

長庚醫院成立 台灣第一支「運動藥師」團隊

焦點話題

◎林口長庚藥劑科主任 陳琦華

誤 觸運動禁藥，是國內選手長期以來參加比賽最大的困擾之一。有選手甚至只是服用了感冒藥，就失去參賽的資格，相當可惜。為避免選手誤觸運動禁藥，在「長庚運動醫學團隊」主席楊政達院長指示下，今年4月正式成立了台灣第一支「運動藥師」團隊，希望能結合全長庚藥師的專業力量，協助選手做好第一線用藥的把關重任，並於8月20日上午舉辦跨院區的視訊講習，共有400多位藥師參與，學習有關運動禁藥的專業知識。

日本自2009年實施「運動藥師」認證制度，目前已有9千多位會員，其主要任務之一，是到學校推廣運動禁藥教育，以及在社區或國家體育比賽中提供選手運動禁藥諮詢。

由於日本這項制度對選手的幫助極大，因此在王瑞慧董事長大力支持下，「長庚運動醫學團隊」進行研討規劃，正式成立了台灣第一支「運動藥師」團隊。首要任務就是由選手的教育做起，再透過專業藥師的協助把關，雙管齊下，才能避免選手誤觸運動禁藥。

今年上半年，長庚「運動藥師」已



學歷 臺北醫學大學藥學博士
專長 臨床藥學、實證藥學

至多所國高中針對校隊或體育班學生上課，教導學生認識運動禁藥，並提醒學生就醫時應留下藥袋或處方箋，使用運動禁藥APP，以藥品名稱自行查找運動禁藥相關訊息。學生上完課後也驚訝發現，原本他們覺得自己應該不可能碰到運動禁藥，上完課後才知道，原來生活中所服用的藥物成分中，有很多是含有運動禁藥的。了解這些運動禁藥知識後，可以讓他們懂得保護自己，不會因為一次無心或不了解，抹煞多年的努力而無法參賽。

「長庚運動醫學團隊」副主席林瀛洲醫師，有多年照護運動選手的經驗。他說，有些選手因為服用了感冒藥，誤觸運動禁藥，失去了參加比賽的機會，相當可惜。而感冒藥確實是選手最常誤

常見運動禁藥成分

藥品成分	
雄性荷爾蒙	如睪丸酮 (testosterone)、苯丙酸諾龍 (nandrolone)
賀爾蒙調節劑	如治療不孕症之可洛米分 (clomiphene)
利尿劑	如呋塞米 (furosemide)
腎上腺皮質激素	如類固醇 (steroid)
乙型致效劑	如菲諾特洛 (fenoterol)
興奮劑	如治療鼻塞流鼻水之麻黃素 (ephedrine)、假麻黃鹼 (pseudoephedrine)

觸「運動禁藥」的來源，因為有一類藥品麻黃素，可以使鼻子的血管收縮，緩解鼻塞、流鼻水症狀；另一類藥品乙型致效劑，則可以使支氣管擴張，緩解咳嗽。

有些選手認為服用西藥有誤觸運動禁藥風險，就改看中醫吃中藥，但其實不少中藥製劑也含有運動禁藥成分，例如葛根湯、小青龍湯等，裡面就含有運動禁藥麻黃成分，不可不慎。

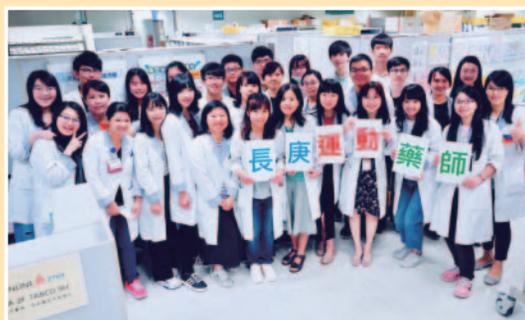
長庚「運動藥師」團隊為了能即時幫助選手，不再因誤觸禁藥而失去比賽或得獎資格，目前正積極利用行動通訊應用程式，建立「長庚運動醫學團隊運

動禁藥諮詢」平台，採取「一對一聊」之互動模式，由運動藥師即時檢視選手上傳之處方箋，替選手解答是否含有運動禁藥，讓選手可以安心正確地用藥。此外，並將在長庚醫院各院區藥局成立「運動禁藥諮詢專線」，提供選手即時諮詢管道。

長庚醫院成立「台灣運動藥師團隊」只是一個開始，接下來期待全台有更多醫療院所響應一起培訓運動藥師，從醫院、校園將運動禁藥知識傳遞出去，未來也希望社區藥師能夠加入，唯有完善的運動藥師制度才能把誤用運動禁藥之風險降到最低。✿



▲本院成立「運動藥師」團隊，400 多位藥師參與講習，學習有關運動禁藥的專業知識



▲本院成立台灣第一支「運動藥師」團隊