



正確用藥五大核心 能力宣導.教材使用

蔡美琦



財團法人醫院評鑑暨醫療品質策進會

Taiwan Joint Commission on Hospital Accreditation



+1 15

電子報 · 訂閱/取消 輸入 e-mail GO

[關於醫策會](#) [人才招募](#) [評鑑](#) [認證/訪查](#) [醫學教育](#) [品質促進](#) [病人安全](#) [活動課程](#) [出版](#) [資料下載](#) [服務信箱](#)

醫學教育

教學醫院教學費用補助

[>訓練計畫作業說明](#)
[>西醫師PGY](#)
[>其他醫事人員PGY](#)
[>各醫院訓練資訊](#)
[>受訓人員](#)

牙醫師畢業後一般醫學訓練

[>計畫簡介、申請與審查](#)

正確用藥

為提升民眾用藥安全，加強正確用藥教育，以1986年渥太華憲章強調的advocate（倡導）和empower（賦能）取代topdown填鴨式指派或教育，且empower強調提供支持和參與的精神，行政院衛生署始於2009年推動正確用藥五大核心能力，並成立正確用藥教育資源中心（以下簡稱資源中心）共同推廣，將正確用藥五大核心能力納為門診、病友會衛教常規，提升民眾用藥知能。五大核心能力分別為：能力一：清楚表達自己的身體狀況，能力二：看清楚藥品標示，能力三：清楚用藥方法、時間，能力四：做身體的主人，能力五：與醫師、藥師作朋友。

本計畫以資源中心為基礎，結合在地化藥事資源（如：正確用藥教育中心校群、社區藥局、社區醫療群等），希望透過結合社區藥事資源與民眾力量，提供多元化之藥事照護服務，以家庭藥師的概念，採取適宜的衛教介入模式，共同推動社區內「與醫師藥師作朋友」，加強對民眾用藥認知與行為，並將用藥安全教育向下紮根，希望藉此拓展藥事服務的影響力，提升民眾的用藥安全品質，創造更優質的用藥環境。

[Home](#) > [醫學教育](#) > [教材、教案發展](#) > [正確用藥](#)

更新日期：2012.05.10

相關資料下載

- [2011年正確用藥教育資源中心名單](#)
- [2012年正確用藥教育資源中心名單](#)
- [2010年正確用藥教育資源中心名單](#)
- [2009年正確用藥教育資源中心名單](#)
- [2011年社區用藥諮詢站名單](#)
- [2010年社區用藥諮詢站名單](#)
- [正確用藥教育志工服務手冊](#)
- [正確用藥五大核心能力宣導用語](#)

教材教案下載

- [教材使用注意事項](#)
- [正確用藥五大核心能力電子書](#)
- [正確用藥公版教材-慢性病版](#)
- [正確用藥公版教材-高診次版](#)
- [正確用藥公版教材-兒童版](#)
- [正確用藥公版教材-青少年版](#)
- [正確用藥公版教材-婦女版](#)
- [正確用藥公版教材-媽媽教室版](#)
- [正確用藥公版教材-銀髮版](#)
- [正確用藥公版教材-銀髮婦女版](#)
- [兒童版教案](#)
- [小學高年級教案](#)
- [小學高年級教材-醫定藥幸福](#)
- [青少年版教案](#)
- [婦女版教案](#)
- [老人版教案](#)

衛教文宣下載

- [2011年大藥袋海報](#)
- [2011年五大核心能力DM內頁](#)
- [2011年五大核心能力DM外頁](#)
- [2011年五大核心能力海報](#)
- [2011年藥師交友卡A款](#)
- [2011年藥師交友卡B款](#)
- [正確用藥文宣品A款](#)
- [正確用藥文宣品B款](#)
- [正確用藥核心能力一海報](#)
- [正確用藥核心能力二海報](#)
- [正確用藥核心能力三海報](#)
- [正確用藥核心能力四、五海報](#)
- [正確用藥核心能力一~五海報](#)
- [正確用藥核心能力DM內頁](#)
- [正確用藥核心能力DM外頁](#)
- [2012年正確用藥五大核心能力宣導海報](#)
- [2012年正確用藥五大核心能力DM內頁](#)
- [2012年正確用藥五大核心能力DM外頁](#)
- [2012年正確用藥五大核心能力貼](#)



請選擇用藥的角色

成年男性

通常在藥品研發的過程中已經累積足夠的資料。遵循藥品說明，以及藥師或醫師的指示用藥即可。



大不同



請選擇用藥的角色

成年女性

一般成年女性在藥品研發過程中已累積足夠的資料。但是懷孕和哺乳的女性，需考量藥品對孕婦、胎兒乃至於嬰幼兒的影響。



大不同



請選擇用藥的角色

老年人

老年人的器官功能和身體組成與青壯年人有所差別，用藥時需特別注意藥品是否有特別標示。此外，老年人通常同時使用多種藥物，需注意藥品之間是否存在交互作用。



大不同



請選擇用藥的角色

嬰幼兒/兒童/青少年

藥品研發的過程中通常缺乏此一族群的資料，應注意是否有相關的特別標示，並尋求醫師或藥師的指導。不可擅自以成年人的用法使用藥品。



大不同

相關資料下載

- [2011年正確用藥教育資源中心名單](#)
- [2012年正確用藥教育資源中心名單](#)
- [2010年正確用藥教育資源中心名單](#)
- [2009年正確用藥教育資源中心名單](#)
- [2011年社區用藥諮詢站名單](#)
- [2010年社區用藥諮詢站名單](#)
- [正確用藥教育志工服務手冊](#)
- [正確用藥五大核心能力宣導用語](#)

教材教案下載

- [教材使用注意事項](#)
- [正確用藥五大核心能力電子書](#)
- [正確用藥公版教材-慢性病版](#)
- [正確用藥公版教材-高診次版](#)
- [正確用藥公版教材-兒童版](#)
- [正確用藥公版教材-青少年版](#)
- [正確用藥公版教材-婦女版](#)
- [正確用藥公版教材-媽媽教室版](#)
- [正確用藥公版教材-銀髮版](#)
- [正確用藥公版教材-銀髮婦女版](#)
- [兒童版教案](#)
- [小學高年級教案](#)
- [小學高年級教材-醫定藥幸福](#)
- [青少年版教案](#)

衛教文宣下載

- [2011年大藥袋海報](#)
- [2011年五大核心能力DM內頁](#)
- [2011年五大核心能力DM外頁](#)
- [2011年五大核心能力海報](#)
- [2011年藥師交友卡A款](#)
- [2011年藥師交友卡B款](#)
- [正確用藥文宣品A款](#)
- [正確用藥文宣品B款](#)
- [正確用藥核心能力一海報](#)
- [正確用藥核心能力二海報](#)
- [正確用藥核心能力三海報](#)
- [正確用藥核心能力四五海報](#)
- [正確用藥核心能力一~五海報](#)
- [正確用藥核心能力DM內頁](#)



“永保安康”

克服三高不是夢



2011年製訂

1



羅東聖母醫院

三高?



• 身材高 學歷高 收入高?

• 中山高 北二高 北宜高? 



• 高血壓 高血脂 高血糖

三高問題,發生在你我之間



40歲以上發生三高的比例

但您知道**吃藥也會生病**嗎?!

- 偽藥, 劣藥或禁藥氾濫
- 藥品不良反應或過敏造成的傷害
- 擅自停藥加藥造成疾病加重或副作用



27

正確用藥五大核心能力一：

說清楚 表達自己的身體狀況

可先將以下資訊用紙筆寫下來：

- 哪裡不舒服?

身體不舒服的部位，情況及發生時間

- 個人的特殊體質或飲食習慣

藥物或食物過敏，素食等特殊飲食

- 曾發生過的疾病

開刀、住院、慢性病或家族遺傳疾病等

28

相關資料下載

· [2011年正確用藥教育資源中心名單](#)

單

· [2012年正確用藥教育資源中心名單](#)

單

· [2010年正確用藥教育資源中心名單](#)

單

· [2009年正確用藥教育資源中心名單](#)

單

· [2011年社區用藥諮詢站名單](#)

· [2010年社區用藥諮詢站名單](#)

· [正確用藥教育志工服務手冊](#)

正確用藥五大核心能力宣講用話

教材教案下載

· [教材使用注意事項](#)

· [正確用藥五大核心能力電子書](#)

· [正確用藥公版教材-慢性病版](#)

· [正確用藥公版教材-高診次版](#)

· [正確用藥公版教材-兒童版](#)

· [正確用藥公版教材-青少年版](#)

· [正確用藥公版教材-婦女版](#)

· [正確用藥公版教材-媽媽教室版](#)

· [正確用藥公版教材-銀髮版](#)

· [正確用藥公版教材-銀髮婦女版](#)

· [兒童版教案](#)

小學三年級教案

衛教文宣下載

· [2011年大藥袋海報](#)

· [2011年五大核心能力DM內頁](#)

· [2011年五大核心能力DM外頁](#)

· [2011年五大核心能力海報](#)

· [2011年藥師交友卡A款](#)

· [2011年藥師交友卡B款](#)

· [正確用藥文宣品A款](#)

· [正確用藥文宣品B款](#)

· [正確用藥核心能力一海報](#)

· [正確用藥核心能力二海報](#)

· [正確用藥核心能力三海報](#)

正確用藥核心能力四、五海報



正確用藥教育宣導

五大核心能力

您為看太多門診而煩惱嗎？

2011年製訂



羅東聖母醫院

避免變成藥罐子的自保之道

慢性病患者

- ✱ 調整生活型態對慢性病有相當大的幫助，可減少用藥的份量。
- ✱ 在家監測血壓、血糖、呼吸狀況、心跳等。
- ✱ 耐心接受治療，有時候需連續服用一段時日才會出現最大療效。
- ✱ 遵照醫師指示定時、定量服藥，不要自行調整藥量或任意停藥。
- ✱ 即使疾病已經控制在目標值內也不可中斷服藥。

43

避免變成藥罐子的自保之道

- ✱ 請和醫師討論是否可以調整用藥
 - ✱ 病情控制良好或變差時
 - ✱ 發生比較嚴重的不良反應
 - ✱ 無法吞下藥丸
 - ✱ 用藥太複雜，難以遵從
 - ✱ 作息與用藥時間無法配合
- ✱ 擅自停藥可能導致病情加重
- ✱ 自行加量可能引起嚴重的不良反應

44

相關資料下載

[正確用藥教育資源中心名](#)

[正確用藥教育資源中心名](#)

[正確用藥教育資源中心名](#)

[正確用藥教育資源中心名](#)

[上區用藥諮詢站名單](#)

[上區用藥諮詢站名單](#)

[教育志工服務手冊](#)

[五大核心能力宣導用語](#)

教材教案下載

- [教材使用注意事項](#)
- [正確用藥五大核心能力電子書](#)
- [正確用藥公版教材-慢性病版](#)
- [正確用藥公版教材-高診次版](#)
- [正確用藥公版教材-兒童版](#)
- [正確用藥公版教材-青少年版](#)
- [正確用藥公版教材-婦女版](#)
- [正確用藥公版教材-媽媽教室版](#)
- [正確用藥公版教材-銀髮版](#)
- [正確用藥公版教材-銀髮婦女版](#)
- [兒童版教案](#)
- [小學高年級教案](#)
- [小學高年級教材-醫定藥幸福](#)
- [青少年版教案](#)
- [婦女版教案](#)
- [老人版教案](#)

衛教文宣下載

- [2011年大藥袋海報](#)
- [2011年五大核心能力DM內頁](#)
- [2011年五大核心能力DM外頁](#)
- [2011年五大核心能力海報](#)
- [2011年藥師交友卡A款](#)
- [2011年藥師交友卡B款](#)
- [正確用藥文宣品A款](#)
- [正確用藥文宣品B款](#)
- [正確用藥核心能力一海報](#)
- [正確用藥核心能力二海報](#)
- [正確用藥核心能力三海報](#)
- [正確用藥核心能力四五海報](#)
- [正確用藥核心能力一~五海報](#)
- [正確用藥核心能力DM內頁](#)
- [正確用藥核心能力DM外頁](#)
- [2012年正確用藥五大核心能力](#)

導海報



正確用藥 五大核心能力 秘密武器大公開





在遙遠的宇宙，有一個美麗的星球，星球上住著許多可愛的熊貓，每天都過著平靜而快樂的生活……



武器一 說清楚

看病時要向醫師叔叔阿姨說些什麼呢？



不舒服的地方，情況及發生的時間

運動會大膽發力
得到金牌



資料下載

[用藥教育資源中心名](#)

[用藥教育資源中心名](#)

[用藥教育資源中心名](#)

[用藥教育資源中心名](#)

[用藥諮詢站名單](#)

[用藥諮詢站名單](#)

[育志工服務手冊](#)

[大核心能力宣導用語](#)

教材教案下載

- [教材使用注意事項](#)
- [正確用藥五大核心能力電子書](#)
- [正確用藥公版教材-慢性病版](#)
- [正確用藥公版教材-高診次版](#)
- [正確用藥公版教材-兒童版](#)
- [正確用藥公版教材-青少年版](#)
- [正確用藥公版教材-婦女版](#)
- [正確用藥公版教材-媽媽教室版](#)
- [正確用藥公版教材-銀髮版](#)
- [正確用藥公版教材-銀髮婦女版](#)
- [兒童版教案](#)
- [小學高年級教案](#)
- [小學高年級教材-醫定藥幸福](#)
- [青少年版教案](#)
- [婦女版教案](#)
- [老人版教案](#)

衛教文宣下載

- [2011年大藥袋海報](#)
- [2011年五大核心能力DM內頁](#)
- [2011年五大核心能力DM外頁](#)
- [2011年五大核心能力海報](#)
- [2011年藥師交友卡A款](#)
- [2011年藥師交友卡B款](#)
- [正確用藥文宣品A款](#)
- [正確用藥文宣品B款](#)
- [正確用藥核心能力一海報](#)
- [正確用藥核心能力二海報](#)
- [正確用藥核心能力三海報](#)
- [正確用藥核心能力四五海報](#)
- [正確用藥核心能力一～五海報](#)
- [正確用藥核心能力DM內頁](#)
- [正確用藥核心能力DM外頁](#)
- [2012年正確用藥五大核心能力宣](#)

故事要從
心寶的用藥經驗
說起……



故事是這樣開始的…

這是個連續陰雨難得放晴的日子，心寶卻起床就感覺不舒服。



「好像感冒了，多喝水、多休息，過幾天就會好吧！」心寶自己安慰的說著，也不以為意。



相關資料下載

[2011年正確用藥教育資源中心名](#)

[2012年正確用藥教育資源中心名](#)

[2010年正確用藥教育資源中心名](#)

[2009年正確用藥教育資源中心名](#)

[2011年社區用藥諮詢站名單](#)

[2010年社區用藥諮詢站名單](#)

[正確用藥教育志工服務手冊](#)

[正確用藥五大核心能力宣導用語](#)

教材教案下載

- [教材使用注意事項](#)
- [正確用藥五大核心能力電子書](#)
- [正確用藥公版教材-慢性病版](#)
- [正確用藥公版教材-高診次版](#)
- [正確用藥公版教材-兒童版](#)
- [正確用藥公版教材-青少年版](#)
- [正確用藥公版教材-婦女版](#)
- [正確用藥公版教材-媽媽教室版](#)
- [正確用藥公版教材-銀髮版](#)
- [正確用藥公版教材-銀髮婦女版](#)
- [兒童版教案](#)
- [小學高年級教案](#)
- [小學高年級教材-醫定藥幸福](#)
- [青少年版教案](#)
- [婦女版教案](#)

衛教文宣下載

- [2011年大藥袋海報](#)
- [2011年五大核心能力DM內頁](#)
- [2011年五大核心能力DM外頁](#)
- [2011年五大核心能力海報](#)
- [2011年藥師交友卡A款](#)
- [2011年藥師交友卡B款](#)
- [正確用藥文宣品A款](#)
- [正確用藥文宣品B款](#)
- [正確用藥核心能力一海報](#)
- [正確用藥核心能力二海報](#)
- [正確用藥核心能力三海報](#)
- [正確用藥核心能力四五海報](#)
- [正確用藥核心能力一~五海報](#)
- [正確用藥核心能力DM內頁](#)
- [正確用藥核心能力DM外頁](#)





多愛自己一點
正確用藥五大核心能力

2009年編制
2010年編修
2011年編修₁





適用時機：學校(社區大學)、婦女團體會議、婦幼節
慶祝活動、坐月子中心活動



2



20
羅東聖母醫院

領藥時沒有對清楚而導致的笑話

- 隔壁老阿嬤，吃藥吃到第八天，突然開始笑，而且一直笑了12個小時
- 巷口阿婆膝蓋外傷，看完病領完藥，卻每天爬到椅子上三次(台語)

4

原來

- 藥師跟阿嬤說，這帝拔癩(抗癲癇藥)藥效12小時
- 藥師跟阿婆用優碘的英文發音說:這“better-iodine”一天三次
- 所以不只要聽，也要把藥袋上資料對清楚

5

這一天，辛媽媽去看病～



- 地點：診間
- 辛媽媽：剛剛懷孕不久，可是又感冒的很嚴重，可以吃藥嗎？
- 郝醫師：根據不同懷孕時期，可以吃的藥品不同！我會開給你現在可以吃的藥品，妳放心，之後如果要吃其他的藥品，記得吃藥之前要詢問一下醫師和藥師！

7

辛媽媽前往藥局領藥～

- 地點：藥局
- 辛媽媽：藥師你好，我這個藥單可以在這領藥嗎？
- 郝藥師：小姐您好，在這裡領藥沒錯，先繳交藥單，稍等一下！（檢查藥物當中）
- 郝藥師：小姐您好，請問您的大名是？
- 辛媽媽：藥單上不是就有寫名字嗎？為什麼還要問我的名字？
- 郝藥師：這是雙重辨識，確定您領到的是自己的藥。
- 辛媽媽：哦～原來這是用藥把關的一個步驟啊，我叫辛小淇。

12



1 人吃 2 人補
孕婦『藥』小心



資料來源：中華電視台

10



23
羅東聖母醫院

相關資料下載

[正確用藥教育資源中心名](#)

[正確用藥教育資源中心名](#)

[正確用藥教育資源中心名](#)

[正確用藥教育資源中心名](#)

[社區用藥諮詢站名單](#)

[社區用藥諮詢站名單](#)

[藥教育志工服務手冊](#)

[藥五大核心能力宣導用語](#)

教材教案下載

- [教材使用注意事項](#)
- [正確用藥五大核心能力電子書](#)
- [正確用藥公版教材-慢性病版](#)
- [正確用藥公版教材-高診次版](#)
- [正確用藥公版教材-兒童版](#)
- [正確用藥公版教材-青少年版](#)
- [正確用藥公版教材-婦女版](#)
- [正確用藥公版教材-媽媽教室版](#)
- [正確用藥公版教材-銀髮版](#)
- [正確用藥公版教材-銀髮婦女版](#)
- [兒童版教案](#)
- [小學高年級教案](#)
- [小學高年級教材-醫定藥幸福](#)
- [青少年版教案](#)
- [婦女版教案](#)

衛教文宣下載

- [2011年大藥袋海報](#)
- [2011年五大核心能力DM內頁](#)
- [2011年五大核心能力DM外頁](#)
- [2011年五大核心能力海報](#)
- [2011年藥師交友卡A款](#)
- [2011年藥師交友卡B款](#)
- [正確用藥文宣品A款](#)
- [正確用藥文宣品B款](#)
- [正確用藥核心能力一海報](#)
- [正確用藥核心能力二海報](#)
- [正確用藥核心能力三海報](#)
- [正確用藥核心能力四五海報](#)
- [正確用藥核心能力一～五海報](#)
- [正確用藥核心能力DM內頁](#)
- [正確用藥核心能力DM外頁](#)



兒童正確用藥與安全

~五大核心能力~

2009年編制
2010年增修
2011年增修



兒童非成人縮小版

◆胃部吸收

胃腸蠕動在新生兒及幼兒較慢

→增加部分藥品吸收



□肝臟代謝

新生兒肝臟功能只有大人的

20~40%

23



磨粉分包的藥 使用比較方便?

- ◆ 使用大人的藥品磨粉較易受污染
- ◆ 分包後的藥品安定性變差，保存期限較短
- ◆ 多種藥品混合研磨容易變質或產生交互作用
- ◆ 人工分包藥品劑量不精確，影響藥物療效
- ◆ 可以切割器取得正確劑量，再用湯匙壓碎
- ◆ 大一點的孩子可練習吞服或與少量食物併服

25

相關資料下載

[正確用藥教育資源中心名](#)

[正確用藥教育資源中心名](#)

[正確用藥教育資源中心名](#)

[正確用藥教育資源中心名](#)

[社區用藥諮詢站名單](#)

[社區用藥諮詢站名單](#)

[製教育志工服務手冊](#)

[製五大核心能力宣導用語](#)

教材教案下載

- [教材使用注意事項](#)
- [正確用藥五大核心能力電子書](#)
- [正確用藥公版教材-慢性病版](#)
- [正確用藥公版教材-高診次版](#)
- [正確用藥公版教材-兒童版](#)
- [正確用藥公版教材-青少年版](#)
- [正確用藥公版教材-婦女版](#)
- [正確用藥公版教材-媽媽教室版](#)
- [正確用藥公版教材-銀髮版](#)
- [正確用藥公版教材-銀髮婦女版](#)
- [兒童版教案](#)
- [小學高年級教案](#)
- [小學高年級教材-醫定藥幸福](#)
- [青少年版教案](#)
- [婦女版教案](#)
- [老人版教案](#)

簡教文宣下載

- [2011年大藥袋海報](#)
- [2011年五大核心能力DM內頁](#)
- [2011年五大核心能力DM外頁](#)
- [2011年五大核心能力海報](#)
- [2011年藥師交友卡A款](#)
- [2011年藥師交友卡B款](#)
- [正確用藥文宣品A款](#)
- [正確用藥文宣品B款](#)
- [正確用藥核心能力一海報](#)
- [正確用藥核心能力二海報](#)
- [正確用藥核心能力三海報](#)
- [正確用藥核心能力四五海報](#)
- [正確用藥核心能力一~五海報](#)
- [正確用藥核心能力DM內頁](#)
- [正確用藥核心能力DM外頁](#)
- [2012年正確用藥五大核心能力宣](#)



正確用藥教育宣導

五大核心能力

銀髮族篇

2009年編制
2010年增修
2011年增修





年長者的困擾

- 全身痠痛 無法動
- 排尿不順 想補腎
- 疲勞眼茫 想清肝又明目

3

酸痛藥丸
一罐見效



5



教材教案下載

衛教文宣下載

源中心名

- [教材使用注意事項](#)
- [正確用藥五大核心能力電子書](#)

- [2011年大藥袋海報](#)
- [2011年五大核心能力DM內頁](#)

源中心名

- [正確用藥公版教材-慢性病版](#)
- [正確用藥公版教材-高診次版](#)

- [2011年五大核心能力DM外頁](#)
- [2011年五大核心能力海報](#)

源中心名

- [正確用藥公版教材-兒童版](#)
- [正確用藥公版教材-青少年版](#)

- [2011年藥師交友卡A款](#)
- [2011年藥師交友卡B款](#)

源中心名

- [正確用藥公版教材-婦女版](#)
- [正確用藥公版教材-媽媽教室版](#)

- [正確用藥文宣品A款](#)
- [正確用藥文宣品B款](#)

5名單

- [正確用藥公版教材-銀髮版](#)

- [正確用藥核心能力一海報](#)

5名單

- [正確用藥公版教材-銀髮婦女版](#)

- [正確用藥核心能力二海報](#)

3手冊

- [兒童版教案](#)

- [正確用藥核心能力三海報](#)

1宣導用語

- [小學高年級教案](#)
- [小學高年級教材-醫定藥幸福](#)
- [青少年版教案](#)
- [婦女版教案](#)
- [老人版教案](#)

- [正確用藥核心能力四五海報](#)
- [正確用藥核心能力一~五](#)
- [正確用藥核心能力DM內頁](#)
- [正確用藥核心能力DM外頁](#)
- [2012年正確用藥五大核心](#)

導海報



現在女生寧願瘦一點也比胖一點好
?!



- 為了讓自己變得更美，也導致減肥藥品廣告總是充斥在各大藥局、電視電台以及各種媒體通路
- 這實在是一個很可怕的現象，因為那些廣告所宣稱的效果實在是太吸引人啦！

4



31
羅東聖母醫院

- 後來，我因為輪班之故，有一段時間沒能見到她。之後，有一日在庫房見她來訪，整個人顯著瘦了一大圈，當時雖也詢問她如何辦到的？
- 但，奇怪的是，她不想回答？！
- 經由其他同事告知，才知道趙姊為了減肥，服用了來自東南亞但成分不明的減肥藥，雖然體重減了，而腎臟壞了。現正要開始洗腎的治療！

8

諾○婷減肥藥

抑制血清素
飽足感

副作用

a 心跳加速
b 血壓升高

18:56:31

資料來源：中華電視台¹⁰



32
雁東聖母醫院



正確用藥五大核心能力

• 【學習目標】

- 一. 看病時應向醫師說清楚(說清楚；看)
- 二. 領到藥品時應核對清楚(對明白；問)
- 三. 清楚用藥方法、時間(用正確；用)
- 四. 做身體的主人(愛自己；買)
- 五. 與藥師、醫師做朋友(做朋友；聽)





一. 看病時應向醫師說清楚





看病時，

要瞭解自己身體狀況並能清楚向醫師說明下列事項

- 哪裡不舒服
 - 不舒服的部位、情形、大約何時開始不舒服
- 是否有特殊體質或飲食習慣
- 有沒有考試或開車
- 有沒有懷孕或哺乳
- 曾經生過的病
- 目前正在使用的藥品
 - 包括醫師開的西醫或中醫、自己買的藥、維他命、賀爾蒙、減肥藥、保健食品、菸酒等





二、領到藥品時應核對清楚





領(拿)藥須知

- 請出示健保卡或身份證件
- 確認這是我的藥嗎?
- 藥袋標示的資訊清楚完整嗎?
(藥名、作用、用法)





三、清楚用藥方法、時間





什麼時候用藥？

- 一天四次：早、午、晚及睡前服用
- 一天三次：早、午、晚服用
- 每天兩次：早、晚服用
- 一天一次：任一固定時間

適合早晨-利尿劑

睡前-鎮靜安眠劑





- **飯前**：吃飯前30分鐘服藥
- **飯後**：吃飯後30~60分鐘服藥
- **飯間**：吃飯後約2~3小時服藥
- **睡前**：就寢前服藥
- **每4小時或每6小時**：遵照時間服用
- **空腹**：飯後二小時或飯前一小時





四、做身體的主人





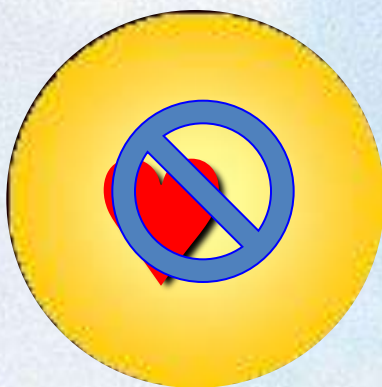
四、做身體的主人

◎ 拒絕來路不明的藥品

- 凡是廣告內容太過神奇的產品，都要特別提高警覺
- 對於藥品有「五不」原則



不聽



不信



不買



不吃



不推薦



五、與藥師、醫師做朋友





五.與醫師、藥師做朋友

- 在獲得藥師或醫師許可後將電話號碼記在通訊錄
- 當遇到下列情形時可找您的朋友藥師/醫師
 - 不知道怎麼用藥時
 - 服藥後不舒服時
 - 幫忙家人領慢性病連續處方箋時
 - 買成藥時
 - 有人推銷藥品時





找一家值得信賴的藥局

@ 健保特約藥局的標示

@ http://www.nhi.gov.tw/02hospital/hospital_7.htm#62

@ 藥師識別證



@ 掛在牆上的藥師執照

@ 照片核對

藥事人員執業執照



謝謝聆聽！敬請指教！

