

正確用藥

五大核心能力

正確用藥五大核心能力宣導用語

能力一 清楚表達自己的身體狀況

看病時先瞭解自己身體狀況，並向醫師說清楚下列事項：

- (一) 哪裡不舒服，大約何時開始，何種情況下覺得比較舒服等。
- (二) 有無藥品或食物過敏史，以及特殊飲食習慣。
- (三) 曾經發生過的疾病，包含家族性遺傳疾病。
- (四) 目前正在使用的藥品，包含中、西藥或保健食品。
- (五) 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。
- (六) 女性需告知是否懷孕、正準備懷孕或正在哺餵母乳。

能力二 看清楚藥品標示

(一) 姓名

領到藥品時，先核對藥袋上的姓名與年齡是否正確。

(二) 藥品用法

每次用藥前，要先確認使用的時間、用量及方法。

(三) 藥品適應症

藥品的用途與自己的疾病或症狀是否相符。

(四) 藥品名稱和外觀

藥品的形狀、顏色等是否與藥袋上的描述相符。

(五) 注意事項、副作用或警語

請看清楚藥袋上註明的注意事項，了解藥品使用後可能產生的副作用或重要警訊。

(六) 使用天數

藥品應該服用多久，並核對藥品總量對不對。

(七) 使用多久

要知道自己的藥應該服用多久，並核對藥品數量對不對。

(八) 藥品保存期限與方法

檢查包裝上是否有衛生署的核准藥品許可證字號。

能力三 清楚用藥方法、時間

藥品應依藥袋標示的時間使用。口服藥品應以適量的開水服用（不要以葡萄柚汁、牛奶、茶、果汁、咖啡等飲料搭配服用）

① 每日服藥時間，一般可分為

- 一天四次：早、中、晚三餐及睡前，共四次
- 一天三次：早、中、晚三餐，共三次
- 一天二次：早餐及晚餐，共二次
- 一天一次：每日固定同一時間

② 飯前與飯後服藥時間標準

飯前（或空腹）：飯前一小時或飯後二小時
飯後：飯後立即服用或飯後一小時內皆可服用

*若有特殊情形應遵照醫師或藥師指導使用

能力四 做身體的主人

為了自己的健康，堅持用藥五不原則—

- 「不聽」：不聽信別人推薦的藥
- 「不信」：不信有神奇療效的藥
- 「不買」：不買地攤、夜市、網路、遊覽車上所販賣的藥
- 「不吃」：不吃別人贈送的藥
- 「不推薦」：不要推薦藥品給其他人

能力五 與醫師、藥師作朋友

生病找醫師，用藥找藥師。

藥袋諮詢電話讀，萬事詢問不慌張
聯絡電話要留存，安全健康有保障

行政院衛生署食品藥物管理局

財團法人醫院評鑑暨醫療品質策進會

小明是一個國小五年級的學生，有一天半夜，他的肚子突然痛起來，由於當時家人都睡著了，於是他決定自己去拿胃藥來吃。他打開藥箱，拿起一顆胃藥就往肚子裡吞，但因為沒有白開水，所以就拿冰箱裡的果汁來配藥吃。過了一會，他覺得肚子還是不舒服，為了想讓自己的肚子痛快點好，於是他又再吃了一顆胃藥，就這樣過了十分鐘後……

(1)你覺得小明的身體會發生什麼樣的情形？_____

_____。

(2)小明在服用藥物時犯了哪些錯誤？請從文章的內容中找出兩項來，並說明該如何做才是正確的。

①第一項錯誤：_____

_____。

該如何做才是正確的？_____

_____。

②第二項錯誤：_____

_____。

該如何做才是正確的？_____

_____。

