

# 用藥安全宣導

藥師 郭利甄





(資料來源：<https://www.youtube.com/watch?v=7eocyDc8SrU>)

- 中藥、西藥皆是「藥」，只要是「藥」都有其療效，與相對其副作用和毒性。
- 無論是看中醫還是西醫，都要尋求專業人員協助，讓醫師、藥師了解我們正在服用中的藥物，以避免因個人體質造成用藥傷害。





# 正確用藥五大核心能力

## 如何正確的用藥



能力一

清楚表達自己的  
身體狀況



能力二

看清楚藥品標示



能力三

清楚用藥方法、  
時間



能力四

做身體的主人



能力五

與醫師、藥師作  
朋友

# 清楚表達自己的身體狀況

先瞭解自己身體狀況



看病時向醫師說清楚



疾病狀況

- 哪裡不舒服
- 大約何時開始
- 何種情況下覺得比較舒服

過敏史

- 有無藥品或食物過敏史
- 特殊飲食習慣

藥物史

- 目前正在使用的藥品
- 包含中、西藥或健康食品

疾病史

- 曾經發生過的疾病
- 包含家族性遺傳疾病

生活狀態

- 是否需要開車或從事操作機械等需要專注力的工作



# 藥品 保存原則

避濕



避熱



避光



- ❖ 若藥品外觀或顏色有改變，則應拋棄切勿再用
- ❖ 避免直接曝曬於陽光之下
- ❖ 避免存放於浴室
- ❖ 避免存放於兒童可以取得之處
- ❖ 內服與外用藥品應分開存放
- ❖ **冷藏藥品應該依指示存放在冰箱**
- ❖ 藥品一旦開罐，**罐內所附的棉花和乾燥劑，就必須立刻丟棄**，否則會因吸附水氣，成為藥罐內的一項污染源

# 清楚用藥方法、時間

若有特殊情形應遵照醫師或藥師指導使用

- 口服藥品應以適量的開水服用
- 不要和葡萄柚汁、牛奶、茶、果汁、咖啡等飲料搭配服用



飯前吃藥  
或空腹



吃飯前  
1小時



隨餐吃藥



吃飯中



飯後吃藥



吃飯後  
1小時



空腹



吃飯後  
2小時

# 忘記吃藥該怎麼辦

依照時間點來決定，太靠近下一次服藥時間不補吃



# 如何選購中藥材

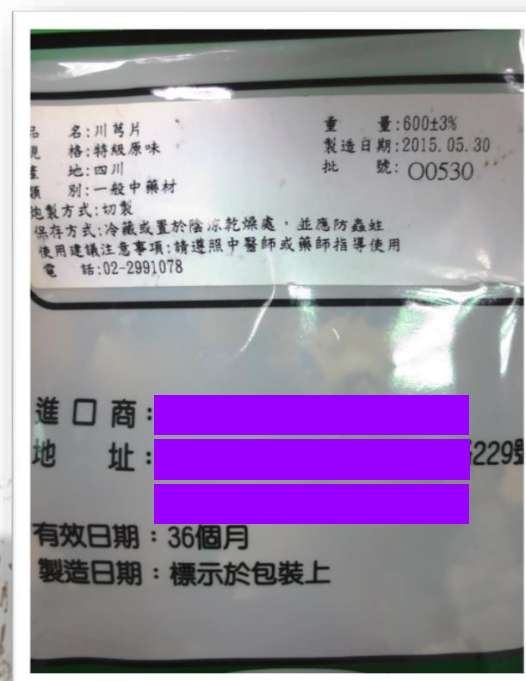
## • 進口及市售中藥材飲片之標籤或包裝應標示事項

### ▶ 一般中藥材 應標示

- ▶ 品名
- ▶ 重量
- ▶ 廠商名稱及地址
- ▶ 製造日期及有效期間  
或保存期限
- ▶ 批號
- ▶ 類別
- ▶ 原產國
- ▶ 保存方法

### ▶ 毒劇中藥材 需另標示

- ▶ 炮製方式
- ▶ 使用建議注意事項



# 選購安全、有效中藥

1. 了解到什麼地方選購中藥

合法場所購買

2. 知道用藥原因及如何選購正確中藥

專業人員建議下

3. 知道如何區分及選購合法中藥品、健康食品及一般食品

4. 知道中藥儲存及使用期限

選擇合格中藥來源, 選購有認證的中藥

(資料來源：<https://dep.mohw.gov.tw/DOCMAP/1p-878-108.html>)

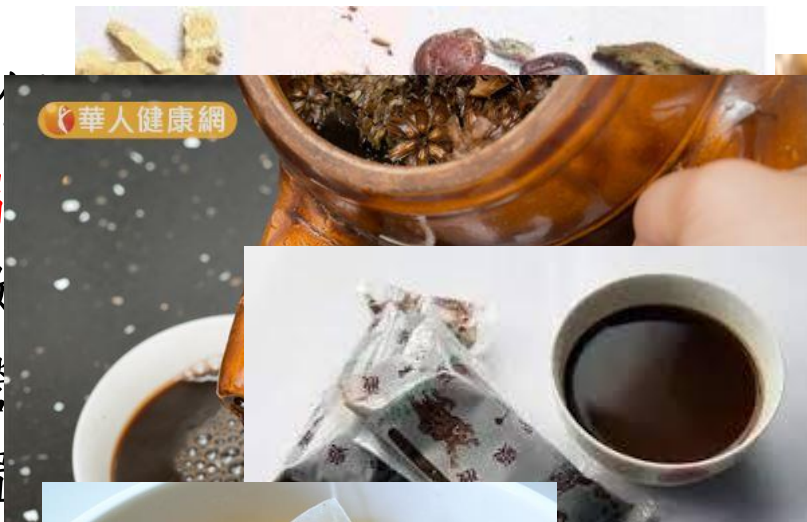
# 選購安全、有效中藥

1. **看顏色**：太鮮豔、或純白無瑕的中藥大有問題  
如枸杞，最好選暗紅色，而不是艷紅色的。
2. **聞味道**：中藥畢竟多是植物，會散發自然的香味，  
「若飄酸味可能燻過硫磺，有霉腐味可能發霉了」。
3. **查鮮度**：首看乾燥度及脆度，藥材微濕鬆軟，腐敗較快，  
如黃耆，質地偏軟、細屑多的暗藏儲放過久的危機。
4. **選劑型**：最好選擇GMP藥廠的製劑，已有完整的包裝標示。
5. **挑飲片**：中醫藥委員會已規定紅棗、山楂、杜仲等324種中藥材飲片，需標明品名、重量、製造日期、有效期限、廠商及地址等。



# 選購安全、有效中藥

- 中藥品
- 中藥飲片  
將藥材放  
水量和營  
溫下放置
- 水煎劑：
- 密封真空
- 茶包：打  
受潮、變
- 外用軟膏：放置在陰涼低溫白



之用  
保存  
原藥材更容易



# 中藥使用須注意事項

依照醫藥人員的指導正確使用如下：

1. 知道中藥使用禁忌。
2. 知道如何正確使用中藥、健康食品及一般食品。
3. 知道中藥正確的使用時機與服用方法。
4. 明白藥物間及藥物食物間交互作用。



# 中藥使用須注意事項

- 服用中藥、西藥者，兩者需相隔**一小時**，並事先告知醫師
- 科學中藥：將**藥粉與溫水混合**後再喝，不建議藥粉倒入口中才喝水，避免藥物在食道中沾黏或嗆到。
- 中西藥**配伍禁忌**：四環素、碳酸氫鈉、磺胺類藥、碳酸鈣及鈣補充劑、抗凝血劑



# 如何查詢中藥相關資訊

## 衛生福利部中醫藥司 – 宣傳訊息

### ◀ 宣傳訊息

中藥商產業輔導成果

中藥藥品  
許可證查詢

民眾查詢服務

中西藥交互作用  
查詢

中藥不良  
反應通報

中醫評鑑

中醫負責醫師  
訓練管理系統

中醫藥好好玩

便捷貿e網

違規產品  
專區

國際中醫藥學術  
電子期刊  
Journal of Traditional and  
Complementary Medicine, JTCM

中藥材邊境管理

民俗調理

透視大陸藥品

研究計畫

貼心叮嚀

中藥正確資訊很重要  
也可以問醫師或藥師

長照政策  
專區

# 停止不當看病、購藥及用藥行為

為了健康，堅持用藥五不原則



不聽

不聽地下電台  
或不實廣告

不吃

不吃別人贈送  
的藥品

不信

不信有神奇療  
效的藥品

不買

不買來路不明  
的藥品

不推

不推薦藥品給  
其他人

# 與醫師 & 藥師作朋友

生病找醫師，用藥找藥師



哪裡找藥師

合法藥局就有  
專業藥師



聯絡藥師

藉由藥袋或  
藥局電話聯絡



健康諮詢

用藥問題  
可以問藥師



和藥師作朋友

多多認識藥師  
用藥更有幫助

# 相關連結網站

- 衛生福利部正確用藥互動數位資訊學習網

<https://www.fda.gov.tw/TC/site.aspx?sid=3670>

- 法務部反毒大本營

<https://antidrug.moj.gov.tw/mp-1.html>

- 衛生福利部食品藥物管理署-反毒資源館

<https://consumer.fda.gov.tw/AntiPoison/List.aspx?code=6010&nodeID=374>

供民眾即時線上參閱

# 有獎問答

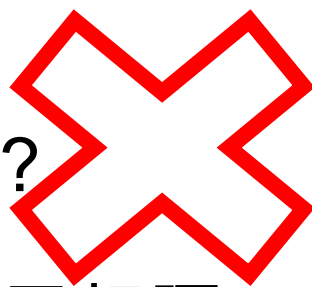
1. 中藥、西藥皆是「藥」，只要是「藥」都有其療效，與相對其副作用和毒性。

2. 正確用藥五大核心

3. 所有的藥都可以冰冰箱嗎？

4. 服用中藥、西藥者，兩者需相隔一小時，並事先告知醫師

5. 用藥五不原則



# 謝謝您的聆聽

