

第六章 藥怎麼吃

領到藥品時應核對藥品數量，問明白用藥方法、時間：

1. 口服藥品應以溫開水服用。
2. 服藥應依每日規定時間。
3. 飯前與飯後服藥時間標準化。
4. 不要以茶、果汁、牛奶、咖啡等刺激性飲料配服藥品。
5. 須按醫師、藥師指示的用法及劑量服用藥物；未經醫師指示，不可擅自改變藥品劑量或停藥。
6. 如果忘記服藥，想起時應立即服用，若已接近下次服藥時間，就不必再服。
7. 若覺得藥品沒有作用或發生任何異常狀況或副作用時，要立刻告知醫師或藥師。
8. 注意藥品名稱、警語及有效期限的標示。
9. 痊癒後之剩藥，不可任意服用或提供他人服用。
10. 有用藥問題一定要詢問醫師或藥師等專業人員。
11. 兩種以上眼藥水，應間隔5-10分鐘。
12. 外用藥膏不可吞服或塗抹眼睛。

用藥指示

1. 用藥時，首先要看清楚是內服藥還是外用藥
 - (1) 口服藥：要先確認服用方法，是整粒或半顆吞服、咬碎、口含、或加水稀釋...等。確認有否變質或過期。
 - (2) 外用藥：確認使用部位是皮膚、眼、耳、口、鼻、直腸、陰道或是吸入用。



- (3) 在使用藥品前要先洗淨雙手，避免污染藥品或傷口。
- (4) 懸浮液劑在使用前應先充分振搖。
- (5) 栓劑需冷藏才可維持其形狀，冷藏藥品要回復室溫才能使用。
- (6) 有蓋子的藥品，使用後須蓋緊。
- (7) 不可使用變質或過期的藥水。如眼藥水在開瓶後一個月，必須丟棄。
- (8) 不使用別人的藥品，以免交互傳染病菌或誤用藥物。

2. 服藥時間

(1) 服藥應依每日規定時間

每日四次：早、午、晚、睡前服用

每日三次：早、午、晚服用

每日二次：早、晚服用

每日一次：每天固定一個時間服用

(2) 飯前與飯後說明

飯前：飯前一小時內或與食物一起服用

飯前服用的藥物：易被食物影響吸收、腸胃刺激性小

飯後：飯後一小時內或與食物一起服用

飯後服用的藥物：可藉食物協助吸收、減少腸胃刺激

空腹：吃飯前一小時或飯後二小時

睡前：睡覺前半小時服用

(3) 一天四次與每六小時一次

不同目的：一天四次：症狀治療，例如：普拿疼





每六小時一次：維持固定血中濃度，例如：抗生素

3. 必須以白開水服藥

- (1) 有些藥物與果汁(如葡萄柚汁)或茶、咖啡、牛奶會發生交互作用，而影響藥效。
- (2) 服藥時不要躺著，避免藥物停留在食道時間延長而造成食道灼傷。

4. 如果忘記服藥要怎麼辦？

- (1) 症狀緩解的藥品：忘了服藥沒有關係(例如：止痛劑)。
- (2) 治療或預防用的藥品：如高血壓、糖尿病用藥，若是短時間內想起可立即服用；若已經接近下次服藥時間，就不要服用。
- (3) 睡前服用的藥物，若是白天才記起，就無需補服。

服藥警語

目前醫療院所及藥局的藥袋上都會註記包括用法、用量、副作用、適應症等警示。服藥前一定要詳讀藥袋或藥品說明書。

1. 副作用警示

- (1) 「服用本藥可能會導致嗜睡或頭暈」、「服藥後需開車或操作機械的人請小心」，表示使用這類藥物期間盡量避免從事需要精神專注的工作。





- (2)「服用本藥期間請勿飲用含酒精性飲料」表示可能藥效延長或嗜睡副作用。
- (3)「服藥期間應避免曬太陽」常見在磺胺類藥品及美白產品。

2. 特殊使用方法

- (1)「藥品請整顆吞服勿磨粉或嚼碎」表示藥物可能味道碎服用。
- (2)「需冷藏」表示藥物領回後，需放在冰箱下層冷藏。
- (3)「使用前請搖勻」常見於懸浮液藥品、胃乳、抗生素口服藥水或眼藥水。

3. 孕婦與哺乳

「懷孕、計畫懷孕或授乳的婦女請勿服用本藥」，表示此藥不適合懷孕或授乳之婦女服用。

4. 藥物交互作用

- (1)「若要服用鐵劑、制酸劑時，應該至少要相隔2小時」常見在Quinolones類抗生素藥物，因鐵劑、牛奶及制酸劑會影響藥物的吸收及藥效。
- (2)「勿併服葡萄柚汁」如鈣離子阻斷劑、巨環類免疫抑制劑及麥角鹼衍生物等與葡萄柚汁併服會影響藥物吸收與代謝。





第七章 藥品的保存與廢藥回收

藥品拿回家應放置固定的地方，避免遺失或變質，藥物貯存原則：

1. 避光、防潮、避熱儲存—浴室廚房又濕又熱的地方，藥品容易變質。家中陽光直射或光線較強的地方也不可貯存。
2. 宜放置陰涼處—暗處的抽屜或櫃子。
3. 需要冷藏的藥品—放置於冰箱冷藏室攝氏2-8°C之間。
4. 需要特別避光的藥物，如：某些眼藥水，用不透明塑膠袋來盛裝。
5. 置放於小孩碰觸不到的地方。
6. 內服藥品與外用藥品分開。
7. 不同藥品不要混雜在一起。
8. 將藥品連原包裝置於密閉容器中儲存。
9. 罐內所附的棉花和乾燥劑，開罐後就必須立刻丟。
10. 保留原包裝容器或藥袋的完整性，以易辨識。
11. 保留說明書、原包裝，以易於辨識。
12. 注意有效日期、用法及用量的相關資料。
13. 保存在玻璃容器比塑膠袋好。
14. 每年至少檢查家裏用藥一次，將廢藥拿到院所或社區藥局回收。





第八章 善用慢性病連續處方箋

什麼是慢性病連續處方箋？

慢性病連續處方箋是醫師診療慢性病人，對使用相同藥物達六個月且病情穩定者，醫師得開給慢性病患者的長期用藥處方箋。

慢性病連續處方箋可以使用多久？

這種處方箋有效期間為自醫師開給處方日起三個月內有效，病人可以分2-3次調劑領藥。

什麼人可以使用慢性病連續處方箋？

當慢性病患者羅有健保局公告的慢性病：如高血壓、高血糖、高血脂等，待病情穩定，經醫師評估用藥品項、劑量與病人服藥順從性良好等因素就可開立。

慢性病連續處方箋可以去哪裡領藥？

慢性病患者要等上次給的藥服用完之前七天內，才可拿處方箋與健保IC卡至原處方特約醫院、診所或者是在住家附近健保特約藥局調劑領藥。

服用藥物期間有不舒服的狀況怎麼處理？

當覺得服用藥品沒有作用或發生任何異常狀況或副作用時，要立刻告知醫師或藥師。並帶著原來的處方箋回到原診療院所就診與醫師討論。

開立慢性病連續處方箋有什麼好處？

憑慢性病連續處方箋可到原診療院所或健保特約藥局調劑領藥，可免掛號費、免藥品部分負擔，在住家或上班附近的健保特約藥局調劑領藥可免去醫院。



第九章 女性用藥——避孕藥的使用

口服避孕藥種類大致可區分單相混合型和多相混合型兩種。

1. 綜合型—含有雌激素(estrogen)與黃體素(progestin)兩種成份
 2. 單一成份—只含有黃體素。
- 混合型藥丸是指每粒藥都由上述兩種成份混合而成；
1. 其中每粒藥物劑量固定者，稱之為單相型；
 2. 另一種劑量呈二或三階段變化，稱為多相型。

避孕原理

口服避孕藥是低劑量人工合成的女雌激素

1. 主要的作用是抑制卵巢排卵，沒有卵子就不會受孕。
2. 改變子宮內膜，使不適於受精卵的著床。
3. 改變子宮頸黏液，使精蟲不易通過。

避孕效果

口服避孕藥的失敗率是0.1%。

優點

1. 正確的服用，避孕效果幾乎可達百分之百。
 2. 性交前不必再採取任何措施。
 3. 使月經規則，經血減少，同時可以減輕經痛。
 4. 適合於新婚以及未生育的婦女。
- 



缺點

少數人在服藥初期會有下列症狀：頭暈、嘔心或不舒服或點狀出血、體重增加。通常這些症狀在兩、三個月後就會消失。

注意事項

1. 有心臟病、糖尿病、高血壓、血管栓塞性病徵、肝臟機能障礙及曾患乳癌及生殖器癌症者，不能服用。
2. 餵母乳期間不能服用避孕藥。
3. 35歲以上，且抽菸習慣很重的人，最好不要服用。
4. 初次服用者，應先由醫師診療後再服用。
5. 必須記得每天服用，否則避孕會失敗。
6. 在應服的時間忘記服用，應照其說明的方法補服，或使用其他避孕措施。
7. 開始服用後三個月要複診，以後每六個月定期作婦科檢查。
8. 服用避孕藥期間，併服Ampicillin會導致避孕無效。



第十章 你的好厝邊——社區藥師藥局

社區藥局是專業藥師經營的藥物販售及調劑供應的場所，能提供最新藥物資訊與安全用藥的常識。提供指示藥品幫助民眾自我健康用藥照護，協助民眾家庭用藥整理，是社區民眾藥物提供的 7-11，是社區的健康中心。其功能如下：

- 1.調劑處方——確認醫師處方內容 建立藥歷資料檔 調配處方教導 正確用藥 避免重複用藥
- 2.藥物供應——提供處方調劑藥物 指示藥品 健康食品 保健食品
- 3.藥事照護——慢性病連續處方箋調劑 藥物整理 處方內容判讀
- 4.用藥諮詢——醫藥資訊 知藥的權利 安全用藥 藥物衛教
- 5.健康諮詢——保健關懷 傳染病防治 就醫指導 戒菸諮詢 減重諮詢 性健康諮詢 藥物濫用諮詢
- 6.提供知藥、安全、方便、省時、省錢、有效的藥事服務

非處方藥（OTC：Over the Counter）就是藥品分類中的指示藥及成藥，不需要醫師處方箋就可以在社區藥局中取得。

藥品特性：安全、有效、方便，適用於預防、緩解症狀，可以由藥師指示用法、或依藥品說明書及標籤說明使用民眾可自行購買服用。





第十一章 藥袋和藥品的標示

醫事服務機構對於診療之病人交付藥劑時，應於容器或包裝上載明病人姓名、性別、藥名、劑量、數量、用法、作用或適應症、警語或副作用、醫療機構名稱與地點、調劑者姓名及調劑年、月、日。

看清楚藥袋、藥品標示

1. 清楚的藥袋標示可以幫助病人正確使用藥品、瞭解藥品效用及降低副作用的傷害。當找不同醫師看病時，可幫助醫師開立正確處方。
2. 核對藥袋上藥品名稱、藥品單位含量、數量與使用方法及用量，及藥袋內藥品標示之名稱、數量是否相同。
3. 從原藥袋取出藥後，應再放回原藥袋內。注意一次取出多種的藥品來核對，放回藥袋時可能裝錯藥袋，就可能吃錯藥。
4. 發現藥品與以前不同，可能是醫師改變處方或廠牌改變，但也有可能是錯誤，應先詢問藥師，清楚後再用藥。
5. 知道為什麼要用這個藥品—所使用的藥名、用途、成份及含量。使用含量不對的藥品可能無效或過量。
6. 知道如何使用這個藥品—劑量（一次吃幾粒）、頻率（多久吃一次）、什麼時間用藥、療程要吃多久、以及給藥途徑。
7. 不要由藥品外觀直接判斷用法：錠劑、膠囊不一定是口服，瓶裝的液劑有可能是點眼、注射或口服滴劑，一定要看清楚說明再使用。
8. 知道用藥後預期的反應、療效、副作用、注意事項。

