

Chương 1 Thuốc là gì (第一章 藥是什麼)

Tất cả các chất hay hợp chất có thể ngăn ngừa, giảm nhẹ hoặc loại bỏ các tác động của bệnh tật đối với cơ thể con người, nhằm phụ hồi hoặc gia tăng chức năng cơ thể, hay dùng để hỗ trợ chẩn đoán bệnh tật, thì đều gọi là Thuốc.

Có câu “Thuốc chính là độc”, bất kể là thuốc Đông y, hay thuốc tây. Vì khi thuốc đã uống vào bụng rồi, thì dù là thuốc Đông hay Tây y cũng đâu có gì khác nhau, đều theo chân lý “Thuốc có thể trị bệnh, cũng có thể gây bệnh”, thuốc là con dao hai lưỡi, nên sử dụng thuốc phải có dược sỹ bốc thuốc hoặc chỉ dẫn thì mới an toàn.

Phân loại thuốc (藥品分類)

1. Căn cứ vào ngoại hình của thuốc: Chia thành thuốc tiêm, thuốc uống, thuốc bôi, và thiết bị điều trị.
2. Phân cấp thuốc trong nước: Chia thành 【Thuốc theo toa】, 【Thuốc chỉ định】, 【Thuốc thành phẩm】

Thuốc theo toa: Không cần bác sỹ kê đơn thuốc, có thể đến Hiệu thuốc trong khu dân cư để mua; Dược sỹ sẽ căn cứ vào chỉ dẫn cách sử dụng theo hướng dẫn của sản phẩm thuốc.

Thuốc chỉ định: Không cần bác sỹ kê đơn thuốc, có thể đến Hiệu thuốc trong khu dân cư để mua; Dược sỹ sẽ căn cứ vào chỉ dẫn cách sử dụng theo hướng dẫn của sản phẩm thuốc.

Thuốc thành phẩm: Có thể đến siêu thị hoặc hiệu thuốc để mua thuốc loại B, hoặc đến hiệu thuốc của khu dân cư để mua thuốc loại A và B; người mua tự chọn loại thuốc cần dùng, và sử dụng thuốc theo hướng dẫn trên bao bì đóng gói thuốc.



Chương 2 Khi bị bệnh, làm thế nào để tự dùng thuốc trị liệu đúng cách (第二章 生病時 如何自我健康用藥照護)

Khi bị bệnh phải làm thế nào? Rất nhiều người đều sẽ đi khám bệnh, nhưng đối với một số bệnh nhẹ thông thường như dưới đây, thì có thể đến hiệu thuốc gần nhà để hỏi dược sỹ và mua uống thuốc tự điều trị.

Cảm cúm (感冒)

Nguyên nhân gây bệnh phần lớn do Vi-rút, ảnh hưởng chủ yếu đến hệ hô hấp với các triệu chứng chính như: chảy nước mũi, ngạt mũi, đau họng, ho, thậm chí còn kèm theo sốt, v.v... Bệnh nhân cúm cần uống nhiều nước, chú ý nghỉ ngơi, và có thể đến hiệu thuốc gần nhà mua thuốc cảm cúm để uống.

Không có thuốc đặc hiệu trị cảm cúm, mà hầu hết các trường hợp bị bệnh chỉ cần uống thuốc theo chỉ định của dược sỹ là được.

Nếu có triệu chứng khác thường ở khắp cơ thể, thì có thể là bệnh cúm truyền nhiễm hoặc cúm mùa, lúc này bắt buộc phải đến cơ sở y tế khám, để được chữa trị và uống đúng thuốc.

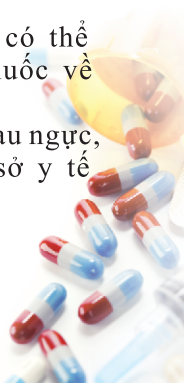
Đau nhức (疼痛)

Trong cuộc đời ai chả có vài lần đau chỗ này nhức chỗ nọ, từ đau đầu, đau răng, đau bụng, đau dạ dày, đau bụng kinh, đau cơ bắp, v.v...

Nếu thuộc loại “đau nhức cấp tính” do vết thương gây nên, thì chỉ cần điều trị khỏi bệnh tật hoặc vết thương là nguyên nhân gây đau nhức, thì sẽ hết đau đớn.

Nếu bạn bị đau đầu, đau bụng kinh, đau răng, thì có thể đến hiệu thuốc gần nhà để hỏi dược sỹ và mua thuốc về uống là sẽ giảm nhẹ cơn đau.

Nếu cảm giác đau nhức xuất hiện liên tục, như đau ngực, đau đầu, đau dạ dày trầm trọng, thì phải đến cơ sở y tế khám, để được chữa trị và uống đúng thuốc.



Sốt (發燒)

Nếu nhiệt độ cơ thể bạn cao quá 38°C, thì gọi là bị sốt. Hiện tượng sốt là do hệ miễn dịch của cơ thể đang cố gắng tiêu diệt những mầm bệnh, độc tố gây viêm nhiễm trong cơ thể, đồng thời tiến hành phục hồi những tổn thương mà mầm bệnh gây nên.

Nguyên nhân gây sốt có thể là do các bệnh cảm cúm, vi khuẩn, vi-rút lây nhiễm; nhưng cũng có khi là do vận động mạnh, do thời tiết nóng nực khiến nhiệt độ cơ thể tạm thời lên cao, thì chỉ cần nghỉ ngơi một lúc là có thể trở lại bình thường.

Nếu nguyên nhân sốt là do bệnh tật gây nên, thì phải uống thuốc hạ sốt, chú ý nghỉ ngơi, và uống nhiều nước. Có thể dùng gói (khăn) lạnh đắp ở trán hoặc sau đầu, đồng thời mặc quần áo thoáng mát, để cho hơi nóng trong người giảm đi.

Nếu sau khi uống thuốc hạ sốt 4-6 tiếng, mà lại phát sốt trở lại, thì có nghĩa là bệnh vẫn chưa thuyên giảm, cần phải đến cơ sở y tế cho bác sỹ khám và điều trị.

Ghê cổ, buồn nôn (Mắc ói) (噁心、嘔吐)

Ghê cổ, buồn nôn là tình trạng cơ thể khó chịu rất thường gặp. Thông thường tình trạng này không nặng lắm, có thể ở nhà nghỉ ngơi, tự chăm sóc và tránh mất nước.

Nếu ghê cổ, buồn nôn do dịch tiết a-xít của dạ dày quá nhiều, thì có thể uống thuốc kiềm chế a-xít, đồng thời tránh uống sữa, trà, cà phê và những loại đồ uống có tính a-xít khác.

Nếu bạn dễ bị chóng mặt dẫn đến ghê cổ, buồn nôn đi tàu xe, máy bay, thì trước khi lên xe nửa tiếng đồng hồ, có thể uống thuốc chống say để khắc phục tình trạng này.

Nếu ghê cổ, buồn nôn do có thai, thì không được tự ý uống bất kỳ loại thuốc nào; trừ khi tình trạng đó ảnh hưởng đến sinh hoạt và dinh dưỡng của thai phụ cũng như sự phát triển của thai nhi, thì mới được uống những loại thuốc do bác sỹ chỉ định.

Táo bón (便秘)

Táo bón là bệnh “văn minh” mà con người trong xã hội hiện đại thường mắc phải, nguyên nhân do áp lực lớn trong công việc, tinh thần và đời sống, cộng thêm ít vận động, ăn uống không cân đối, nhưng cũng có thể do bệnh tật hoặc tác dụng phụ của thuốc gây nên.



Nếu là do thói quen ăn uống, áp lực tinh thần gây nên bị táo bón, thì cách điều trị chủ yếu là thay đổi thói quen ăn uống sinh hoạt, như ăn nhiều rau xanh, uống nhiều nước, siêng tập thể dục, v.v..., nhằm kích thích sự co bóp của dạ dày.

Tạo thói quen đi đại tiện đúng giờ.

Nếu bị táo bón do bệnh tật hoặc tác dụng phụ của thuốc gây nên, thì có thể đến hiệu thuốc gần nhà để mua thuốc làm mềm phân về sử dụng, nhưng không nên lạm dụng và ý lại vào thuốc, tránh ảnh hưởng đến chức năng co bóp của dạ dày đường ruột, hoặc bỏ qua nguyên nhân thực sự của hiện tượng táo bón, làm lỡ việc điều trị bệnh.

Ỉa chảy (腹瀉)

Nguyên nhân dẫn đến ỉa chảy có thể do vi khuẩn, vi-rút, ngộ độc thuốc hoặc thực phẩm, hoặc do đường ruột hấp thụ không tốt gây nên.

Nếu bị ỉa chảy mức độ nhẹ, có thể tự đến hiệu thuốc gần nhà để mua thuốc ỉa chảy hoặc thuốc đường ruột về sử dụng, đồng thời cần uống nhiều nước để tránh hiện tượng cơ thể mất nước, và chú ý ăn uống thanh đạm.

Nếu bị ỉa chảy kéo dài, hoặc kèm theo sốt, nôn thốc nôn tháo, đại tiện ra máu, thì phải lập tức đi khám ngay, để bác sỹ kiểm tra nguyên nhân và cho uống thuốc ỉa chảy cùng các loại thuốc cần thiết khác.

Nếu tình trạng ỉa chảy có giảm nhẹ, thì có thể ngừng sử dụng thuốc ỉa chảy, nhưng vẫn phải uống nhiều nước để bổ sung điện giải, cần ăn đồ ăn dạng lỏng, để đường ruột được nghỉ ngơi.

Trong cuộc sống thường ngày, cơ thể chúng ta thường gặp phải những bệnh tật vặt vãnh hoặc có khi cảm thấy khó chịu, nếu tình trạng bệnh nhẹ và không kéo dài, thì có thể đến hiệu thuốc tại khu dân cư để hỏi được sỹ và mua thuốc về uống, tự chăm sóc bản thân; nhưng nếu đã uống thuốc mà bệnh trạng vẫn không thuyên giảm, mà còn trở nên trầm trọng hơn, thì phải mau chóng đến cơ sở y tế khám, để được bác sỹ chẩn đoán và kê thuốc sử dụng.



Chương 3 Làm quen với các hướng dẫn trên túi thuốc

(第三章 認識藥袋標示)

Khi người bệnh đến lĩnh thuốc tại quầy, dược sỹ phát thuốc sẽ hướng dẫn và chỉ định người bệnh cách dùng thuốc. Nếu do thời gian gấp gáp dược sỹ không thể giải thích rõ ràng được, hoặc người bệnh quên mất nội dung giải thích, thì hãy đọc hướng dẫn sử dụng in trên bao(túi) đựng thuốc, để đảm bảo sử dụng thuốc an toàn. Có một số bệnh viện còn in cả thời gian biểu dùng thuốc ở trên túi thuốc, rất tiện lợi cho việc sử dụng thuốc đúng cách.

健康綜合醫院
地址: 雲林縣斗六市幸福街168號
藥物諮詢電話: 05-6543210-2130

領藥號碼 No.

姓名: 金大風 (Name)	生日: 1955/09/09 (Date of Birth)	性別: 男 (Sex)	調劑日期: (Dispense Date)
病歷號碼: 123456 (Chart No.)	年齡: 54 (Age)	體重: (Body Weight)	2010/02/22
科別: 胃腸科 (Department)	醫師: 許求發 (Doctor)	代號: 157 (Dr. Code)	藥師 張淳淳 (Pharmacist)

【藥名】 A.M.D tab---Al(OH)3 gel 334mg+MgO 42 PC
77247#5 166mg+Dimethicone 36.7mg/tab
商品名: A.M.D 愛姆得
廠牌: 溫士頓

【使用方法】 內服藥, 口服 2-5
每天3次・三餐飯後服用 每次1粒・14天份

【臨床用途】 1 緩解胃部不適或灼熱感 2 胃酸過多 3 消化不良 4 解除脹氣, 解除脹氣, 緩解氣脹相關症狀

【注意事項】 請嚼碎後吞服

【副作用】 便秘・腹瀉・噁心・嘔吐

【藥品外觀】 白/綠色・圓形・雙層錠・一面有刻痕, 另一面有310, WINST ON字樣

本品建議在 2010/03/29 前用完

早上 	中午 	晚上 	睡前 	飯前 	飯後 
---	---	---	---	---	---

請詳閱背面注意事項, 如需注射請將藥交給注射室醫護人員。

注意事項(或警語):

1. 請核對姓名, 保留藥袋至藥品用完。
2. 請當面點清藥品種類及數量。
3. 請依照醫師指示用藥, 切勿過量, 請以白開水配藥服用。
4. 藥品應置乾燥及小孩不易取得之處。
5. 誤食或服用過量, 請立即與醫院聯絡。
6. 用藥後, 若有任何不適, 請盡快回診或電話告知醫師或藥師。

用藥指示:

- 飯前: 飯前1小時服用
飯後: 飯後1小時服用
睡前: 睡前半小時服用
4每天4次: 早上・中午・晚上及睡前服用
5每天3次: 早上・中午・晚上服用(便)用
6每天2次: 早上・晚上服用(便)用



健康綜合醫院
地址：雲林縣斗六市幸福街168號
藥物諮詢電話：05-6543210-2130

領藥號碼 No. **10102**

姓名：王友志 (Name)	生日：1976/05/10 (Date of Birth)	性別：M (Sex)	調劑日期：2010/03/04 (Dispense Date)
病歷號碼：123456 (Chart No.)	年齡：33 (Age)	體重：25502 (Body Weight)	藥師：張澤淳 (Pharmacist)
科別：胃腸科 (Department)	醫師：許來發 (Doctor)	代號：25502 (Dr. Code)	

(Drug Name) B4: Cimetidine 200mg/tab
81598#1 Trade Name: Gastrodin
Manufacturer: 優良化學

(Usage) medicine · oral use 2-1
three times a day, after meals, 1 piece each time, 7 day(s)

(Indication) 1 Gastric ulcer 2 "Duodenal ulcer, Gastric hypersecretion"
(Notice) Continue medication for full time of treatment.
(Appearance) pale yellow-green · round · Tablet · graved with UL and 024

☐ 早上	☐ 中午	☐ 晚上	☐ 睡前	☐ 飯前	☐ 飯後

請詳閱背面注意事項，如需注射請將藥交給注射室醫護人員。

注意事項(或警語)：

- 請核對姓名，保留藥袋至藥品用完。
- 請當面點清藥品種類及數量。
- 請依照醫師指示用藥，切勿過量，請以白開水配藥服用。
- 藥品應置乾燥及小孩不易取得之處。
- 誤食或服用過量，請立即與醫院聯絡。
- 用藥後，若有任何不適，請盡快回診或電話告知醫師或藥師。

用藥指示：

- 飯前：飯前1小時服用
- 飯後：飯後1小時服用
- 睡前：睡前半小時服用
- 每天4次：早上、中午、晚上及睡前服用
- 每天3次：早上、中午、晚上服(使)用
- 每天2次：早上、晚上服(使)用

Сử Y tế Viện hành chính quy định, túi thuốc phải có 12 hạng mục dữ liệu và nội dung tư vấn như sau :

- | | |
|----------------------------|-------------------------------|
| 1. Họ tên người bệnh | 2. Giới tính người bệnh |
| 3. Tên thuốc | 4. Liều lượng thuốc |
| 5. Số lượng thuốc | 6. Cách dùng, lượng dùng |
| 7. Chỉ định hoặc tác dụng | 8. Cảnh báo hoặc tác dụng phụ |
| 9. Địa chỉ hiệu thuốc | 10. Tên hiệu thuốc |
| 11. Họ tên người bốc thuốc | 12. Ngày bốc thuốc |

Nội dung tư vấn (諮詢項目) :

- | | |
|-------------------------|---------------------------------|
| 1. Tư vấn về thuốc | 2. Chỉ định dùng thuốc |
| 3. Những điều cần chú ý | 4. Điện thoại của cơ sở, đơn vị |

Chương 4 Khi đi khám bệnh, làm thế nào để trình bày với bác sỹ

(第四章 看病時如何向醫師說清楚)

Khi đi khám bệnh, cần nói cho bác sỹ biết những hạng mục dưới đây :

1. Miêu tả triệu chứng của bản thân : Bộ phận nào khó chịu, tình trạng khó chịu ra sao, thời gian xảy ra triệu chứng khó chịu, v.v...
2. Tiền sử bệnh tật : Bao gồm đã từng phẫu thuật, nằm viện, kết quả xét nghiệm y học, có bị tiểu đường, cao huyết áp, bệnh gan, bệnh thận, và các bệnh di truyền không.
3. Bạn có từng bị dị ứng hoặc có phản ứng khác thường đối với loại thuốc nào, hoặc có thói quen ăn uống đặc biệt nào không.
4. Loại thuốc hiện đang sử dụng : bao gồm thuốc điều trị bệnh mãn tính, thuốc đông y, vi-ta-min, thuốc tránh thai, thuốc giảm béo, thực phẩm chức năng, thực phẩm đặc biệt.
5. Trong vòng vài tuần gần đây, bạn có sử dụng các loại thuốc khác không : Vì có một số loại thuốc sau khi uống vào sẽ có tác dụng rất lâu, và sẽ ảnh hưởng đến loại thuốc mà hiện nay bạn cần sử dụng.
6. Bạn có các bệnh tật khác không : Vì có những loại bệnh tật sẽ ảnh hưởng đến tác dụng của thuốc đối với cơ thể ; ví dụ như nếu chức năng gan không tốt thì sẽ kéo dài thời gian thuốc được bài tiết ra khỏi cơ thể hoặc sẽ làm tăng độc tính của thuốc.
7. Bạn có đang cho con bú không : Vì có một số thuốc sẽ tiết ra theo đường sữa mẹ.
8. Bạn có kế hoạch phẫu thuật hoặc điều trị gì khác không : Vì có một số loại thuốc sẽ ảnh hưởng đến sự đông máu hoặc ảnh hưởng đến kết quả xét nghiệm.
9. Sắp tới bạn có phải tham gia kỳ thi nào, hay phải thao tác máy móc hoặc lái xe không : Vì có một số loại thuốc sau khi uống vào sẽ khiến người bệnh buồn ngủ, làm giảm sức chú ý và khả năng phản ứng của người bệnh.