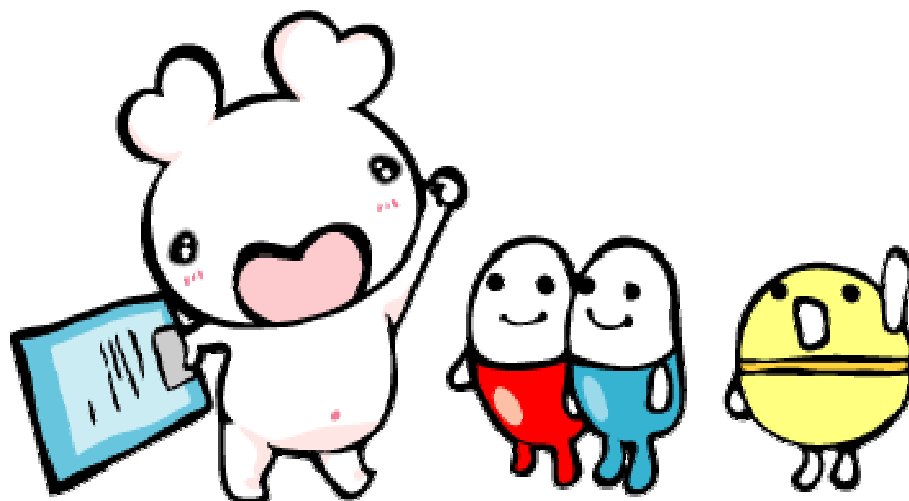


藥很大

正確用藥五大核心能力

- 說 清 楚
- 對 明 白
- 用 正 確
- 愛 自 己
- 交 朋 友



故事要從
心寶的用藥經驗
說起……



故事是這樣開始的…

這是個連續陰雨難得放晴的日子，心寶卻起床就感覺不舒服。



「好像感冒了，多喝水、多休息，過幾天就會好吧！」心寶自己安慰的說著，也不以為意。

起床後…

心寶想起之前逛街的時候，有人向他推銷一罐保健食品，說是可以增加免疫力。

「年輕人，這產品我吃三年了，這幾年都不曾生過病唷！」那個推銷員當時是這樣說的。

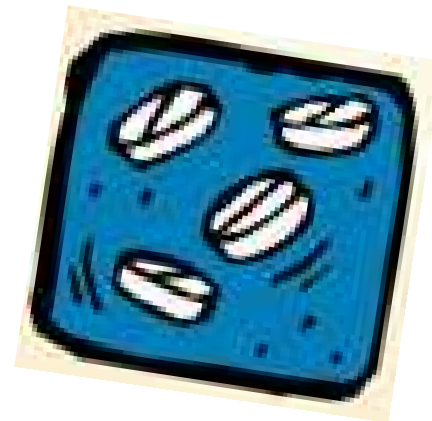


因為效果神奇，材料又是純天然的，他記得自己立刻買了一罐呢！

心寶開始東翻西找…

他在廚房的櫃子裡，找到那罐保健食品，
照著瓶身上的說明，配著開水吞了
兩顆。

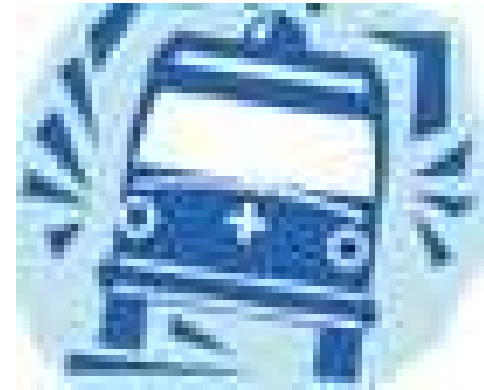
「這樣就會沒事了吧！」
他安慰著自己。



就這樣一個禮拜後…

心寶開始覺得身體虛弱，不得已，他到診所去看病。

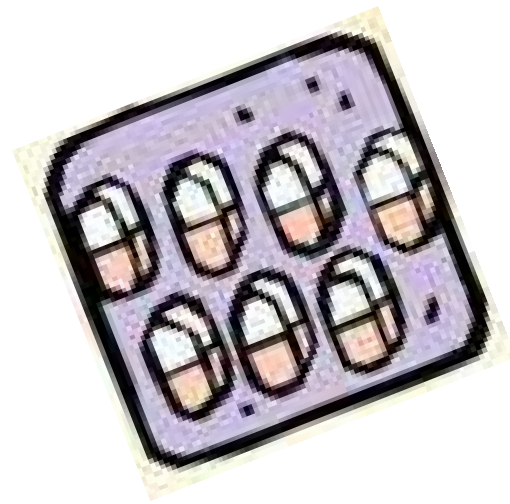
醫師簡短問了他幾個問題，他也只用「有、沒有」兩種回答應付過去，不想多說！



領了藥之後…

心寶把藥從一大疊藥袋中倒出來，把藥袋丟進垃圾桶時，心裡還嘀咕著：

「明明就只有一點點，幹嘛裝了一大袋？」



最近…

為了考試，心寶常常廢寢忘食。他的藥被書本擠到包包的深處。

「吃飯都忘了，誰還記得吃藥呢！？」他想著。把藥從書包裡拿出來，每天只有出門前與回家後吃藥。

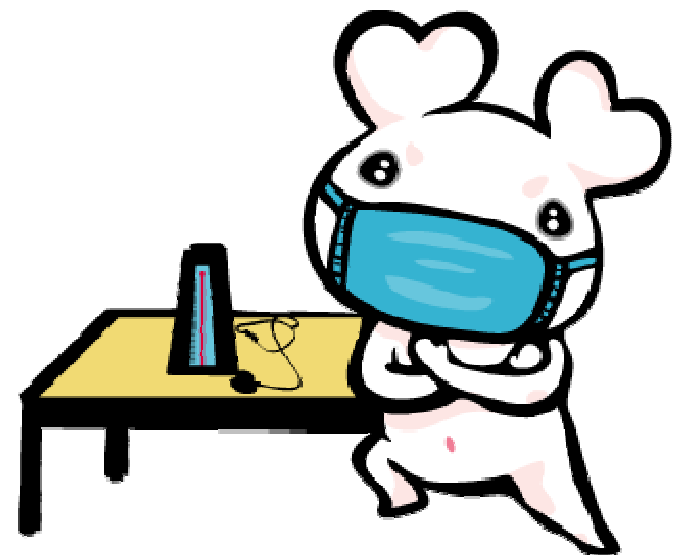


又過了一個禮拜後…

最近心寶咳嗽不止，還有痰，心寶的母親擔心他得了新型流感，帶著他到診所去看診。

醫師用聽診器邊聽胸音邊皺眉著說：「再不治就要變成肺炎了！」

醫師加開了另一種藥，叮嚀他要按時服用。



領藥囉...



由於趕著去補習，心寶拿了藥，等不及藥師說完話就匆匆忙忙離開。

「等下去補習班，坐車要20分鐘，沒時間吃飯了，就喝珍珠奶茶吧！」他心裡盤算著。



到了補習班...



心寶一面感動自己的勤學，一面打開珍珠奶茶。突然瞥見書包裡剛領的藥，想起剛剛匆忙間聽見媽媽叮嚀要按時吃藥。

「都這麼嚴重了，還是乖乖吃藥吧！」新寶拿了藥，就混著手中的珍珠奶茶吞下去。

又一個禮拜過去了…

心寶病情沒有好轉，醫師將他轉診到醫院。

心寶照了胸部X光，
醫師邊看X光邊搖頭說：
「再拖下去就要住院治療了。」

心寶與母親面面相覷，
不知道到底哪裡出了問題？
明明按時吃藥了呀？



心寶到底作錯了什麼？



從頭看起

一 要 說 清 楚

- 看病時，要瞭解自己身體狀況並能清楚向醫師說明下列事項：
 - 哪裡不舒服
 - 是否有特殊體質或飲食習慣
 - 我生過的病：開刀、住院、檢查異常、家族病史
 - 目前正在使用的藥品：包括醫師開的西藥或中藥、自己買的藥、維他命、避孕藥、減肥藥、保健食品、菸酒等。
 - 最近有沒有考試：有些藥品吃了之後會想睡覺，可能會降低您的注意力及應變反應。



二要對明白

• 領到藥品時要核對

• 名稱

- 藥袋上的姓名
- 藥品名稱與外觀
- 病名與藥的用途

• 怎麼使用

- 怎麼用、何時用
- 用多少、用多久

• 其他重要事項

- 副作用
- 注意事項
- 怎麼保存



這些訊息通常會條列在藥袋上，所以藥袋最好保留到藥品用完，方便查詢。



藥品保存

• 藥品保存要參考藥袋上的標示，通常包括：

- 冷藏：放在冰箱的冷藏區，而非冷凍區
- 常溫：放在家中陰暗、乾燥、避開日照的地方
- 使用前再拆封：錫箔或塑膠包裝使用前再拆開
- 放在小孩拿不到的地方
- 藥品不宜儲存在浴室、廚房等溼度太高的地方



三要 用正確

- 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、咖啡等飲料配服藥品
 - 有些交互作用可能使藥品吸收變差，影響療效



三要 用正確

• 服藥應依規定時間

	早餐	午餐	晚餐	睡前
一天四次	●	●	●	●
一天三次	●	●	●	
一天二次	●		●	
一天一次	每天固定一個時間			

(如有三餐時間不正常的狀況，請諮詢藥師)



飯前與飯後

• 飯前

- 時間：飯前一小時或飯後二小時
- 哪種藥物須空腹：易被食物影響吸收、胃腸刺激性小的藥物



• 飯後

- 時間：飯後半小時至一小時內或與食物一起服用
- 哪種藥物須飯後服用：可藉食物協助吸收、減少腸胃刺激的藥物

四要 愛自己

- 拒絕來路不明的藥品

- 凡是廣告內容太過神奇的產品，都要特別提高警覺



不聽



不信



不買



不吃



不推薦



五要交朋友

- 與醫師、藥師作朋友

將你常看病或領藥的藥師諮詢電話列入通訊錄

- 不知道怎麼用藥時
- 服藥後不舒服時
- 幫忙家人領慢性病連續處方箋時
- 買成藥時
- 有人推銷藥品時

(藥袋上通常也會有藥物諮詢電話唷！)



用藥五要 我最重要



- 一要 說清楚
- 二要 對明白
- 三要 用正確
- 四要 愛自己
- 五要 交朋友

複習

結束



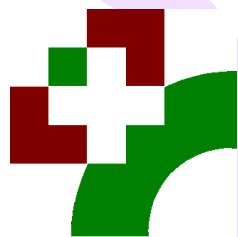
**Medication
Safety**
(用藥安全)

BYE~

謝謝

感謝

• 教材製作



台北市立萬芳醫院 陳香吟藥師

姜易醇藥師



財團法人醫院評鑑暨醫療品質策進會