

銀髮族用藥問與答

◎台北長庚藥劑科藥師 蘇芳玉

老年人常同時罹患不同疾病，需要多科看診、服用多種藥物，若再加上自行購買或親友、電台推薦的營養品、健康食品等，進而產生嚴重的多重用藥問題。且因老人自我照顧的能力較弱、服藥的順從性易降低，且生理機能因年紀改變，像是肝、腎功能的退化等，使得藥品在身體內的旅行路程越來越不可掌握，導致老人用藥增加複雜性。因此老年人用藥更需要大家一起來關心。常見老年人藥物諮詢問題列舉如下：

Q1：聽說「西藥傷胃」，是不是吃西藥都要配胃藥？

A1：其實西藥不一定會傷胃。且可能因服用胃藥，而妨礙其它藥品的吸收，影響療效。藥品之間是可能相互影響的，如果不確定藥物的服用方法或是怕重複用藥，服藥前可以先詢問藥師或醫師。

Q2：每天都去不同的醫院看病，藥品種類繁多，請問藥師該如何服藥呢？

A2：在不同醫院就診較不容易掌握所有藥品用藥資訊，最好整合於一間您信任的醫院，也能有完整的就醫紀錄，降低用藥錯誤。若在不同醫院的科別就診，請記得要把他院開立的藥品名稱

、劑量、服用時間紀錄下來，提供給您看診的醫師知道，或到藥局的藥物諮詢室，請藥師幫您確認是否有用藥上的問題，避免吃到成分相同或類似的藥品。

Q3：眼藥水與眼藥膏該如何使用與保存？

A3：若點藥時間相同，請先點眼藥水，10分鐘後再點眼藥膏；如果是兩瓶眼藥水，先點哪一瓶都可以，只要中間間隔五分鐘即可，點完藥後請不要立即配戴隱形眼鏡！此外藥袋上註明「請存放在冰箱」的藥品，需在冰箱冷藏櫃保存。為了確保藥品的品質與療效，眼藥水開封後超過一個月請丟棄。

Q4：一般外用塞劑該如何使用與保存？

A4：塞劑須依照醫師指示的時間使用，請撕開外面的塑膠包膜。一般存放陰涼避光處，若夏天溫度過高造成塞劑軟化而不堪使用時，才需要存放冰箱。

Q5：朋友推薦給我某電台介紹的藥品，大家都說很有效，我可以買來使用嗎？

A5：這種來歷不明的藥物，最好不要嘗試，且服用後效果未知，治療疾病最好還是請醫師診斷後，開給您適合且合法的藥品。用於治療疾病的藥品多數

是處方藥，須經過醫師處方才能使用，而且處方藥是禁止廣告的，所以這種電台藥品大多是違法藥品。而且買藥要認明衛生署藥物許可證字號才安心！賣假藥的人很多，吃多、擦多了假藥可能傷肝、傷腎或造成過敏等，這種違規賣藥的人不可以相信，他們賣的藥若有療效，就應接受衛生署檢驗，經過許可才可以販售，我們用藥才有保障。總之應該要買標示完整，有衛生署證明合格的藥品。

Q6：藥師都告訴我藥袋不要丟，可是藥袋很佔空間，我領了藥之後就丟棄藥袋，這樣有什麼不好？

A6：藥袋上有很多資訊，可以提供您核對以下資料：

- (1)姓名：領到藥品時，核對藥袋的姓名是否正確。避免拿到別人的藥品，保障自己及他人的用藥安全。
- (2)用法：服藥前先確認用藥途徑、方法、用藥時間及每次劑量。才能在正確時間點使用正確劑量，讓藥品發揮最佳療效。
 - 每日服藥時間，一般可分為：
 - 一天四次，每 6 小時一次（可以配合於三餐飯後與睡前服用）。
 - 一天三次，每 8 小時一次（可以配合於三餐飯後服用）。
 - 一天二次（可以配合於早晚飯後服用）。
 - 一天一次，任一固定時間。
 - 飯前與飯後服藥時間標準
 - 飯前（一般指空腹）：飯前 1 小時或飯後 2 小時。適用於易被食物影響吸收，胃腸刺激性小的藥物。
 - 飯後：飯後 1 小時內或與食物一起服用。

(3)臨床用途：藥袋上標示的用途是否可治療您的疾病。

(4)療程：應知道藥品的療程要吃多久（領到藥品的量）。

(5)注意事項：要知道警語及特別注意事項。

(6)效期與儲存條件：要知道藥品有效期限，若已過期、變質變色的藥品勿再使用；另也要知道保存條件，例如常溫、冷藏、冷凍、防潮濕、避光等條件，如此才能確保藥品品質。

Q7：就醫時，需要和醫師說明哪些事項？

A7：民眾就醫時，應先了解自己狀況並能清楚向醫師說明：

- (1)說明自己的症狀，包括不舒服的部位、情況及發生的時間等。
- (2)個人特殊狀況：含藥物過敏、飲食特殊情形（例如素食、低糖、低鹽…等）。
- (3)過去疾病史：包括開刀、住院、醫學檢驗結果、有無糖尿病、高血壓、肝腎疾病等。
- (4)目前正在使用藥品或健康食品：包括中藥、維他命、避孕藥、減肥藥、健康食品、酒類等。
- (5)有無操作機械、開車或騎機車：有些藥品吃了之後會想睡覺，可能會降低病人的注意力及緊急時的應變反應。

對於醫師開立的藥物若有疑問，可在診間詢問醫師，也可在醫院或社區健保藥局諮詢，服藥後發現不舒服的症狀，可以電話聯絡諮詢藥師或回醫院看診。

最後，提醒您，凡是廣告內容太過神奇的产品，都要特別提高警覺，使用藥品時應注意五不原則：堅持不聽、不信、不買、不吃、不推薦五大原則。👁