團體會議、婦幼節
慶祝活動、坐月子中心活動



適用對象：孕婦、哺乳婦女、更年期婦女、銀髮族婦女



故事要從辛媽媽的用藥經驗
說起……



這一天，辛媽媽去看病～



- 地點：診間
- 辛媽媽：剛剛懷孕不久，可是又感冒的很嚴重，可以吃藥嗎？
- 郝醫師：根據不同懷孕時期，可以吃的藥品不同！我會開給妳現在可以吃的藥品，妳放心，之後如果要吃其他的藥品，記得吃藥之前要詢問一下醫師和藥師唷！



請問大家：

看病時，要向醫師說明
哪些事項？



正確用藥需具備的第一個能力是：

清楚表達自己的身體狀況

看病時，向醫師說明下列事項：

- (一) 哪裡不舒服
- (二) 是否有特殊體質或飲食習慣
- (三) 我生過的病
- (四) 目前正在使用的藥品
- (五) 最近有沒有考試、平時有沒有開車、工作有沒有需要操作機械
- (六) 需告知是否懷孕、正準備懷孕、正在餵食母乳



辛媽媽前往藥局領藥～

- 地點：藥局領藥處
- 辛媽媽：藥師你好，我這個藥單可以在這領藥嗎？
- 郝藥師：小姐您好，在這裡領藥沒錯，先繳交藥單，稍等一下唷！（檢查藥物當中）
- 郝藥師：小姐您好，請問您的大名是？
- 辛媽媽：藥單上不是就有寫名字嗎？為什麼還要問我的名字？
- 郝藥師：這是雙重辨識，確定您領到的是自己的藥。
- 辛媽媽：哦～原來這是用藥把關的一個步驟啊，我叫辛小淇。

辛媽媽領藥中～

- **郝藥師**：辛小姐，請您確認一下，總共2瓶眼藥水，請您點一下數量。
- **辛媽媽**：2瓶沒錯，那什麼時候要點呢？
- **郝藥師**：這兩瓶都是一天點四次，雙眼都要點，先點一種後再點另外一種，中間要隔5分鐘唷。其中白色這一罐要冰冰箱唷，另一罐紅色蓋子要繼續放在附給您的夾鏈袋避光保存唷！
- **辛媽媽**：這樣我會忘記勒！
- **郝藥師**：可以參考藥袋上的指示唷，白色這一種是要冰的，紅色蓋子是要避光保存的。如果知道，請您再講一次給我聽，謝謝！

請問大家：

藥袋或藥品包裝上有
哪些標示？



妳注意到藥袋上的標示了嗎？

●			● 00000000 醫院			● 		
●			● 00市00區XX街ggg號			● 開口在此		
● 日期：		● 藥袋數：		● 床位：		●		
● 病歷號：		● 姓名：		● 性別：		● 年齡：		● 領藥號：
● 用法/用量：			●			● 配藥天數：		
● 藥名：		●			● 作用：			
● 藥品商品名								
● 藥品單位含量與數量								
●								
● 特殊注意事項：(副作用)								
●								
● 處方醫師：			● 調劑藥師：			● 覆核藥師：		
●								
●								

請核對藥袋姓名，當面點清藥品數量及種類

妳注意到藥袋上的標示了嗎？

(用藥指示)

- 1.飯前：吃飯前一小時或飯後二小時
- 2.飯後：吃飯後三十分至一小時或與食物一起服用
- 3.懸浮水劑使用前請搖勻
- 4.同一眼睛使用兩種眼藥水，請間隔5分鐘
- 5.同一部位使用藥水與藥膏，請先用藥水再用藥膏

(注意事項)

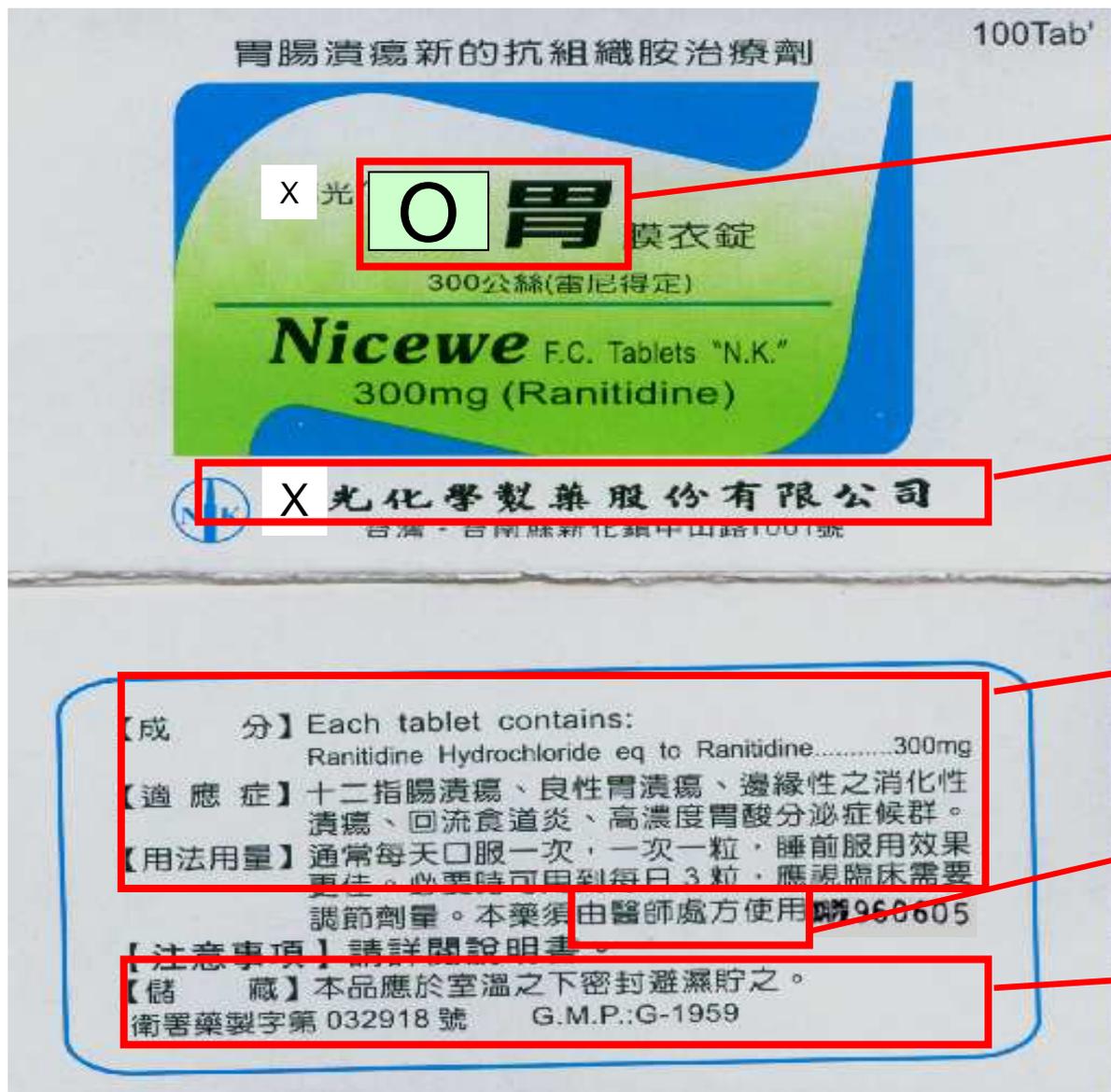
警語

- 1.請核對藥品使用方法，外用藥切勿吞服；並請保留藥袋至藥品用完。
- 2.請注意藥品之有效期，未標示有效期之藥品，其效期為兩個月。
- 3.藥品請放置乾燥陰涼處，如發現變質或過期，切勿服用。
- 4.請遵照醫師指示服藥，切勿擅自增減藥量或停藥，並請遵照醫師指示定期回診；藥品服用中若有不適之症狀，請儘速回診。
- 5.切勿讓孩童取得本藥，也不將本藥交給他人服用，以免發生意外。
- 6.用藥如有疑問，請撥本院總機 (00)0000-0000轉XX00，00XX (藥劑部)查詢。
- 7.本院電話語音預約掛號專線 (00)25XX-XXXX 網址：www.XXX.edu.tw

(用藥指示)

- 1.飯前：吃飯前一小時或飯後二小時
- 2.飯後：吃飯後三十分至一小時或與食物一起服用
- 3.懸浮水劑使用前請搖勻
- 4.同一眼睛使用兩種眼藥水，請間隔5-10分鐘
- 5.同一部位使用藥水與藥膏，請先用藥水再用藥膏

妳有仔細看過藥品包裝上的標示嗎？



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

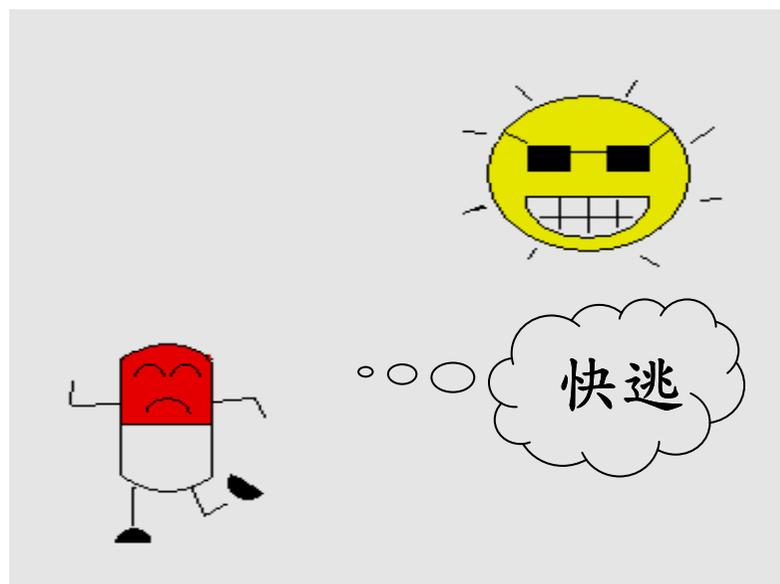
製造日期或批號
許可證字號
保存期限

藥品的保存 — 正確的貯存條件

@避光

@避熱

@防潮



放在小孩拿不到的地方



選擇成藥/指示藥的原則

■ 有無衛生署核准字號？

□ 衛生署成製字第XXXXXX號

■ 國內製造許可之成藥

□ 衛生署藥製字第XXXXXX號

■ 國內製造許可之指示藥或處方藥

□ 衛生署藥輸字第XXXXXX號

■ 國外輸入許可之指示藥或處方藥

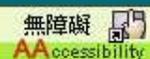
行政院衛生署
DEPARTMENT OF HEALTH, EXECUTIVE YUAN, ROC

MEDICATION INFORMATION

藥物資訊網

一般民衆

醫藥專業人員



Copyright© 2008 行政院衛生署
建議使用瀏覽器IE6.0以上版本

衛生署地址：台北市塔城街36號 | 衛生署藥政處：台北市林森北路80號
最佳瀏覽畫面設定 1024 * 768

- 電子報
- 影音區
- 用藥安全
- 用藥諮詢

藥物安全紅綠燈
據香港衛生署於98年4月28日發布新聞及...

藥物資訊

整合查詢
MEDICATION INFORMATION
INTEGRATION SEARCH

- 藥政法規查詢
- 務必告知患者用藥資訊查詢
- 許可證查詢
- 廣告核准查詢
- 藥物外觀辨識查詢
- 違規藥物、化粧品廣告民眾查詢
- 中英文藥袋藥品查詢
- 違禁藥查詢
- 本署核准中藥查詢
- FDA查詢
- PubMed查詢
- 藥品交互作用查詢

許可證查詢

一般查詢

進階查詢

尋找： 許可證字號 為 042525 查詢

查詢結果 (共 1 筆)

編號	中文藥名	英文藥名	申請商	有效日期	資料
1	克補鐵膜衣錠	STRESSTABS PLUS IRON F.C. TABLETS	臺灣惠氏股份有限公司	2013-08-12	開啟

[頁面檢索：1]

網址(D)

藥

藥物

藥物
據香
布新

藥
整合
MEDIC
INTEGR

- ▶ 藥
- ▶ 打
- ▶ 管
- ▶ 言
- ▶ 展
- ▶ 藥
- ▶ 效
- ▶ 目
- ▶ 中
- ▶ 效
- ▶ 本
- ▶ FDA查詢

克補[®]
十鐵 膜衣錠

完成

網際網路



網際網路

正確用藥需具備的第二個能力是：

看清楚藥品標示

- (一) 姓名
- (二) 藥品怎麼使用
- (三) 此藥品可以治療我這次看的病
- (四) 藥品名稱和外觀對不對
- (五) 副作用或不舒服
- (六) 注意事項
- (七) 使用多久
- (八) 藥品保存期限與方法
- (九) 如果是自己買成藥，要檢查包裝上有沒有衛生署核准藥品許可證字號

○○○醫院 TEL: (○○)○○○-○○○ 藥物諮詢專線: 0900-411-005

調劑日期: 91-12-10
Dispense Date

1 處方醫師: 林醫師 領藥序號: 99959
Prescription No.: A123456789 Doctor

姓名: 李病人 性別: 男 年齡: 30
Name Sex (M/F) Age

藥品名稱 Brand Name	單位/含量 Contents	數量 Quantity	天份
PRINFERAN	顆 / 0.5mg	2	3天份

用法 Use Instructions	其他使用指示 Other Instructions
每日三餐後及睡前	服用後二小時內，請勿開車

適應症狀 Indications	副作用 Major Side Effects
止痛、解熱	嗜睡

詢問藥師用藥的相關問題～

- **辛媽媽**：請問小朋友的藥水，可以和牛奶一起喝嗎？
- **郝藥師**：有些藥品不可以唷，牛奶可能會影響藥品的療效，讓藥品沒有效果，所以還是建議要配開水唷！



詢問藥師用藥的相關問題～續

- **辛媽媽**：請問我吃感冒藥還可以餵小朋友吃奶嗎？
- **郝藥師**：現在有建立授乳期間的藥品安全性等級，我幫你查查看（查閱資料中）。
- **辛媽媽**：什麼是授乳期間的藥品安全性等級？
- **郝藥師**：依照藥品分級來判斷媽媽服用哪些藥物時，就不能餵小嬰兒母乳。一般是建議媽媽先餵完母乳後，媽媽再吃感冒藥；或是確定小朋友需長時間睡眠時，媽媽再服藥，若感冒中最重要嗜睡成分藥品，則不建議使用。不是要請醫師判斷媽媽您的感冒是不是一定要吃藥！

請問大家：

您清楚正確用
藥方法及時間
嗎？





正確用藥需具備的第三個能力是：

清楚用藥方法、時間

- 服藥應依藥袋標示的時間，口服藥品應以足量的開水服用
 - 不要以葡萄柚汁、牛奶、茶、果汁、咖啡等飲料配合服用
- 有特殊情形應遵醫囑或藥師指導服用
 - 例如：利尿劑最好不要在睡前服用
- 兩種以上眼藥水，請間隔**5-10**分鐘使用
- 外用藥膏不得吞服或塗抹於眼睛



正確用藥需具備的第三個能力是：

清楚用藥方法、時間

■ 每日服藥時間，一般可分為

一天四次：於早、中、晚三餐及睡前，共四次

一天三次：於早、中、晚三餐時間

一天二次：於早餐及晚餐時間

一天一次：每日的固定一個時間

■ 飯前與飯後服藥時間標準

□ 飯前（空腹）：吃飯前一小時或飯後二小時

□ 飯後：吃飯後三十分至一小時或與食物一起服用



一天使用四次與每六小時 使用一次的差別

- 不同目的：

- 一天四次：症狀治療

- 例如：止痛藥、鎮咳藥

- 每六小時一次：維持穩定血中濃度

- 例如：抗生素



忘了服藥怎麼辦？

- 症狀緩解的藥品(如止痛藥、鎮咳藥)
 - 忘了服藥沒有關係
- 治療或預防的藥品(如高血壓、糖尿病用藥)
 - 若在短時間內想起立即服用
 - 若接近下次服藥時間(超過兩次服藥時間的中點)，則跳過不用，下次恢復正常時間服藥(除非有醫師特別指示，勿使用雙倍量)

忘了服藥怎麼辦？

正常服
藥時間

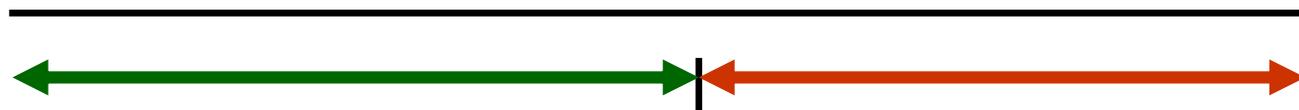
8:00

二次給藥
時間中點

10:00

正常服
藥時間

12:00

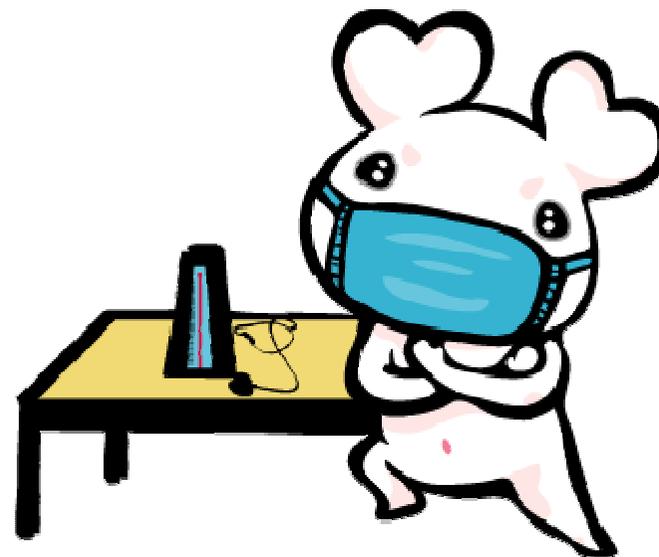


此時可補服

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

故事要從鍾媽媽的用藥經驗
說起……



聽說有很神奇的減肥產品， 想去買～

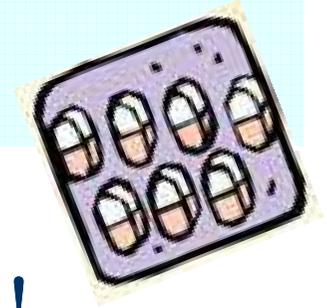


- **鍾媽媽**：藥師，我聽說有一種神奇的產品，對更年期女性荷爾蒙失調、肥胖都有效，我有一個朋友吃一個禮拜就瘦了三公斤，你這邊有沒有賣呢？
- **郝藥師**：請問媽媽，你朋友的藥是從哪裡拿到的呢？
- **鍾媽媽**：我鄰居去國外買回來吃說有效，就報給我知了，我本來要託她買！不過她最近沒出國。
- **郝藥師**：出國買藥是一個很危險的用藥行為，買藥通常要認明藥品許可證字號才安心，但是很多人對於國外的藥物標示通常沒看懂就買，來歷不明的藥物吃了會有什麼副作用，還不知道，最好不要去嘗試唷！

聽說有神奇的減肥產品，想去買～續

- **鍾媽媽**：那我今天在電視購物台上，看到一個知名女明星說，有一款減肥藥，改善了她的失眠啊；也讓她變瘦了，效果很強呢！有知名女星代言，應該是不會騙人啦！
- **郝藥師**：其實，這種具有療效的藥是屬於處方藥，是禁止廣告的，必須經過醫師開處方才能使用。另外啊，更年期的身心反應有很多原因，建議你去婦產科或更年期門診看一下，不要隨便聽人家說有效就買來吃。

鍾媽媽想將大兒子之前的感冒藥給小兒子吃～



- 地點：家中
- 小兒子：媽媽，我感冒流鼻水，好不舒服喔！
- 鍾媽媽：上次哥哥感冒時，醫師開的藥還有剩下，先拿去吃啦。
- 小兒子：媽媽，上次藥師來學校宣導，有說不可以吃別人的藥，他說適合甲病人的藥，不一定適合乙病人，而且感冒的病毒不一定是同一種，不可以自己當醫生，決定自己要吃什麼藥！所以趕快帶我去看醫師啦！
- 鍾媽媽：這樣唷！你這孩子，你給媽媽上了一課呢！給你讀書還真有用！走，媽媽帶你去看醫師。

請問大家：

- 您曾經購買來路不明的藥品嗎？
- 您曾經推薦朋友購買藥品嗎？
- 您曾經把吃剩的藥給別人吃嗎？



正確用藥需具備的第四個能力是：

做身體的主人

- 為了自己的健康，不在不當場合購買藥品，如攤販，地下電台，遊覽車休息站等，購買藥品時要請教醫師或藥師，凡廣告內容太過神奇的產品，都要特別提高警覺，有病看醫生，用藥找藥師。



不聽



不信



不買



不吃



不推薦



全民防堵違規廣告

- 政府單位加強監督取締
- 消費者應對於廣告內容中宣稱可以「根治疾病」、「豐胸」、「壯陽」、「治療肝病」等誇大字眼及產品疑似違規廣告，請立即向行政院衛生署反映。
 - 違規廣告通報專線:0800-233-789 或
 - 不法藥物檢舉專線:0800-625-748 或
 - 通報信箱:100台北郵政5-63號信箱
 - 專用電子信箱:drug@doh.gov.tw

小朋友出現感冒發燒症狀， 鍾媽媽前往社區藥局購買感冒藥~

- **鍾媽媽**：藥師，我的小朋友感冒、流鼻水，我想買點感冒藥給他吃
- **郝藥師**：有量過體溫嗎？有沒有發燒？
- **鍾媽媽**：剛剛量過，體溫39度
- **郝藥師**：輕微感冒是可以多喝水、多休息，不用吃藥也會痊癒。小朋友有發燒，還是趕快去給醫生看，不要自己買藥，你帶她去看醫生比較好喔。

正確用藥需具備的第五個能力是：

與醫師、藥師作朋友

- 將你認識的藥師或醫師的聯絡電話記在緊急電話簿內，作為您健康諮詢電話，用藥上有任何問題，都可以請教您的醫師、藥師好朋友，或直接找藥袋上的藥師電話做諮詢。



找一家值得信賴的藥局

@ 健保特約藥局的標示

@ http://www.nhi.gov.tw/02hospital/hospital_7.htm#62

@ 藥師識別證



@ 掛在牆上的藥師執照

@ 照片核對





衛教時需額外準備的問題.....

1. 避孕藥（或調經）相關問題
2. 懷孕期用藥
3. 小兒用藥相關問題（服藥注意事項、疫苗）
4. 哺乳時用藥須知
5. 更年期用藥問題（例如：骨質疏鬆、荷爾蒙補充）
6. 美白、塑身相關問題



**Medication
Safety**
(用藥安全)

祝您
健康~

謝謝

感謝

■ 教材製作



財團法人奇美醫院柳營分院楊登傑藥師
黃獻民藥師



財團法人醫院評鑑暨醫療品質策進會