

要健康 **藥** 注意!

# 用藥安全自我照護

## 教師手冊



行政院衛生署 關心您



行政院衛生署 關心您



## 目錄

- 一、用藥安全課程教案
  - (一) 教案設計
  - (二) 分組討論故事範例
- 二、用藥安全不知不可
- 三、用藥安全一三五
  - (一) 一：醫藥分工
  - (二) 三：藥品分三級
  - (三) 五：用藥五問
- 四、辨識合法藥品四密訣
  - (一) 於合法醫院、診所或藥局取得藥品
  - (二) 認明藥品許可証字號
  - (三) 基本資料詳細刊載
  - (四) 藥品分級標示
- 五、辨識藥品資訊四重點
- 六、用藥常識不知不可
  - (一) 遵守藥品用法用量 治療疾病安全有效
  - (二) 藥品與食物的交互作用
  - (三) 忘了服藥怎麼辦
  - (四) 藥物的保存方式
- 七、諮詢、檢舉單位



## 一、用藥安全課程教案

### (一) 教案設計

對象：國小五、六年級學生

名稱：用藥安全

時間：40分鐘（一堂課）

教學活動		時間分配	教學資源	效果評量	備註
教師活動	學生活動				
壹、準備活動 教學準備： 1.處方箋影本或範本 2.將用藥安全知識題製作簡短故事，並製作成海報。	學生準備： 1.各收集一個藥袋				
貳、教學活動 <b>*引起動機：</b> 1.老師請學生先將拿到藥袋後，會先檢查的項目圈出，會看的原因為何簡單寫出。 2.將同學寫的原因歸納寫在黑板上，並解說用藥安全之重點。	學生寫明拿到藥袋後，會檢查的項目，原因為何（包含都不看就直接拿走）。	5分	用藥安全教師手冊	1.小組討論中，找出錯誤之正確率達八成以上  2.觀察小組成員參與度	
3.老師講述故事，讓同學找出錯誤。	同學分組找出錯誤的行為，並說明為什麼。	15分			
4.老師做重點整理提醒，並可提問加強同學印象。		15分			
		5分			

## (二) 分組討論故事範例

王媽媽今天一大早發現小華頭痛暈眩，沒辦法起床上學，幫小華量了體溫後發現小華發高燒了。她從櫃子找出一盒王爸爸前幾天買回來，聽說很有效的退燒藥給小華吃。小華吃了後，就一直昏睡，氣得王媽媽直說要去消基會告藥商。

她趕緊換了衣服，要帶小華去醫院。但王奶奶知道後趕緊從房裡拿了一包藥出來說，這是她去年年底發燒時，醫生給她的藥，因為吃了病很快就好了，而且丟了浪費，今天派上用場了。王奶奶把藥拿出來後，發現藥丸上有一點一點的斑點，王媽媽制止王奶奶給小華吃這藥。王奶奶辯稱，她都有把藥放著曬太陽，不會長蟲壞掉的。但王媽媽還是堅決要帶小華去診所看病。王奶奶拿了醫生開的連續處方箋請媽媽順便去幫她拿高血壓的藥，她剩下10天的藥，先請媽媽幫她拿，她就不要再跑一趟了。

到了診所，醫生就幫小華做了檢查，問王媽媽，小華有沒有對什麼藥物有過敏的狀況？王媽媽說，他有點過敏體質，但目前沒有對藥物過敏的情況發生。接著醫生就在病歷上寫了一堆潦草的英文字，就請他們出去等領藥。王媽媽跟護士拿了藥袋，看了是王小華的名字沒錯後，就帶小華回家了。

回家後，王媽媽看了藥袋寫飯後服用，就在飯後要小華先吃藥，小華哭說藥很苦不要吃，王媽媽拗不過他，只好答應他，給他一杯葡萄油汁配藥吃，小華才答應吃藥。小華打開藥包後，發現裡面有花花綠綠的藥丸6顆，他根本搞不清楚藥的作用是什麼，就全吞下去了。王媽媽要王小華早點休息，希望可早點退燒。

## (問題修正)

王媽媽今天一大早發現小華頭痛暈眩，沒辦法起床上學，幫小華量了體溫後發現小華發高燒了。她從櫃子找出一盒王爸爸前幾天買回來，聽說很有效的退燒藥給小華吃。小華吃了後，就一直昏睡，氣得王媽媽直說要去消基會告藥商（應在服藥前詳細閱讀藥品標示或向社區藥局藥師諮詢後再服用）。

她趕緊換了衣服，要帶小華去醫院。但王奶奶知道後趕緊從房裡拿了一包藥出來說，這是她去年年底發燒時，醫生開給她的藥，因為吃了病很快就好了，而且丟了浪費，今天派上用場了（處方藥應由醫生診斷後開立，且藥品有保存期限）。王奶奶把藥拿出來後，發現藥丸上有一點一點的斑點，王媽媽制止王奶奶給小華吃這藥。王奶奶辯稱，她都有把藥放著曬太陽，不會長蟲壞掉的。（藥品應避免直接曝曬於陽光下）但王媽媽還是堅決要帶小華去診所看病。王奶奶拿了醫生開的連續處方箋請媽媽順便去幫她拿高血壓的藥，她剩下10天的藥，先請媽媽幫她拿（連續處方箋應於藥品用完前7日內才可領下次的藥），她就不要再跑一趟了。

到了診所，醫生就幫小華做了檢查，問王媽媽，小華有沒有對什麼藥物有過敏的狀況？王媽媽說，他有點過敏體質，但目前沒有對藥物過敏的情況發生。接著醫生就在病歷上寫了一堆潦草的英文字，就請他們出去等領藥（醫師應給處方箋）。王媽媽跟護士（應由配戴執業執照的藥事人員調劑）拿了藥袋，看了是王小華的名字沒錯後，就帶小華回家了（應確認基本資料，藥名、數量是否正確，注意藥品用法、用量及警語等訊息，最後確認調劑及交付藥品的人，是否配戴藥師執業執照）。

回家後，王媽媽看了藥袋寫飯後服用，就在飯後要小華先吃藥，小華哭說藥很苦不要吃，王媽媽拗不過他，只好答應他，給他一杯葡萄柚汁配藥吃（會影響重要的肝臟酵素作用及藥品吸收機制，服藥最好配溫開水），小華才答應吃藥。小華打開藥包後，發現裡面有花花綠綠的藥丸6顆，他根本搞不清楚藥的作用是什麼（用藥五問：問藥名、問藥效、問用法、問用多久、問注意事項），就全吞下去了。王媽媽要王小華早點休息，希望可早點退燒。



## 二、用藥安全不可不知

藥，正當使用可以治療疾病，但是不當用藥卻會為健康帶來嚴重威脅，如何降低用藥所衍生的風險，藥師扮演著極關鍵的角色，然而加強民衆本身對用藥安全的認知與重視，讓民衆可於第一防線為自己的用藥安全把關。



## 三、用藥一三五

(一) 一 → 醫藥分工

(二) 三 → 藥品分三級：

處方藥

指示藥

成藥

## 1. 認識藥品分級

藥品分級制度目的是為了保障一般消費大眾的用藥安全，就如電影分級制度一般，瞭解分級制度，我們在使用藥品上會更安心、更放心。藥品分級制度將藥品分為三級：處方藥、指示藥與成藥。這三級藥品對身體的作用，就如同我們看限制級、保護級與普通級的電影對我們的影響。藥品分級制度不僅可以保護我們的用藥安全性，更是方便政府的藥物管理。如果不依照藥品分級正確使用藥品，不但不能發揮療效，甚至可能先危害健康。

生病看醫師 用藥問藥師 小小毛病自己照顧。

## 2. 藥品分三級，使用方法各不同：

(1) **處方藥**：限制級藥品（限由醫師處方後使用）必須經由醫師處方，才能由藥事人員調劑供應。例如高血壓、糖尿病用藥與抗生素等。

(2) **指示藥**：輔導級藥品（可由藥師、藥劑生或醫師輔導使用）

不需要醫師處方，但是購買使用前需請教藥師、藥劑生或醫師。例如多數的胃腸用藥與綜合感冒藥等。

(3) **成藥**：普通級藥品（民衆可以自行購買使用）藥理作用緩和，不需醫藥專業人員指示，但民衆使用前須閱讀藥品說明書與標示，如綠油精、萬金油、撒隆巴斯、曼秀雷敦軟膏等。

(三) 五 → 用藥五問：

- 1 問藥名
- 2 問藥效
- 3 問用法
- 4 問用多久
- 5 問注意事項



## 四、辨識合法藥品四密訣

### (一) 於合法醫院、診所或藥局取得藥品

藥品來源分為兩大類：

1. 於醫院或診所就醫後，經醫師開立處方箋，由醫院或診所的藥事人員調劑後，提供給病人使用。
2. 民眾自行於合法藥局，經藥事人員協助，選購不須經過醫師處方的指示用藥或成藥。

合法的醫療院所及藥局，都應於營業處所明顯處德掛許可執照，並由配戴執業執照的藥事人員提供相關服務，因此，攤販、國術館或其他行業，都不可以兼賣藥品。

### (二) 認明藥品許可証字號

衛署成製字第○○○○○○號  
 環署藥製字第○○○○○○號  
 衛署藥輸字第○○○○○○號

### (三) 基本資料詳細刊載

1. 品名
2. 廠商名稱及地址
3. 製造日期或批號
4. 主要成分含量、用量、用法
5. 主治效能、性能或適應症
6. 副作用
7. 禁忌及其他注意事項
8. 有效期間或保存期限等

醫院 藥 師 藥 劑 師  
 藥劑師姓名：99123456  
 高藥號碼：A12345678 藥事醫師：林醫師 藥劑師號：99999  
 姓名：李病人 性別：男 年齡：30  
 藥品名稱：單位/含量 數量 天數  
 PHOSPHAN 0.5g/顆 12 3天內  
 用法：每日 餐後吞服 每日 1 次  
 適應症：痛風症  
 副作用：便秘  
 注意：1. 遵照用法，按量服用藥品。 2. 遵照用法，按量服用藥品。 3. 遵照用法，按量服用藥品。 4. 遵照用法，按量服用藥品。 5. 遵照用法，按量服用藥品。 6. 遵照用法，按量服用藥品。 7. 遵照用法，按量服用藥品。 8. 遵照用法，按量服用藥品。

### (四) 藥品分級標示

1. 成藥
2. 醫師、藥師、藥劑生指示藥品
3. 本藥須由醫師處方使用



## 五、如何辨識藥品資訊

- (一) 領藥後先核對是否自己的藥—姓名、年齡、性別等資料是否相符
- (二) 檢查藥品名稱、數量是否正確
- (三) 注意藥品用法、用量、警語等訊息，並確實遵守
- (四) 確認調劑及交付藥品的人，是否配戴藥師的執業執照



## 六、用藥常識不可不知

### (一) 遵守藥品用法用量 治療疾病安全有效

依規定，藥品包裝或調劑後放置藥品的容器，都應該標示清潔的用法與用量，病患必須遵守，不可以自行調整使用方法或任意增減藥量，否則，可能會造成藥效不夠或過強，甚至其他無法預期的狀況。

## 每日的服藥時間一般可分為：

- 1.一天四次，每六小時一次
- 2.一天三次，每八小時一次
- 3.一天2次
- 4.一天一次，任一固定時間

## 飯前與飯後服藥的時間標準：

飯前（空腹）服用：時間是飯前一小時或飯後二小時，適合食物影響吸收，胃腸刺激性小的藥物。

飯後（指與食物一起服用）服用：時間是飯後一小時內或進食時，因可藉食物協助藥物吸收並減低不適之刺激

## （二）藥品與食物的交互作用

### 1.葡萄柚汁

葡萄柚會影響重要的肝臟酵素作用及某些藥品的吸收機制

### 2.乳酪

含酪胺酸（Tyramine）的食物（如：乾酪、酪梨、香腸和醬油）與單胺類氧化酵素抑制（MAOI）之抗憂鬱藥並用會引發高血壓

### 3.酒類

鎮定安眠藥再加上酒精，會導致協調和注意力損害

### 4.牛奶

牛奶會降低某些抗生素等藥物的吸收

### 5.香菸

香菸會增加某些藥物的代謝速率，使作用時效變短

### 6.咖啡

口服避孕藥等會使咖啡更加強效

### 7.茶

茶中的單寧酸可能會奪走補充劑內或菠菜中的鐵質。

### 8.碳烤肉類

碳烤食物會使肝臟運作更費力且更快，增加抗氣喘病的theophylline於身體中的排除速度。

### 9.藥品

某些藥品會降低血液循環中的維他命B6和葉酸的濃度。

### 10.營養補充品

吃太多綠色蔬菜，反而會阻礙抗凝血劑—可脈丁的藥效。

## （三）忘了服藥怎麼辦？

如忘了服藥的情況下，視藥品種類可分：

- 1.症狀緩解的藥品：忘了服藥沒關係。
- 2.治療或預防的藥品：若在短時間內想起立即服用，若已接近下次服用時間，則跳過不用，下次恢復正常時間服用，切勿使用雙倍量。

## （四）藥物的保存方式

藥物並非千年不壞，它們也有保存期限，而且未經妥善保存，也會變質失效。當心！別吃了過期或變質的藥品，不但無法改善病情，還可能加速病情的惡化喔！

## 正確的儲存條件可分：

- 1 避免直接曝曬於陽光之下。
- 2 不要將藥品存放在浴室，以免藥品被浴室的濕氣破壞。
- 3 內服藥品與外用藥品分開，不同的藥不要混在一起。
- 4 定期檢查家中藥物，過期的藥品不宜再繼續保存，除非有不確定的標示藥品最好丟棄。
- 5 不要把藥品存放在兒童可以取得之處，以免兒童誤食藥品發生中毒。
- 6 非另有指示，液體藥品不宜冷凍（冷凍與冷藏不同）
- 7 保留說明書、原包裝、有效日期、用法和用量資料，易於辨識與參考。



## 七、諮詢、檢舉單位

### （一）驗證合法藥品真實性 上網查詢最方便

如果您想確認自己使用的藥物是否真是合法藥物，可直接上行政院衛生署網站，查詢藥品、含藥化妝品及醫療器材許可證，網址<http://203.65.100.151/DO8180.asp> 只要輸入許可証字號或中文或英文名品或廠商名稱等其中一項，即可查詢所查之許可証字號是否真實，來辨別是不是合法的產品。或打電話：(02)2321-0151轉487、703、704，由專人為您服務。

### （二）發現藥物不良反應 儘速就醫並通報

當使用藥物後懷疑有不良反應產生時，應立即就診，並向原開立處方的醫師或藥品公司反應，也並可向全國藥物不良反應通報中心通報，可用網路、傳真或先行口頭通報與尋求協助。以避免藥物傷害，並快速發現藥物不良反應，保障其他民衆用藥安全。行政院衛生署現已架設完成台灣藥物不良反應通報系統網站，民衆可由此取得藥物安全之相關資訊。

台灣地區藥物不良反應通報系統

網路通報：<http://adr.doh.gov.tw/>

通報專線：(02)2396-0100

### （三）對藥物廣告內容有醫問應向誰詢問或檢舉：

請打電話向各縣市衛生局藥政課（科）

或(02)2321-0151衛生署轉藥政處查詢。

（四）若發現非藥師或藥劑生執行調劑業務的情形，請打行政院衛生署藥政處免付費服務電話：0800-058-828，以保障所有病患的權益。

### （五）財團法人藥害救濟基金會

電話：(02)2358-4097

地址：台北市100中正區羅斯福路一段32號2樓

若對藥害救濟仍有疑問，

可洽藥害救濟專線：(02)2358-4097

網址：[www.tdrf.org.tw](http://www.tdrf.org.tw)

# 「用藥安全大會考」活動

徵求用藥安全小達人 小朋友與家長總動員

## 活動說明

要健康藥注意！用藥安全大會考，小朋友與家長來挑戰！自10月23日起舉辦「用藥安全大會考」活動，邀請國小五、六年級小朋友3人及家長2人組隊參加，連續四周過關斬將，就有機會抱回最高獎學金2萬元並獲公開表揚，還有機會與衛生署長官來場名人賽。為自己的用藥知識加分，為校爭光，趕快來報名！詳情請上<http://www.med-safe.com.tw>網站查詢。

## 團體報名

小學五、六年級學生3人與家長2人共計5人組成一隊

## 報名方式

採線上報名制，請於10月20日前上網 <http://www.med-safe.com.tw>填寫報名表，取得參賽帳號、密碼一組，比賽期間憑帳號、密碼上網作答。

## 活動時間

9月20日至10月20日 上網報名，取得參賽帳號、密碼  
10月23日至10月29日 第一週【是非題】  
10月30日至11月5日 第二週【選擇題】  
11月6日至11月12日 第三週【申論題】  
11月18日(六) 前四名實境決賽

## 活動獎項

- 冠軍 獎學金20,000元並獲頒獎盃一座
- 亞軍 獎學金10,000元並獲頒獎盃一座
- 季軍 獎學金5,000元並獲頒獎盃一座
- 殿軍 獎學金3,000元並獲頒獎盃一座

## 活動方式

### 1. 初賽階段

- \* 初賽採網路線上作答、每週出題方式進行。
- \* 出題類型第一週為「是非題」、第二週為「選擇題」、第三週為「申論題」三種，連續三週出題。
- \* 參加者必須於活動期限內上網作答完畢，全部答對才能進入下一關。
- \* 第三關「申論題」作答結果將由專家學者評選出前四名進入決賽。

### 2. 決賽階段

- \* 決賽採取兩隊對抗、即問即答之方式進行。
- \* 由小學生負責作答，另由家長成立「後援親友團」。
- \* 主持人發問後進行搶答，每題答題時間限30秒，參加隊伍不得攜帶任何參考資料，但每隊有一次求助「後援親友團」機會，後援親友團可攜帶相關資料，比賽以累計分數高者為勝。