

從居家用藥訪視經驗談用藥安全

◎嘉義長庚藥劑科組長 張展維

「用藥安全，人人有責」。提升病人及照護者的用藥安全能力，亦是用藥安全的重要執行策略。本次有幸參與嘉義縣衛生局「社區用藥安全健康營造」—居家用藥安全宣導及訪視，讓身為醫院藥師的我，有機會走出醫院進入社區到病人家中，全方位檢視民眾用藥情形及觀念。

在居家用藥訪視時，發現民眾幾個常有的錯誤用藥觀念，以下分別探討這些問題並提出建議，希望能導正民眾的觀念，避免藥物資源的浪費。

重複看病與領藥

台灣已進入高齡化社會，而高齡者常因合併多種疾病，需跨院、跨科看診拿藥，且民眾常有看病就要拿藥的觀念，讓重複用藥的現象明顯增加。由健保局申報的分析發現，目前受限於技術或個人資料保護等問題，跨院間病人用藥資訊並未流通，且健保IC卡用藥登錄、查核功能不彰，因此，醫師看診及開立處方時，無法進一步確認其他醫師開方藥品品項，再加上病人本身也難以交代服藥情形，以致民國95~97年高血壓、糖尿病、高血脂重複用藥金額達27億，

不僅造成醫療資源浪費，更產生了潛在的藥害危機。

醫改會提出避免重複用藥有五「藥」訣—(1)提醒醫師將用藥和過敏史登錄於健保IC卡內，或請藥師發給用藥記錄卡。(2)就醫、領藥時，請醫師、藥師查閱IC卡，或主動告知目前服用藥物、保健食品。(3)由家庭醫師或老年整合門診進行整合性用藥評估。(4)請藥師幫忙看不同醫院開的藥是否重複。(5)彙整藥品明細、藥袋資料，學作用藥記錄。

藥品儲存地點和儲存方式不佳

在一般家庭裡，通常都會準備一些治療頭痛、消化不良、鼻塞等常見病症的成藥或指示用藥，或因急慢性疾病領

用藥記錄卡			
姓名：	性別：	年齡：	Page 1
病歷號：	地址：	電話：	
過敏反應：	目前用藥：	疾病名稱：	
疾病名稱：	疾病名稱：	疾病名稱：	
藥物名稱	劑型	劑量	備註
Telmisartan 40mg/tab	每天1次 每次1粒	原發性高血壓	
Fenofibrate 160mg/tab	每天1次 每次1粒	高脂血症	
Sitagliptin 100mg/tab	每天1次 每次1粒	第二型糖尿病	
Amlodipine 5mg/tab	每天2次 每次1粒	第二型糖尿病併發症	
2mg+Metformin 500mg			

※ 本卡係用電腦自動生成，如有錯誤請向藥師查詢。或逕向藥局藥房、藥主出示本卡，確保用藥安全。
諮詢電話：05-3621000轉2130 就醫單位：長庚紀念醫院—嘉義院區

▲領藥時出示用藥記錄卡，以避免重複用藥



用醫院處方藥物，為維持這些藥品藥效及安全，藥物儲存地點及方式是很重要的。

訪視發現，民眾對藥物的儲存地點，有一些錯誤的習慣，對藥品的使用期限，警覺性也較差。像是民眾習慣將藥品到處放（或沒吃完的藥品都放置於同一個藥袋內），覺得如此用藥才方便。藥品到處放，若家中有幼童，可能發生兒童誤食藥品中毒。所有用藥放置同一藥袋內，則可能造成無法辨識而混淆用法，致用藥錯誤。

另有些人是將藥品放置於高溫、悶熱濕度高的環境（如高溫的汽車內、悶熱的廚房、電腦、電視機上、及潮濕的浴室），可能因此而讓藥物變質。

還有人認為將藥品（如感冒糖漿、胃乳）放置於冰箱，可以延長保存期限，但其實放於冰箱內反而較容易受潮，且冰箱內食品可能有生、熟食，其實細菌很多；有些藥品反而會因置於低溫環境中產生物理變化（如水溶液會因溶解度下降使藥物析出）或化學變化。

至於健康食品或是大罐藥品於開瓶之後，瓶內乾燥劑及棉花，民眾誤以為可以吸收水分，但因乾燥劑及棉花水分達到飽和時，不但無法再增加水分的吸

收，反而會讓藥品容易潮濕變質。美國國家藥典中建議，藥瓶內的棉花和乾燥劑，在開罐後就必須丟棄。

相信上述種種錯誤觀念，不僅僅只是發生在訪視的家庭中，部分讀者家中應該也有相同的問題，那到底藥品到底該怎麼保存呢？

一、注意包裝上的食用說明：

藥品包裝上的有效期限，指的是：在「理想儲存條件」下「未拆封」藥品仍有效的期限，在藥品外盒，或藥品單片包裝上方或下方，常可見「exp」（expiration date），即為有效期限。因為藥品有效期限的標示方式，沒有一定的標準，若民眾還是對藥品的保存期限有疑惑，可以請藥師協助確認。若碰到無原廠個別密封鋁箔、夾鏈袋小包裝或診所用小紙包封裝藥品，上頭又沒有標明日日期，則建議最好依處方天數使用。

二、勿囤積藥品：

除了慢性病的長期用藥之外，一般還是會建議依醫囑服藥，藥品應於病人治療期間內使用就好。

三、保留藥品原始包裝盒：

盡量不更換包裝，因藥品規格、用法和使用期限都在原包裝（藥袋）上，一旦將原包裝（藥袋）丟棄就很容易吃錯藥或吃到過期藥。有效期限建議可以用螢光筆標示，以確定藥品的保存在期限內。

四、注意藥品外觀是否有異：

特別提醒民眾，除留意有效期限外，還要注意包裝是否完整？藥品外觀若發生碎裂、受潮、結塊、變色，表示藥物有問題了，雖然保存期限未到，但仍建議不能再使用。

五、外用藥品保存亦馬虎不得：

已開封的眼藥膏、眼藥水，因無法確認無菌程度，一般會建議開封後一個



▲藥品外盒包裝辨識說明

月，無論有無變色，都不要再使用。外用藥膏，因涉及使用頻率、保存條件、無菌操作概念、藥品瓶口與瓶身遭污染等因素影響，無任何文獻資料明確提供開封後可保存的期限，故雖於有效期限內，仍應觀察藥品的外觀是否有變質情況，若有變質情形應不要再使用。

一般居家環境，不若醫院環境恆定，原則上居家藥品儲存條件應依照仿單說明書或藥袋說明指示存放，另外，儲存地點應有3原則：避光(陽光照射不到的地方)、避濕、避熱，也就是陰涼乾燥處。另外，建議將居家用藥進行分類管理，將成人用藥、兒童用藥、外用與內服藥品明顯區隔存放及標示清楚。

過當使用保健食品

對於保健食品或健康食品的使用，傳統迷思是「有吃有保佑」及可以「養生」、「保養」。而且發現還是有很多人會認為：抗氧化維生素添加劑可以預防心血管疾病等等迷思。

對於保健食品與特定食品的使用，目前營養學界知道最多且最能保證的健康食品，還是均衡飲食及多樣化的天然食物（包括大量的蔬菜水果）。別把健康食品當藥吃，生病單用保健食品會延

誤病情，有些保健食品不具療效且會與藥物產生交互作用，因此有病還是需要去就診看醫師。若有需要使用保健食品務必經過醫師、藥師或營養師的專業評估後再使用，正確使用健康食品還是可以得到一些益處的。

勿購買來路不明的藥物

嘉義縣老化指數名列全台之冠，於訪視過程可以看到廟口及活動中心前，聚集上百名老人正在聽「說明會」，偽劣藥和健康食品販賣猖獗，故除衛生主管機關應加強查緝之外，提升民眾的正確用藥安全觀念，變成刻不容緩的工作。

鄉鎮賣藥說明會常假借健康宣導、送東西（醬油、洗衣粉）來招徠聚集老人參加，藉機兜售高價食品，以口語化的宣傳方式誇大療效。民眾欲自行購藥前，應諮詢專業人員，以免賠了荷包又傷了身體。

特別提醒民眾「用藥五不」正確概念—不相信誇大不實廣告或購買來路不明藥品（地攤、夜市、地下電台及遊覽車上販賣的藥）、不聽信別人推薦、不信神奇療效藥物、不吃別人贈送的藥、不推薦藥品給別人。

透過居家訪視讓民眾感受最直接的照護

此次居家用藥安全宣導及訪視，是為提升病人及照護者的用藥安全知識，走出醫院進入65位民眾家中進行130人次訪視，足跡遍佈嘉義縣沿海鄉鎮，也感受到民眾很直接的專業信賴，及鄉親的純樸與熱情。民眾對藥師的訪視，都感覺到很被關心及照顧，也持正面態度。個人認為藥師除了表達關心外，守護用藥者的用藥安全，是我們最基本的責任，亦是最大的成就感來源。💡



▲藥師居家用藥訪視協助整理多科別用藥