

宜蘭國小 100 學年度『正確用藥五大核心能力』衛教單

能力一、看專業 看醫師 看病時說清楚自己的身體狀況

- (一) 哪裡不舒服包括身體不舒服的部位、症狀等。
- (二) 有無藥物或食品過敏史或特殊飲食習慣
- (三) 發生過的疾病史及家族性遺傳疾病等。
- (四) 目前正在使用的藥品西藥或中藥、保健食品等。
- (五) 女性需告知是否懷孕、正準備懷孕、正在哺餵母乳。

能力二、問專業 問藥師 清楚藥品標示

- (一) 姓名 領到藥品時，先核對藥袋上的名字、年齡是不是自己的。
- (二) 藥品用法 每次用藥前，確認使用的時間、使用的量及方法。
- (三) 藥品適應症 藥品的用途與自己的疾病症狀是不是符合。
- (四) 藥品名稱和外觀、形狀、顏色等與藥袋上的描述是不是一樣。
- (五) 藥品保存期限與方法 要看清楚藥品的有效期限和保存方法。

能力三、用專業 依藥袋標示用藥 清楚用方法、時間

藥品應依藥袋標示的時間使用。每日服藥時間，一般可分為

一天四次：於早、中、晚三餐及睡前，共四次。

一天三次：於早、中、晚三餐時間

一天二次：於早餐及晚餐時間，一天一次：每日的固定一個時間

飯前與飯後服藥時間標準

飯前(或空腹)：指吃飯前一小時或飯後二小時。

飯後：飯後立即服用或指吃飯後一小時內。

能力四、買專業 買藥應在專業場所 做身體的主人

- (一)「不聽」：不聽信別人推薦的藥。
- (二)「不信」：不信有神奇療效的藥。
- (三)「不買」：不向攤販、地下電台、遊覽車、休息站、網路、購物頻道等購買。
- (四)「不吃」：不吃別人贈送的藥。
- (五)「不推薦」：不推薦藥品給其他人。

能力五、聽專業 聽醫師、藥師專業指導 與醫師、藥師做朋友

有關用藥的任何問題，都可以請教醫師或藥師，或撥打藥袋上的電話諮詢請教。

宜蘭國小 100 學年度『正確用藥五大核心能力』衛教單回條

____年__班 座號：____ 學生姓名：_____

本人(家長)及學生已詳閱並了解，本衛教單『正確用藥五大核心能力』

敬請家長簽名：_____ 關係：_____ 100 年 12 月 _____ 日

◎請將此回條於 100/12/13 交回導師轉健康中心登錄 學務處關心您 100/12/06