

正確用藥教育宣導(越南文版)  
**正確用藥保胃戰**  
~五大核心能力制酸劑篇~

藥師 ○○○

# 制酸劑是啥？

- 俗稱胃藥、胃乳片
- 胃藥可中和胃酸，緩解或預防因胃酸過多引起的心灼感、胃脹氣、胃酸消化不良等症狀。
- 胃酸是體內殺死細菌的第一道防線，長期服用制酸劑，胃內酸鹼值持續升高，胃酸太少，反而造成胃腸細菌過度生長。



# 正確用藥五大核心能力-制酸劑篇

- 能力一 做身體的主人(愛自己)
- 能力二 清楚表達自己的身體狀況(說清楚)
- 能力三 看清楚藥品標示(看明白)
- 能力四 清楚用藥方法、時間(用正確)
- 能力五 與醫師、藥師作朋友(做朋友)



# 能力一 做身體的主人(愛自己)



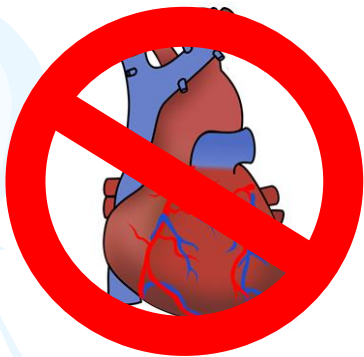
圖片來源：flickrCC

# 能力一 做身體的主人-1

## (一) 市售制酸劑成藥相當普遍

通常不是單一成分而是含多種成分的複方：

1.含有「**碳酸氫鈉**」的制酸劑,不適用下列族群：



心臟病



高血壓



腎臟病

2.含「**鋁**」的制酸劑,可能會造成便秘 **Táo bón**

3.含「**鎂**」的制酸劑,可能會造成腹瀉 **ỉa chảy**

# 能力一 做身體的主人-2

## (二) 吃藥不一定要加制酸劑

Khi uống thuốc cần uống cùng với thuốc dạ dày mới có thể bảo vệ dạ dày ?

- 1.不是所有的藥品都會傷胃，對胃腸有副作用的藥品其實只是少數。
- 2.有些胃藥的主要成分容易與其他藥品結合，會影響這些藥品的吸收。

Không phải tất cả thuốc đều có thể làm tổn thương dạ dày, những thuốc hại tới dạ dày thực tế chỉ là thiểu số.

Không phải tất cả thuốc đều có thể làm tổn thương dạ dày, những thuốc hại tới dạ dày thực tế chỉ là thiểu số.

若服用後可能導致腸胃不適,可以在**飯後**服用或以其他方式來緩和腸胃不適的副作用,**並非一定要服用制酸劑**。



# 能力一 做身體的主人-3

## (三) 制酸劑不能防止藥品引起的胃腸潰瘍

1. 有些藥品會有導致胃腸潰瘍的副作用，但並非單純因胃酸刺激所導致，併用制酸劑並不能預防這種情形，醫師及藥師會衡量病人的整體用藥，並評估是否須併用制酸劑或其他藥品。
2. 若有因藥品引起的腸胃不適，應告知醫師或藥師，由專業醫療人員為您判斷。



圖片來源：flickrCC

# 能力一 做身體的主人-4

## (四) 遵守五不原則

Kiên trì 5 nguyên tắc không: không nghe, không tin, không mua, không ăn và không giới thiệu.



**不聽**神奇療效藥品的廣告

Không nghe người khác giới thiệu thuốc.



**不信**有神奇療效的藥品

Không tin vào những loại thuốc có tác dụng trị liệu thần kì.

圖片來源：flickrCC



**不買**來路不明的藥品

Không mua thuốc được bán trên vỉa hè, chợ đêm, trên mạng, trên xe khách.



**不吃**別人贈送的藥品

Không uống thuốc do người khác mua tặng.



**不推薦**藥品給其他人

Không giới thiệu thuốc cho người khác.



# 能力二 清楚表達自己的身體狀況 (說清楚)



圖片來源：flickrCC

# 能力二 清楚表達自己的身體狀況-1

看病時要清楚表達自己的身體狀況，並向醫師說清楚下列事項：

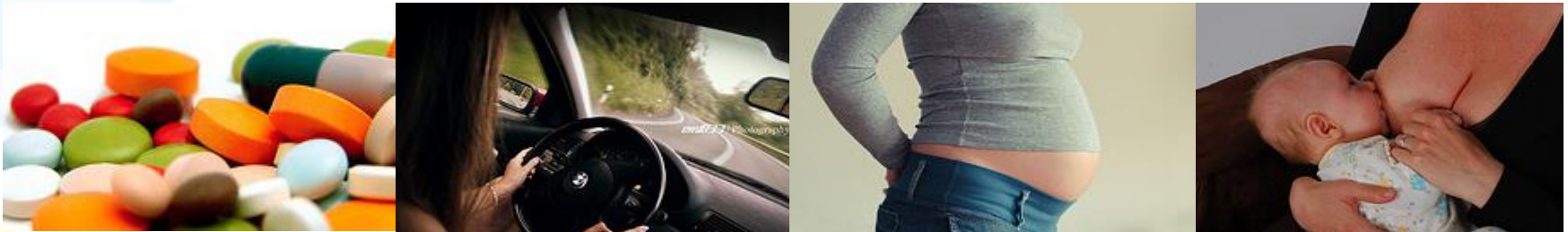
Khi đi khám bệnh, làm thế nào để trình bày với bác sỹ

- 1.吃了哪一種藥品引起腸胃不適？大約何時開始？每次持續多久？是否重複疼痛？何種情況會痛？何種情況下覺得比較舒緩？以及其他身體不適症狀等。
- 2.有無對藥品或食物過敏,喝酒或特殊飲食習慣。
- 3.曾經發生過的疾病,例如：心血管、胃腸道、肝腎疾病或家族性遺傳疾病。

- 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.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.
- 3.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.

## 能力二 清楚表達自己的身體狀況-2

- 4.目前正在服用的藥品,包含中西藥、成藥如止痛藥或保健食品等。
- 5.是否需要開車或從事操作機械等需要專注力的工作,以及近期是否要考試等。
- 6.女性需告知是否懷孕、正準備懷孕或正在哺餵母乳。
- 7.為避免重複使用藥品,同時看兩科以上門診,應主動告知醫師。



圖片來源 : flickrCC

- 1.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.
- 2.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.
- 3.Bạn có thai hay không: Bởi vì có một số thuốc sẽ xâm nhập vào trong cơ thể thai nhi thông qua ối ối rốn. Bạn có đang cho con bú không : Vì có một số thuốc sẽ tiết ra theo đường sữa mẹ.

# 能力三 看清楚藥品標示 (看明白)



# 能力三 看清楚藥品標示-1

**領用藥物時，請看清楚藥袋標示、仿單（藥品使用說明書）及用藥指導單張並請攜帶健保卡(或身分證明文件)。**

**Khi lĩnh thuốc, cần hỏi dược sỹ những gì**

1. 領到藥品時，核對藥袋的姓名是否正確。避免拿到別人的藥品，  
5. 服藥前先確認用藥途徑、方法、用藥時間及每次劑量。才能在正確時間點使用正確劑量，使藥品發揮最佳療效。

Hỏi rõ cách sử dụng thuốc, thời gian sử dụng và liều lượng.

Hỏi rõ tên thuốc và số lượng.

藥名：

6. 要知道藥品的副作用; 要知道警語及特別注意事項。

Hỏi rõ những điều cần chú ý, tác dụng phụ hoặc lời cảnh báo sau khi sử dụng thuốc.

特殊注意事項：(副作用)

請依照醫師、藥師指示

處方醫師：多敏菌醫師

thuốc, xác nhận họ tên người bệnh

別：

。

用途：

3. 藥袋上標示的用途是否治療您本次看的病。

Hỏi rõ chỉ định dùng thuốc.

1天

4. 知道藥品的療程要吃多久，並核對應領到藥品的總數量。

Hỏi rõ cần dùng thuốc trong bao lâu.

7. 有任何用藥問題，請撥打藥物諮詢專線。  
Nếu có bất cứ vấn đề gì khi sử dụng thuốc, nhất định phải hỏi bác sỹ hoặc dược sỹ hoặc các nhân viên có chuyên môn về dược khác.

請核對藥袋姓名，當面點清藥品數量及種類

藥物諮詢專線：23456789

# 能力四 清楚用藥方法、時間 (用正確)



圖片來源：flickrCC



# 能力四 清楚用藥方法、時間-1

1.服用藥品應遵醫囑並依藥袋標示的時間服用,如有特殊服用方法,請向醫師、藥師確認清楚。口服藥品應以適量的溫開水服用(不要以葡萄柚汁、牛奶、茶、果汁、咖啡等飲料搭配服用)。

Các hiệu thuốc trong cộng đồng phân bố khắp ngõ ngách, nếu có bất cứ nghi ngại gì về thuốc đều có thể nhờ các dược sỹ giúp đỡ. Không được dùng trà, nước ép trái cây, sữa, cà phê hay các loại đồ uống có tính kích thích khác để uống thuốc.



# 能力四 清楚用藥方法、時間-2

2.服用制酸劑時，需了解藥品特性與服用的時間與方法：

(一)服用時間 **Thời gian dùng thuốc**：

(1)制酸劑的服用時間：指示用藥請依藥師指示用藥。

懸浮劑或液體狀的胃乳,可直達胃部中和胃酸,效果最迅速,常用於胃痛發作時。

(2)通常是飯後半小時到一小時服用效果最好,一般藥效通常可以維持一至三小時。

(3)領藥時,應確認藥袋上是否有清楚標示用藥方法及服藥時間。

(4)如服用制酸劑3天後,腸胃不適症狀不見好轉,請盡速就醫。



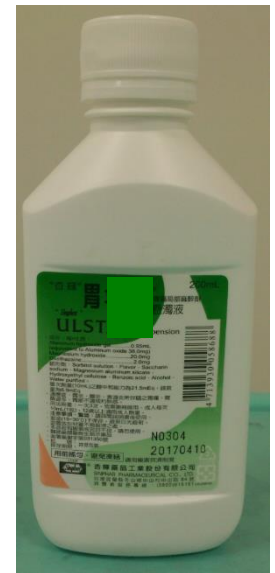
# 能力四 清楚用藥方法、時間-3

(二)服用制酸劑前應注意事項：

1. 懸浮劑 - 搖勻後直接服用 \* 懸浮劑不需放冰箱 \*
2. 散劑需要用開水泡開後吞服。
3. 粒狀的錠劑效果較慢，大部份需要嚼碎來增加藥品與胃酸接觸的表面積，增加中和胃酸的效果。



圖片來源：flickrCC



# 能力五 與醫師、藥師作朋友 (做朋友)



圖片來源：flickrCC

# 能力五 與醫師、藥師作朋友-1

生病找醫師，用藥找藥師。

- 1.有關用藥的任何問題，都可以直接請教醫師或藥師，或撥打藥袋上的電話諮詢、購買成藥或指示用藥時，也應主動索取聯絡電話以方便日後諮詢藥師。
- 2.自行購買成藥或指示藥制酸劑時，請務必向藥師說明自身症狀及目前在服用哪些藥品，再依建議服用並且確實遵照醫囑服用。
- 3.部分制酸劑可能與其他藥品有交互作用，影響藥效，為確保用藥安全，諮詢醫師或藥師是最好的辦法。



Các hiệu thuốc trong cộng đồng phân bố khắp ngõ  
ngách, nếu có bất cứ nghi ngại gì về thuốc đều  
có thể nhờ các dược sỹ giúp đỡ

# 正確使用制酸劑：五要

## 1.要知風險

要知道長期使用制酸劑（胃藥）會造成胃酸不足、影響營養吸收，導致胃腸細菌過度生長而增加感染等風險。含碳酸氫鈉的制酸劑，可能會造成腹脹；含鋁的制酸劑，可能會造成便秘；含鎂的制酸劑，可能會造成腹瀉。

## 2.要看標示

要看藥品的藥盒或仿單（說明書）的使用方法及注意事項，並按藥袋、仿單（說明書）或藥盒的指示服用藥品。

## 3.要告病況

要告知醫師，是否曾對藥品過敏、是否有胃腸潰瘍、高血壓、腎臟疾病、骨質疏鬆、失智等疾病，及是否有同時併用其他藥品。

## 4.要遵醫囑

要依照醫師、藥師所給予的相關指示用藥。

## 5.要問專業

服用制酸劑（胃藥）後，如有任何不適症狀（例如過敏），或服用制酸劑3天後腸胃不適的症狀未改善，請與您的醫師、藥師聯絡並儘快就醫。

# 正確使用制酸劑：五不

## 1.不要求

不主動要求醫師開立制酸劑（胃藥），絕大部分的藥品不會引起腸胃不適，是否需使用制酸劑（胃藥）應由醫師判斷。

## 2.不併用

不擅自併用制酸劑（胃藥），以免影響其他藥品的療效，服用前應聽從醫師與藥師建議。

## 3.不長期

腸胃不適時，可以短期服用制酸劑（胃藥），是否需長期使用應由專業醫師評估，因為長期使用制酸劑（胃藥）可能會影響心血管系統、腎臟功能及增加感染風險。

## 4.不刺激

不食（使）用刺激性的物質（咖啡、菸、酒、檳榔、辛辣食物等）、少吃甜食、不暴飲暴食，應養成良好的日常生活作息、飲食習慣以及紓解壓力等，可避免胃酸過度分泌。

## 5.不亂買

對於來路不明藥品，應遵守「不聽、不信、不買、不吃、不推薦」之用藥五原則。如有輕微的胃部不適，可先諮詢醫師或藥師，如需購藥應至有藥師執業之合法藥局購買。

好用 有效

吃藥用藥遇問題



智慧銅人告訴你



佳和科學中心的智慧銅人  
詳【奇異錄九子銅人】系列說明書  
廣州佳和藥劑醫學研究院

Thuốc có thể trị bệnh, cũng có thể gây bệnh, dùng thuốc an toàn, bắt đầu từ chính mình!

藥能治病，也能致病 用藥安全，自己做起！