

# 正确用药五大核心能力

说清楚·对明白·用正确

爱自己·交朋友

林慧娟 药师

# 正确用药五大核心能力

说清楚·对明白·用正确·爱自己·交朋友

能力一

1

清楚表达自己的身体状况

能力二

2

看清楚药品标示

能力三

3

清楚用药方法、时间

能力四

4

做身体的主人

能力五

5

与药师、医师做朋友

# 正确用药五大核心能力

说清楚·对明白·用正确·爱自己·交朋友

## 能力一



1 清楚表达自己的身体状况

2 看清楚药品标示

3 清楚用药方法、时间

4 做身体的主人

5 与药师、医师做朋友

# 看病时应告知医师的事项-1

- 清楚陈述自己的症状
  - 不舒服的部位、情形、大约何时开始不舒服
- 个人的特殊状况
  - 有无过敏史
  - 有无特殊饮食习惯
    - 低盐(如高血压、心衰竭的病人)
    - 低糖(如糖尿病的病人)
    - 低嘌呤食物(如高尿酸血症、痛风的病人)



# 看病时应告知医师的事项-2

- 病史
  - 包括开刀、医学检验结果、肝病、肾脏病、高血压、糖尿病、蚕豆症等
- 有无要考试、操作机械或开车
  - 吃了想睡觉，降低注意力及应急反应
- 有无怀孕或准备怀孕，或有无哺乳
  - 有些药品会分泌至乳汁中，亲自哺乳时，应避免吃药或错开吃药与喂奶时间

# 看病时应告知医师的事项-3

- 目前正在使用的药品

- 包括医师开的西药或中药、自行买的药、维他命、避孕药、减肥药、保健食品或烟酒等

種類	功效	與藥物交互作用	應避免併服藥物
乳酸菌	幫助消化、解決腸胃問題、減少腸胃中有害細菌	可能會被抗生素殺死而無效	抗生素
黨參、紅花	促進全身血液循環	若與抗凝血用藥併服，會增加出血的危險	抗凝血劑、阿斯匹靈、瓦法寧 (warfarin)
銀杏萃取物	促進全身血液循環及抗氧化		
納豆激酶	血栓溶解作用		
紅麴	降血壓、降膽固醇、抗氧化		
甲殼素	吸附且排除食物中的脂肪，減少脂肪的吸收	與脂溶性維生素併服會減少其吸收	維生素A、D、E、K、魚油

数据源：卫福部

# 隨身攜帶用藥紀錄卡

- 固定使用的藥物及**過敏藥物**紀錄在「**用藥紀錄卡**」上，讓醫師或藥師了解您的所有用藥，及藥物過敏紀錄



## 用藥紀錄卡使用範例－背面

用藥安全 需要你我來參與

- 請將您長期服用的藥品或過敏藥品謄寫至本卡，也可請醫療人員（社區藥局）協助謄寫。
- 看病或住院時，請主動出示本卡。
- 藥品有改變時，請注意更新本清單。

我的長期用藥紀錄 填單日: 940813

藥名/劑量	用法	注意事項
Nifecadis / 30mg	一天三次	高血壓 勿與維他命E併用
	天 次	
	天 次	
	天 次	
	天 次	
	天 次	
	天 次	
	天 次	

藥物諮詢專線 富安全醫院藥劑科02-1234567

# 看病须知、不可不知

## 看医生要说什么



不舒服的症状、过敏史、疾病史

我儿子生意做很大，目前还没有对象，介绍乖一点的护士给他

## 用药纪录卡作用

会让大家都知道我吃很多药，影响以前健康的形象



让医师、药师了解我的用药情形，避免重复用药，造成伤害

# 正确用药五大核心能力

说清楚·对明白·用正确·爱自己·交朋友

## 能力二



1 清楚表达自己的身体状况

2 看清楚药品标示

3 清楚用药方法、时间

4 做身体的主人

5 与药师、医师做朋友

# 如何看药袋标示

● 确认用药途径、方法、用药时间及每次剂量。才能在正确时间点使用正确剂量使药品发挥最佳疗效

◆ 用法：核对药品实物及药袋上药名是否正确

● 要知道药品的副作用  
● 要知道警语及特别注意事项

◆ 特殊注意事项：(副作用)  
请依照医师、药师指示服用

◆ 处方医师：王OO医师 ◆ 调剂药师

● ◆ 请核对药袋姓名，当面点清药品数量及种类

的姓名也人 知道药品的疗程要吃多久，并核对应领到药品的总数量

药袋上标示的用途，您本次看的病

粒 天数：7天

◆ 用途：解热镇痛

◆ 效期与贮存条件：  
领药后六个月 / 常温贮存

有任何用药问题，请拨打药物咨询专线

药物咨询专线：23456789

# 正确用药五大核心能力

说清楚·对明白·用正确·爱自己·交朋友

## 能力三



1 清楚表达自己的身体状况

2 看清楚药品标示

3 清楚用药方法、时间

4 做身体的主人

5 与药师、医师做朋友

# 清楚用药的方法-1

- 先看清楚使用途径

- 内服

- 外用



- 不一定胶囊、锭剂长相就是口服使用



◆注：支气管扩张剂

# 清楚用药的方法-2

- 缓释锭：不能咬碎
- 肠衣锭：不能咬碎、不能与制酸剂同时服用
- 制酸锭：咬碎作用好



# 清楚用药的方法-3

- 须按医师、药师指示的用法及剂量服用药物。
- 口服药品应以适量的**开水**一起服用。
- 不要以**葡萄柚汁、牛奶、茶、果汁、咖啡**等饮料搭配服用。



# 服藥多喝水，不是倒好勢



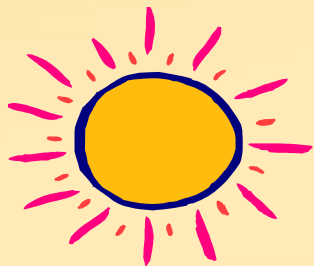
數據源：台灣電視台

# 清楚用药的时间-1

- 饭前(空腹)
  - 时间：饭前一小时或饭后二小时。
  - 哪种药物须空腹：易被食物影响吸收、胃肠刺激性小的药物。
- 饭后
  - 时间：饭后一小时内。
  - 哪种药物须饭后服用：可藉食物协助吸收、减少肠胃刺激的药物。
- 糖尿病用药及特殊情形应遵医嘱或药师指导服用

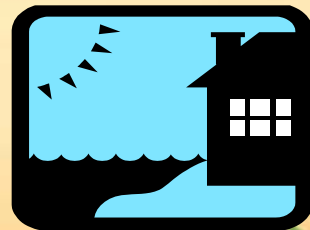
# 清楚用药的时间-2

	早餐	午餐	晚餐	睡前
一天四次	★	★	★	★
一天三次	★	★	★	
一天二次	★		★	
一天一次	每天固定一个时间			



适合早晨-利尿剂

睡前-镇静安眠剂



# 一天三次与八小时一次



数据源：台湾电视台

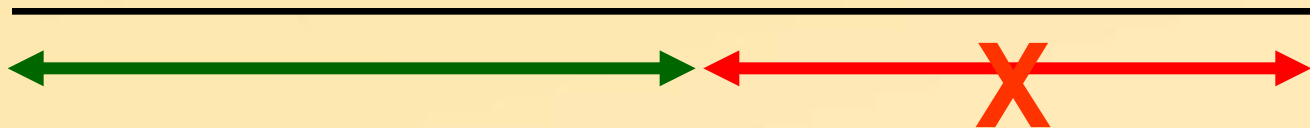
用药时间对，药效才发挥

# 忘了服药怎么办？

正常服  
药时间  
8:00

二次给药  
时间中点  
10:00

正常服  
药时间  
12:00



此时可补服

此时不建议补服

注意！下次服药时使用正常剂量  
切勿服用二倍剂量

利尿剂早上吃  
安眠药睡前服

悬浮剂摇一摇  
药量均匀  
不多也不少

## 用药须知 大考验

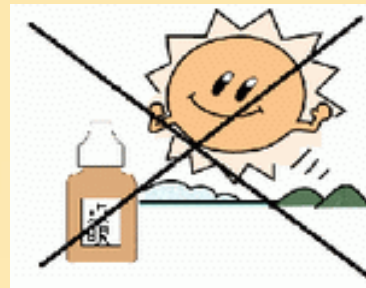
服药次数记清楚  
饭前饭后不马虎

~~遵医嘱  
药量调整我决定~~

~~昨天忘记吃  
今天双倍量~~

# 如何储存药品-1

- 避光、避湿、避热
  - 浴室 ✘
  - 家中阳光或光线较强的地方 ✘
- 需要冷藏的药品
  - 放置冰箱冷藏室2~8℃之间
- 需要特别避光的药品
  - 放于原来提供的不透明塑料袋内



# 如何储存药品-2

- 药品应放在原有包装内，内服、外用药，应分开保存，以免混淆!!
- 药罐内的棉花和干燥剂，在开罐后就必须立刻丢弃！
- 药罐上标示的保存期限是「未开封」状态下的期限，一旦开封后，保存期限就会缩短



# 1 把藥水倒進來



## 步驟一

將剩餘的藥水倒入夾鏈袋中。



# 6 回收乾淨的藥袋和藥罐

## 步驟六

乾淨的藥袋和藥水罐就可以回收囉！

# 2 沖洗罐子 沖完後的水倒進來



## 步驟二

將藥水罐用水沖洗一下。注意唷！沖過藥水罐的水也要倒入夾鏈袋中。

# 3 將藥丸集中



## 步驟三

將剩餘的藥丸從包裝(如鋁箔包裝、藥袋等)中取出，並全部藥丸集中在夾鏈袋裡。



# 4 將泡過的茶葉 咖啡渣 用過的擦手紙全部混合



## 步驟四

可以用泡過的茶葉、咖啡渣或用過的擦手紙等，把它們和藥水藥丸混合在一起。

# 5 將夾鏈袋密封起來 丟到垃圾桶

## 步驟五

將夾鏈袋密封起來，就可隨一般垃圾清除。

~~药品放冰箱  
持久不变质~~

内服外用看  
清楚对症下药  
疾病除

药品送他人  
害人又损己

## 用药须知 大考验

棉花干燥剂  
开罐即丢弃

~~药苦口  
果汁汽水  
拿来配~~

# 正确用药五大核心能力

说清楚·对明白·用正确·爱自己·交朋友

## 能力四



1 清楚表达自己的身体状况

2 看清楚药品标示

3 清楚用药方法、时间

4 做身体的主人

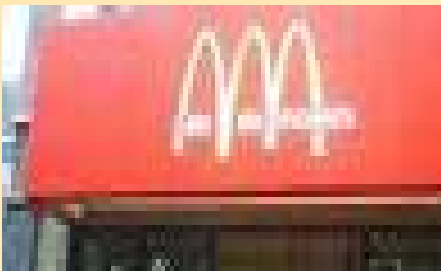
5 与药师、医师做朋友

# 拒絕來路不明的藥品

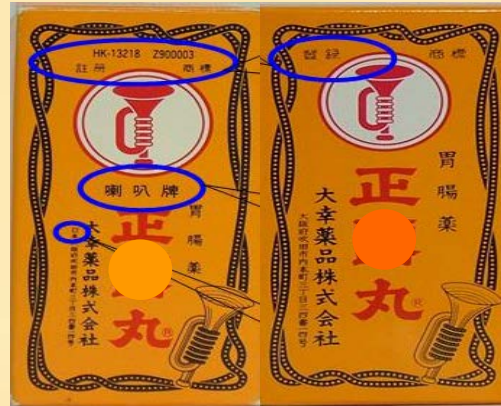


数据源：台湾电视台  
民间全民电视台

# 这些……你一定分的清楚



# 那这些呢 ???



# 合法药品辨识有三招-1

- 第一招  
— 于合法医院、诊所或药局取得药品
- 第二招：官方核准字号
- 第三招：基本资料详细刊载

### 第三招：基本资料详细刊载



**光化學製藥股份有限公司**  
 台灣·台南縣新化鎮中山路1001號

中文品名

廠商名稱、地址

主要成份、含量  
適應症、用法用量

儲存條件、保存期限、  
許可證字號  
製造日期或批號

藥品分級

**【成分】** Each tablet contains:  
 Ranitidine Hydrochloride eq to Ranitidine.....300mg

**【適應症】** 十二指腸潰瘍、良性胃潰瘍、邊緣性之消化性潰瘍、回流食道炎、高濃度胃酸分泌症候群。

**【用法用量】** 通常每天口服一次，一次一粒，睡前服用效果更佳。必要時可用劑每日、粒，應視臨床需要調節劑量。本藥須由醫師處方使用。

**【注意事項】** 請詳閱說明書。

藥號 960605

**【儲藏】** 本品應於室溫之下密封避濕貯之。

衛署藥製字第 032918 號 G.M.P.:G-1959

# 做身体的主人-用药五不原则



**不听** 别人推荐的药



**不信** 有神奇疗效的药



**不买** 地摊、夜市  
、网络、游览车上  
所贩卖的药



**不吃** 别人赠送的药



**不推荐** 药品给其他人

# 状况题-大家来找碴

邻居张妈妈一个朋友介绍她吃一种青草药，是吃酸痛的喔！她说：「介绍给很多人吃过，大家都说效果真正赞啦，且完全拢无副作用，你吃一次就有效果啦！」

# 您的想法？



这有用!!  
我麻来看看...



有影响吗?  
我来试一次...  
一次应该不会伤  
身体



这青草药安全吗?  
我还是来问药师  
的意见

# 正确用药五大核心能力

说清楚·对明白·用正确·爱自己·交朋友

## 能力五



1 清楚表达自己的身体状况

2 看清楚药品标示

3 清楚用药方法、时间

4 做身体的主人

5 与药师、医师做朋友

# 家庭医师与药师

- 病人有了健康问题可以向经常看诊的医师询问
- 与医师、药师作朋友
- 将医师、药师电话加入家庭联络电话



# 命运的三叉路

不知道怎么用药时  
服药后不舒服时  
买非处方药时  
有人推销药品时



有任何用药相关疑问时，可以问谁？

庙口买药的  
王叔叔



# 领有执照的 专业药师

藥事人員執業執照



執業執照



藥師

王小華

執業場所：小華診所 <3801160016>

Call-in  
电台卖药的主持人



# 感谢

- 教材制作

- ▲ 台北医学大学附设医院药剂部
- ▲ 马偕纪念医院药剂部
- ▲ 中华景康药学基金会
- ▲ 振兴医疗财团法人振兴医院药剂科
- ▲ 阮综合医院药剂科
- ▲ 财团法人彰化基督教医院药剂部
- ▲ 长庚医疗财团法人嘉义长庚纪念医院药剂科
- ▲ 国立成功大学医学院附设医院药剂部
- ▲ 奇美医疗财团法人柳营奇美医院药剂科
- ▲ 长庚医疗财团法人高雄长庚纪念医院
- ▲ 戴德森医疗财团法人嘉义基督教医院

祝您健康~

谢谢聆听~