

# 正確用藥 五大秘密武器大公開

在遙遠的外太空,有一個美麗的星球—  
貓熊星,住著許多可愛的貓熊,每天都過著  
平靜而快樂的生活.....



有一天魔王出現了，散播著威力強大的病毒彈，  
貓熊們就都生病…



再派手下假扮貓熊，  
拿了號稱可以**有病治病**  
**沒病強身**的藥給大家吃  
，吃下藥的貓熊從此  
一病不起，還被抓起來  
…



就在這個時候，星際總部派藥師帶了秘密武器，要來拯救生病的熊貓以及快要毀滅的星球…



# 熊貓需要各位的幫忙喔！

我們先帶沒有亂吃藥的貓熊去看醫生，再去解救被抓起來的貓熊吧！



# 看病應該要和醫生說甚麼呢？

你哪裡不舒服？



- 我想要吃雷神巧克力!
- 醫師！我的頭很昏又想吐，全身都沒力氣

正確用藥五大武器：一. 清楚表達自己的身體狀況

# 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：

不舒服的部位、情況，例如：疼痛（哪裡痛，每次持續多久，是否重複疼痛，何種情況會痛？以及其他身體不適症狀等）、發燒、頭暈、食慾不振、流鼻水、腹瀉、噁心、嘔吐…



正確用藥五大武器：一. 清楚表達自己的身體狀況

# 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

## ❖發生的時間：

大約何時開始？例如：(7天前)覺得全身疼痛，  
(3天前)就一直拉肚子，咳嗽咳了(3周)都沒好！

- 生過的疾病 – 氣喘、過敏性鼻炎、胃潰瘍…
- 是否有特殊體質或生活飲食習慣
  - 藥物過敏
  - 有喝咖啡、茶等習慣請主動告知

正確用藥五大武器：二. 清楚表達自己的身體狀況



# 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

目前正在使用的藥品：

◎包括醫師開的西藥或中藥、家人買給自己吃的藥、止痛藥、維他命、保健食品…

藥品之間有時會發生交互影響，嚴重時會破壞藥效或引發毒性

=> 例如正在吃含乳酸菌，若又同時吃會殺菌的抗生素，會使

乳酸菌失去效果；而吃紅麴會使得某些降膽固醇藥毒性增加~

◎最近有沒有考試、平時有沒有開車、工作性質有沒有需要操作機械：

因為有些藥品吃了之後會想睡覺，可能會降低注意力及應變反應。

正確用藥五大武器：一. 清楚表達自己的身體狀況

# 藥師把藥配好拿給貓熊團團， 拿到藥袋時要核對什麼呢？



日期：2013年11月25日 Date	口服藥	領藥號：6 Dispensary No.																
姓名：團團 Name	病歷號：A123456789 Chart No.	性別：男 Sex																
醫師：包依好 Doctor	科別：家庭醫學科 Department	診間：209診																
用法用量： Administration & Dosage	每天4次(早,晚) 每次1粒 飯後服用	3日份																
藥名： Drug Name	數量： Quantity																	
A64 07023	商品名: PonsTAN 黃色錠劑 500mg/tab 學名: Metenamic acid 中文名: 保痛樂	12																
外觀標記: 黃色 橢圓 無字 有刻痕																		
適應症: 關節痛、神經痛、牙齒痛、月經痛、頭痛																		
用藥須知: 可能會引起胃痛等副作用 Other instructions																		
<table border="1"><tr><td>V</td><td></td><td>V</td><td></td><td>V</td><td>V</td><td></td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>			V		V		V	V										
V		V		V	V													
藥師： Pharmacist 張于023123號 徐凱芳																		

請核對姓名、藥名、數量、外觀，未標示有效期限以一個月為期限  
Please verify patient's name, drug name, quantity, and appearance on the package. Expiration date is one month unless labeled.

院址：桃園縣平鎮市廣泰路77號

- 不用看，全部一起吃光就對了！
- 要看藥袋上的姓名是不是自己的？藥品的用途是不是治療自己不舒服的地方？

正確用藥五大武器：二. 看清楚藥品標示

# 拿到藥袋時要做什麼呢？

1. 請仔細核對姓名、性別等資料是否符合
2. 檢查藥品名稱、外觀及數量是否正確
3. 注意藥品用途(適應症)用量、用法、注意事項等訊息

日期：2013年11月25日 Date	口服藥	領藥號：6 Dispensary No.																				
姓名：團團 Name	病歷號：A123456789 Chart No.	性別：男 Sex																				
醫師：包依好 Doctor	科別：家庭醫學科 Department	診間：209診																				
用法用量： Administration & Dosage	每天4次(早,晚) 每次1粒 飯後服用	3日份																				
藥名： Drug Name	A64 07023 商品名: PonsTAN 黃色錠劑 500mg/tab 學名: Mefenamic acid 中文名: 保痛樂	數量： Quantity 12																				
外觀標記: 黃色 橢圓 無字 有刻痕 Appearance																						
適應症: 關節痛、神經痛、牙齒痛、月經痛、頭痛 Clinical use																						
用藥須知: 可能會引起胃痛等副作用 Other instructions																						
<table border="1"><tr><td>V</td><td></td><td>V</td><td></td><td></td><td></td><td>V</td><td>V</td><td></td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>			V		V				V	V												
V		V				V	V															
藥師： Pharmacist 徐凱芳																						

請核對姓名、藥名、數量、外觀，未標示有效期限以一個月為期限  
Please verify patient's name, drug name, quantity, and appearance on the package. Expiration date is one month unless labeled.

院址：桃園縣平鎮市廣泰路 77 號

正確用藥五大武器：二. 看清楚藥品標示



# 看清楚藥品保存期限

看清藥品有效期限，若已**過期**、**變質**、**變色**的藥品勿再服用！

**MFD: 製造日期**  
**EXP: 保存期限**

用法用量、注意事項：  
請詳閱說明書後使用。  
請貯存於室溫、陰涼、  
小孩接觸不到之處所。  
衛署藥製字第042837號

Lot NO. : 1BT3CD  
保存期限： 141112  
(西元年月日)



BN:	C J S 4 V 0 0
MFD:	1 0 2 0 1 2
EXP:	0 9 2 0 1 4

正確用藥五大武器：二. 看清楚藥品標示

# 正確用藥五大武器：三. 清楚用藥方法、時間

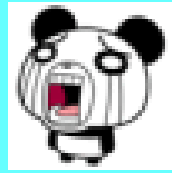
## 用藥應依每日規定時間

	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			

- ❖ 飯前：吃飯前一小時或飯後二小時
- ❖ 飯後：吃飯後一小時內



# 忘記吃藥時，應該怎麼辦？



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



藥師小叮嚀：下次服藥時，要使用正常劑量，除非醫師指示，否則千萬不要補吃服用二倍劑量喔！

用法對才有效!!



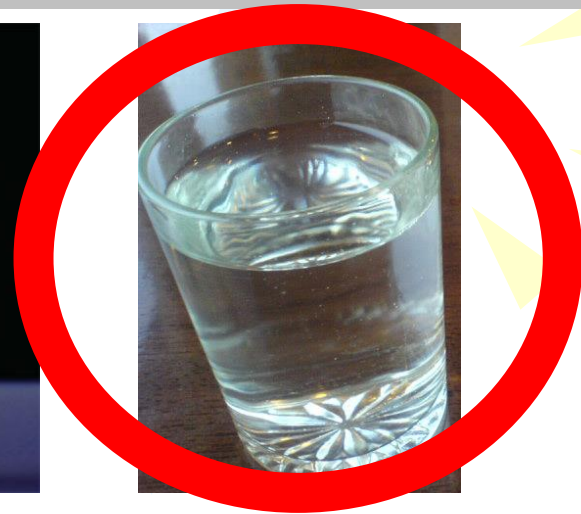
哪裡不舒服  
就噴哪裡??



正確用藥五大武器：三. 清楚用藥方法、時間

# 團團要吃藥了，你認為應該告訴他用哪種飲料配藥吃呢？

- 藥很苦所以要配果汁或可樂喝最好！
- 喝牛奶可以讓人長高長壯，所以配牛奶吃藥最好！
- 配足夠的開水就好囉！



正確用藥五大武器：三. 清楚用藥方法、時間



# 正確用藥五大武器：三. 清楚用藥方法、時間

## • 清楚使用途徑

- 內服

- 外用



• 不一定膠囊、錠劑長相就是口服使用



## 正確用藥五大武器：三. 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溫開水服用  
(不要以葡萄柚汁、牛奶、茶、果汁、咖啡等飲料配合服用)



團團在電視上看到  
一則藥品廣告...



請問以下哪個做法是正確的？



- ( ) 是蝙蝠俠推薦的！去買應該沒問題！
- ( ) 廣告中有經過實驗來證明藥品效果，  
所以可以放心去買！
- (✓) 吃藥應該要問藥師，不能相信  
非醫療專業人員所推薦的藥品！

讓藥師教你看穿廣告的騙術!!



## 正確用藥五大武器：四. 做身體的主人

❖ 對於來路不明藥品，應遵守「不聽、不信、不買、不吃、不推薦」之用藥五不原則。



就是因為亂吃  
這瓶藥，才害我  
變成這樣！



# 正確用藥--制酸劑(胃藥)篇



## 正確用藥五大武器：四. 做身體的主人

- ❖ 如有輕微的腸胃不適時，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，是否需長期使用應由專業醫師評估
- ❖ 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



## 避免出現胃腸不適的方法

- ❖ 少食用刺激性的物質（咖啡、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，就可避免胃酸過度分泌。



# 揭開胃藥(制酸劑)的迷思

**Q:**

聽說吃西藥一定會傷害腸胃！所以吃藥都要叫醫師開胃藥或到藥局購買胃藥使用？

**A:**



正確用藥五大武器：四. 做身體的主人

# 吃藥不一定要加胃藥(制酸劑)

- (1) 部分藥品如**解熱鎮痛劑**、**阿斯匹靈**、**鐵劑**及部分**抗生素**等，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
- (2) 自行購買**制酸劑**跟**其他藥品**一起吃，可能會影響疾病治療效果或反而**增加藥品副作用**（例如，使腸溶錠提早釋出，刺激胃腸道等）

# 胃藥(制酸劑)使用注意事項

- ❖ 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。
- ❖ 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。
- ❖ 如服用制酸劑3天後，腸胃不適症狀不見好轉，請盡速就醫。

# 正確用藥五大武器—— 與醫師、藥師作朋友



如果對用藥有不懂的地方，應該要找誰詢問呢？



專業藥師



電台主持人



廟口攤販

正確用藥五大武器：五. 與醫師、藥師作朋友

## 正確用藥五大武器：五. 與醫師、藥師作朋友

選擇合格的醫院或藥局，就能獲得正確的諮詢服務，保障自己跟家人的用藥安全



佩帶藥師執業執照



有健保特約藥局的標示



## 正確用藥五大武器：五. 與醫師、藥師作朋友

有病看醫師，用藥找藥師

將認識的醫師或藥師的聯絡電話記在緊急電話簿內，作為健康諮詢之用～

例如：

- 不知道怎麼用藥時
- 服藥後不舒服時
- 其他用藥疑惑時

〇〇藥局藥物諮詢專線

=> 〇〇〇〇〇〇〇〇





學會了正確用藥五大武器之後，  
大家順利擊退魔王，  
貓熊星終於恢復了平靜祥和的生活了…



# 正確用藥五秘訣

說 清 楚  
看 明 白  
用 正 確  
愛 自 己  
交 朋 友

