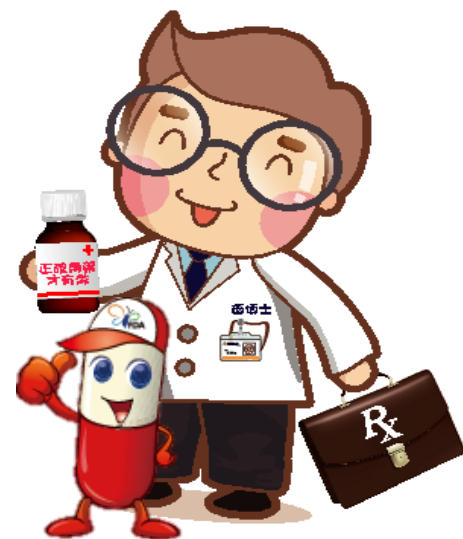




正確用藥五大核心能力

~~綜合感冒藥篇~~

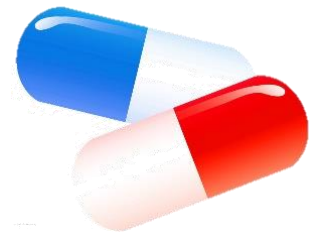
國立臺灣師範大學
衛生福利部食品藥物管理署





小「感冒」大「負擔」

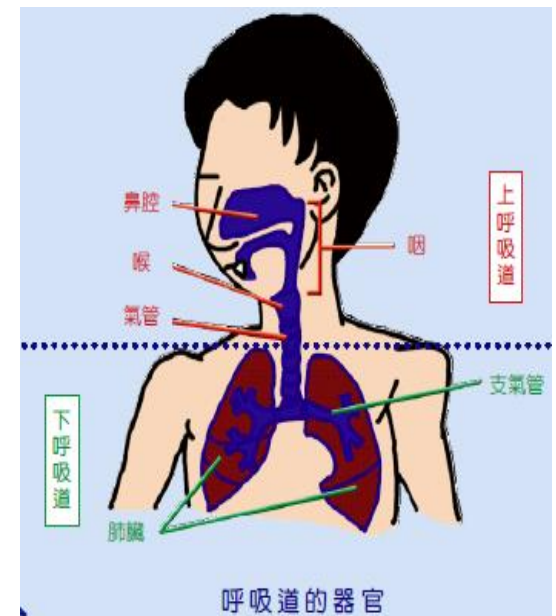
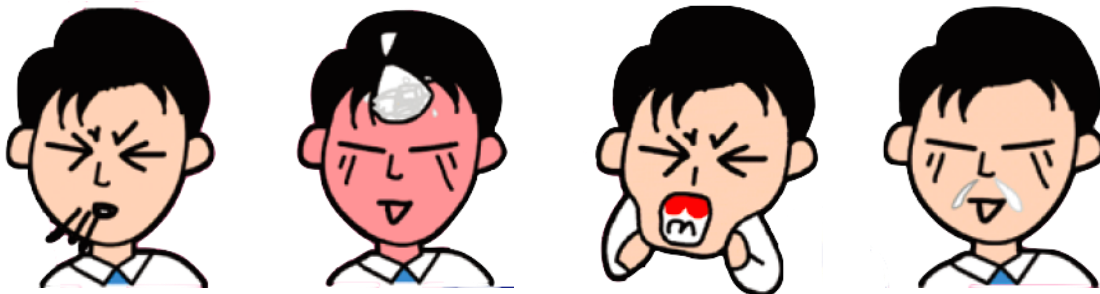
- 我國每人每年平均就醫次數15次中，就有3次是因看感冒而上醫院或診所，每年花在感冒的醫療費用高達250億 (健保署，2006)。
- 我國2013年因上呼吸道感染至門診就醫近五千萬次，占所有門診量約一成五 (衛福部統計處，2014)。
- 感冒是導致孩童缺課，大人無法上班主要原因。
- 大多數的人感冒在7-10天復原，若免疫力低、氣喘或有慢性肺病等，容易惡化、罹患肺炎。
- 壓力大或睡不好比較容易感冒。





什麼是感冒？

- 感冒主要由**病毒**引起，以呼吸道融合病毒、腺病毒、鼻病毒最常見。
- 感冒是**上呼吸道感染**，症狀通常包含流鼻水、打噴嚏、喉嚨痛、眼紅、咳嗽、頭痛及全身痠痛等，這些症狀在1-3天達到高峰。

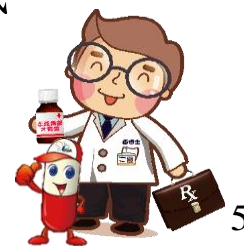
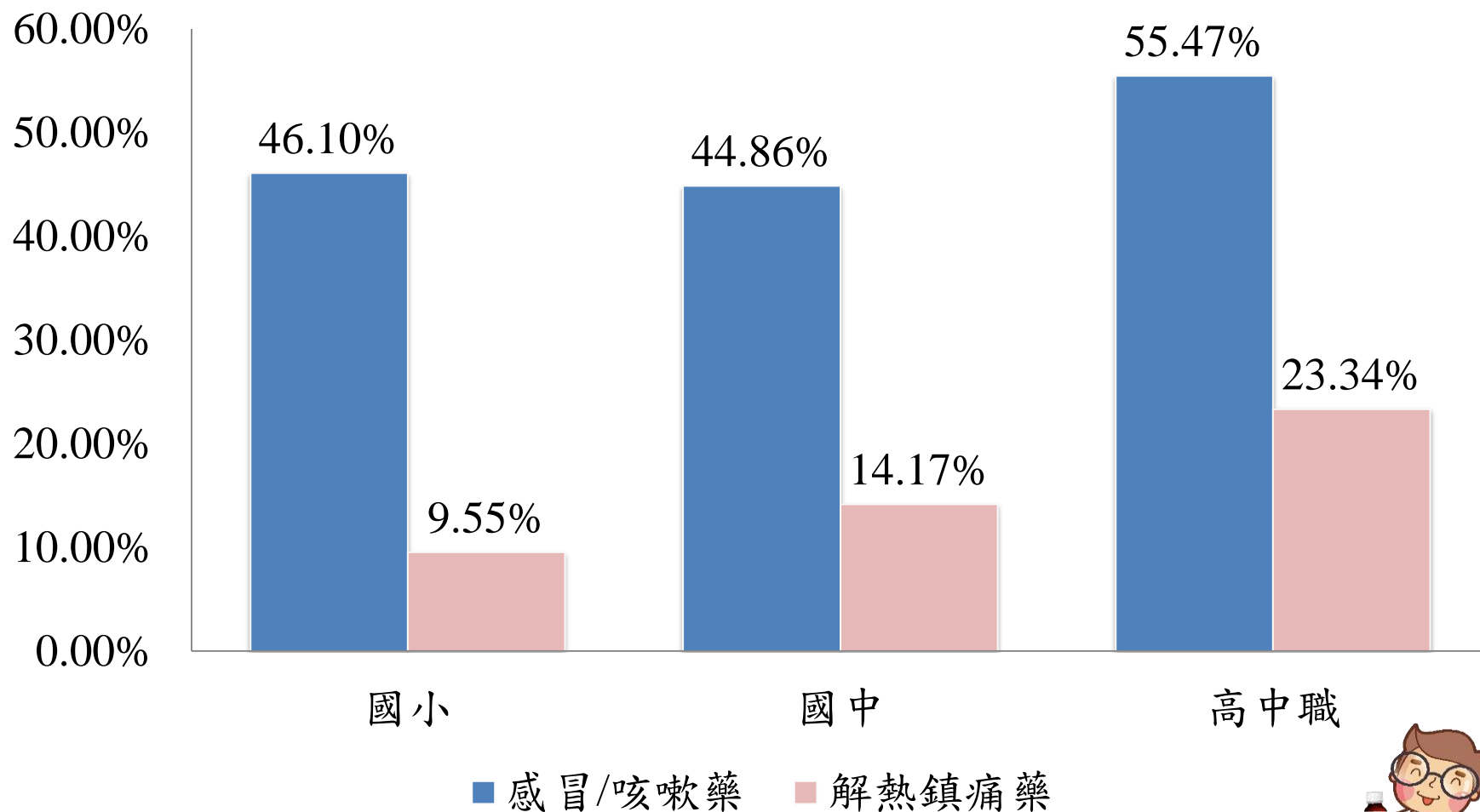


感冒？流行性感冒？

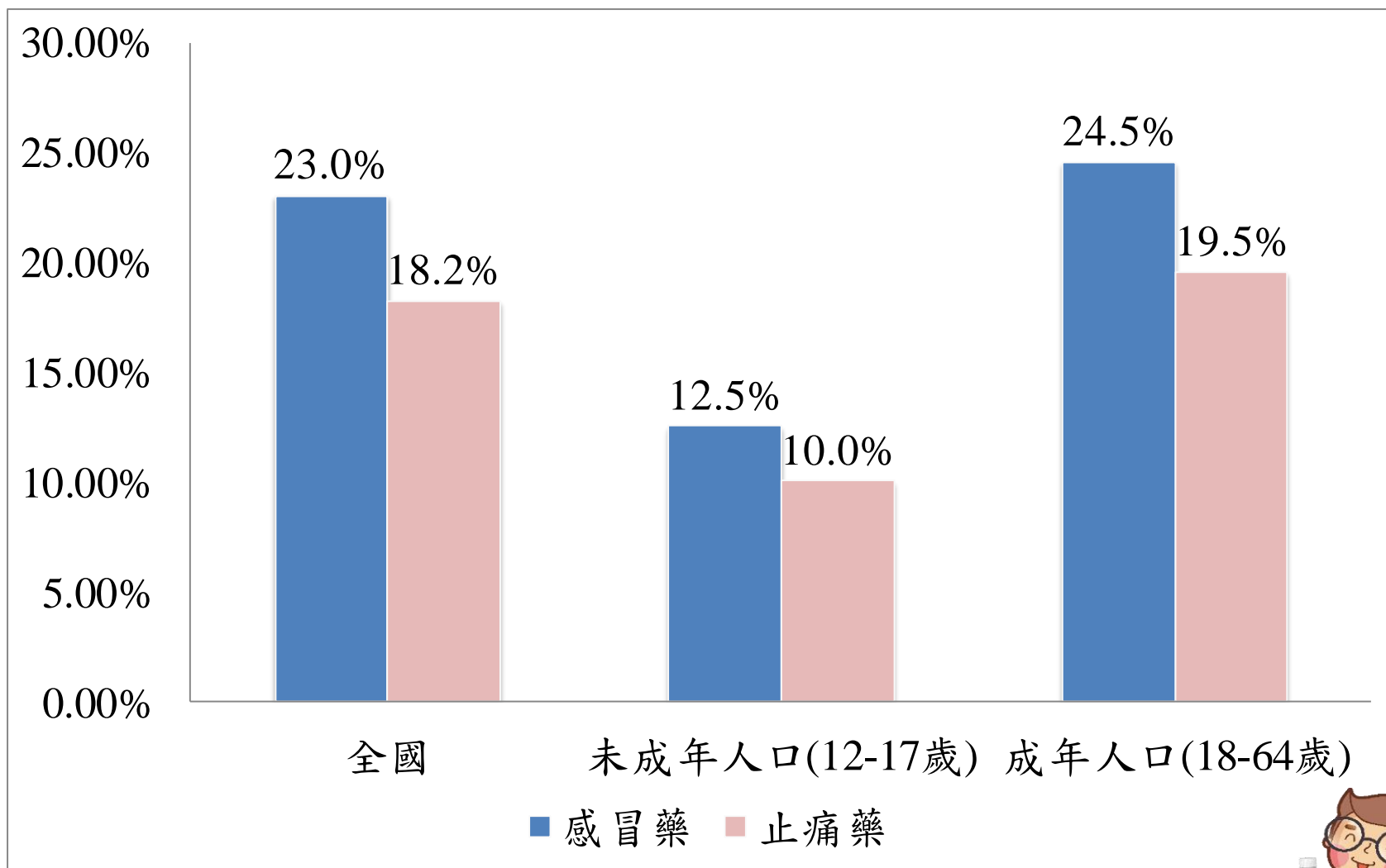
流感與一般感冒的差別

項目	流感	一般感冒
病原體	流感病毒	較常見的如：呼吸道細胞融合性病毒、腺病毒、鼻病毒等
影響範圍	全身性	呼吸道局部症狀
發病速度	突發性	突發/漸進性
臨床症狀	喉嚨痛、倦怠、肌痠痛	喉嚨痛、噴嚏、鼻塞、咳嗽
發燒	高燒3-4天	少發燒，僅體溫些微升高
病情	嚴重、無法工作/上課	較輕微
病程	約1-2週	約2-5天
併發症	肺炎、神經症狀（雷氏症候群）等	少見（中耳炎或其他）
流行期間	冬季多	春秋冬季
傳染性	高傳染性	傳染性不一

全國學生感冒/咳嗽藥及解熱鎮痛藥使用年盛行率



國人自行購買感冒藥與止痛藥情形



(購買人數/全國調查人數)*100%





不當使用綜合感冒藥的結果

- 服用過量的綜合感冒藥會**對身體造成傷害**，美國疾病管制署指出2011年約7000位11歲以下的孩童因服用過量的綜合感冒藥而至急診就醫（Centers for Disease Control and Prevention, U.S. CDC, 2011）。
- 服用過量含乙醯胺酚的解熱鎮痛劑會導致嚴重的**肝損傷**（U.S. Food and Drug Administration, U.S. FDA, 2009）。
- 服用含抗組織胺的綜合感冒藥**易造成嗜睡**（U.S. FDA, 2014）。
- 國內外專家建議綜合感冒藥不適用於六歲以下的兒童。



服用感冒藥後開車 駕駛頭昏連撞6機車

【TVBS新聞】2014.10.3

高雄市鳳山區澄清路上，2日下午發生連環車禍！一名年長的伍姓駕駛開著白色轎車，失控衝撞停等紅燈的6名機車騎士，造成多人受傷，員警獲報到場處理時，肇事駕駛還一臉恍惚，經過酒測，確認他並沒有酒駕，但是伍姓駕駛向警方表示，**自己服用感冒藥過後開車上路，應該是藥效發作頭昏，才會釀禍。**



相關影片：感冒服藥後駕車 失控連環撞

https://www.youtube.com/watch?v=a_6xFR5Xxyw



藥品分級

藥物分級	說明	注意事項
成藥	<ol style="list-style-type: none">1. 所含成分藥理作用緩和，不須醫藥專業人員指示，即可自行依藥品標示之適應症及用法用量使用如綠油精、白花油等。2. 請仔細閱讀產品所附的藥品標示說明書等相關資訊，適時適量的使用是很重要的。	<ol style="list-style-type: none">1. 外包裝上會標示成藥字樣且一定要標示衛署成製字第000號。2. 標示字樣「甲類成藥」或「乙類成藥」
指示藥	<ol style="list-style-type: none">1. 不需醫師處方，只要在使用前請教藥師、藥劑生或醫師，即可自行購買，例如部份之胃腸用藥、綜合感冒藥。2. 請仔細閱讀產品所附的藥品標示說明書等相關資訊，請遵照醫師藥師、藥劑生指示用藥，若病情未改善或加重時，應即刻就診。	<ol style="list-style-type: none">1. 外包裝會標示衛署藥製字第000號、衛署藥輸字第000號。2. 標示字樣「指示藥品」，「醫師、藥師(藥劑生)指示藥」。
處方藥	必須由醫師處方才能由經藥事人員調劑供應。例如克流感、安眠藥中的使蒂諾斯、抗生素...等。	<ol style="list-style-type: none">1. 外包裝會標示衛署藥製字第000號、衛署藥輸字第000號字樣。2. 標示字樣「本藥須由醫師處方使用或限由醫師使用」。



綜合感冒藥篇

正確用藥五大核心能力

- ❑能力一 做身體的主人
- ❑能力二 清楚表達自己的身體狀況
- ❑能力三 看清楚藥品標示
- ❑能力四 清楚用藥方法、時間
- ❑能力五 與醫師、藥師作朋友





能力一 做身體的主人

- 感冒由**病毒**引起，鼻塞、流鼻水、喉嚨痛、咳嗽、發燒、頭痛和疲倦是常見症狀。
- 綜合感冒藥有多種成分〔[P13](#)、[14](#)〕，可能有止痛退燒藥、抗組織胺（用來治療鼻塞、打噴嚏）、止咳藥、化痰藥等。
- 綜合感冒藥只能**緩解症狀，不能預防感冒**。民眾可以購買綜合感冒藥，但應該**在醫師或藥師指示下使用才安全**。



抗組織胺、去鼻充血劑

- **抗組織胺 (Antihistamines) :**

抗組織胺為阻斷組織胺引起的過敏反應，用來**舒緩流鼻涕、打噴嚏**等症狀。副作用為**嗜睡、口乾、頭昏、視力模糊及胃部不適、使罹患攝護腺肥大的老年人排尿困難等**，**切忌飲酒**，會加重嗜睡效果，服藥後避免從事駕駛或危險機械操作等工作。

- **去鼻充血劑 (Decongestants) :**

作用在使鼻黏膜血管收縮，**用來緩解鼻塞**的症狀。副作用為**血壓增加、心悸**，故有**心律不整、高血壓、心臟病、青光眼者不適用**。



鎮痛解熱藥

- 含乙醯胺酚(Acetaminophen)解熱鎮痛藥：

用於減輕疼痛和退燒治療，**過量使用會有肝損傷風險**。成人24小時內不要服用超過4000毫克(約成人每次服用劑量500毫克時的8粒)，12歲以上適用成人劑量。6歲以上未滿12歲，適用成人劑量之1/2。3歲以上未滿6歲，適用成人劑量1/4。3歲以下嬰幼兒，請洽醫師診治，不宜自行服用。

- 非類固醇類消炎(NSAIDs)止痛藥：

用於減輕疼痛和發炎，**易有腸胃與腎臟損傷風險**。





能力一 做身體的主人



(一)感冒會自行痊癒

成人在**充分休息、補充水分**或電解質後，感冒會在一到二個禮拜內痊癒，**綜合感冒藥可以緩解症狀，但不能殺死病毒**。

(二)多吃不會比較好

自行增加綜合感冒藥劑量，不會好的比較快，還會增加副作用。



補充資料：咳嗽流鼻水—感冒藥多多吃、快快好？

http://www.tdrf.org.tw/ch/05knows/kno_02_main.asp?bull_id=5705

感冒時如何自我照顧？

健康
飲食



喉嚨發炎時可以漱鹽水

鼻塞時可用蒸氣幫助緩解



多喝水



多休息



不抽菸



咳嗽時要掩住鼻口



用肥皂勤洗手



感冒時如何避免傳染他人？



◆ **少外出**：感冒時多在家休息。



◆ **不碰觸**：避免與他人近距離接觸，如擁抱、親吻、握手。



◆ **戴口罩**：咳嗽、打噴嚏時遠離他人



◆ **掩口鼻**：咳嗽、打噴嚏時以手帕或衣袖掩口鼻，避免飛沫散佈。



◆ **勤洗手**：咳嗽、打噴嚏、擤鼻涕後洗手，肥皂洗手，搓揉20秒。



◆ **常消毒**：經常消毒表面，如門把、桌椅等。

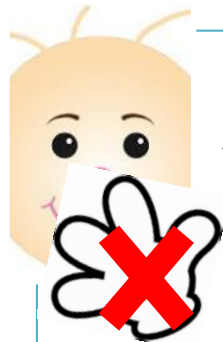
如何預防感冒？



健康的飲食，並有充足的睡眠和運動，能夠增強抵抗力。



遠離感冒的人，感冒者易透過近距離接觸散播病毒。



避免用手接觸口、鼻、眼睛，因病毒易以此途徑進入身體。



用肥皂常洗手，若無法洗手，可使用含酒精的消毒液。



能力一 做身體的主人

(三) 嚴重症狀應就醫

不要因為使用綜合感冒藥而延誤就醫，下列情況應儘速就醫：

- (1) **發燒而且有其他症狀**（例如吃不下東西、喘不過氣、體溫高但覺得冷或發抖）。
- (2) 服藥後，感冒症狀沒有比較好，甚至更不舒服時。
- (3) 咳嗽時胸痛或咳嗽有血。





能力一 做身體的主人

(四)要問醫師或藥師

綜合感冒藥成份不同，每個人感冒症狀也不同，應該**向醫師、藥師詢問**，挑選最適合的綜合感冒藥。

(五)感冒不一定要用抗生素 [P21]

抗生素對病毒引起的感冒無效，使用抗生素要經由醫師處方並遵醫囑服用。



抗生素對病毒引起的感冒無效




- 美國疾病管制署告知家長，**抗生素對感冒無效**，因抗生素是對抗細菌非病毒，而感冒是病毒引起
- **請諮詢醫師，勿自行服用抗生素，以避免抗藥性。**
- 若醫師診斷有細菌感染，**請遵醫囑**服用抗生素。





能力二 清楚表達自己的身體狀況

看病或到藥局購買藥品時，要清楚表達自己的身體狀況，並向醫師或藥師說清楚這些事情：

1. 目前不舒服症狀、何時開始？
2. 有沒有對藥品或食物過敏，有喝酒或特殊飲食習慣。
3. 有沒有其他疾病，例如心血管、腸胃道、肝臟、腎臟或家族遺傳疾病。
4. 目前正在使用的藥品，包括西藥、中草藥、成藥及保健食品等。
5. 需不需要開車或操作機械等需要專心的工作。
6. 女性需告知是否懷孕、正準備懷孕或正在哺餵母乳。
7. 為避免重複用藥，同時看兩科以上門診，應主動告知醫師。





能力三 看清楚藥品標示

(一) 注意事項、副作用或警語：

看清楚外盒、藥品說明書上寫的注意事項，**了解藥品使用後可能產生的副作用或警語**。個人感冒症狀不同，而綜合感冒藥的成分通常不是單一成分而是含多種成分的複方，服用前可以先請教醫師或藥師。

(二) 名稱外觀：

確認藥品的外觀形狀、顏色等，是否與外盒或藥品說明書(仿單)描述的一樣，外包裝是否完整。

(三) 藥品適應症：

緩解感冒症狀(流鼻水、鼻塞、打噴嚏、咳嗽…等)的藥品是否與自己的症狀相符。



能力三 看清楚藥品標示

(四)使用方法：

服藥前應按照醫師或藥師指示，或印在外盒、藥品說明書（仿單）的使用方法，包括服藥時間、**每次劑量與服用方法**。

(五)保存期限和方法：

要知道藥品的有效期限，若已過期、變質或變色的藥品不要使用。請注意保存方法，綜合感冒藥一般建議保存於陰涼處，不要放在陽光下，也不可以放在浴室、廁所等潮濕的地方。





看清楚藥品標示-藥盒

成分

■成分·分量 每粒含有

Acetaminophen.....60mg
 Ethenzamide.....150mg
 dl-Methylephedrine HCl.....10mg
 Anhydrous Caffeine.....12.5mg
 Dextromethorphan HBr.....7.5mg
 Chlorpheniramine Maleate.....1.25mg

適應症

■適應症

緩解感冒之各種症狀(咽喉痛、畏寒、發燒、頭痛、關節痛、肌肉酸痛、流鼻水、鼻塞、打噴嚏、咳嗽、喀痰)。

用法與用量

■用法用量

一日4次，飯後半小時內服用為宜。18歲以上，每次1粒。
 醫師藥師藥劑生指示藥品

20粒

■注意事項

請詳閱說明書後使用。

衛生福利部許可字號

衛署藥製字第037401號

開口位置



有效期限

保存期限 20190905
 製造批號 CBXUC 3515



看清楚藥品標示—藥品仿單(說明書)

【成分】每膠囊中含：

Acetaminophen(as Acetaminophen pellets).....	325mg
Pseudoephedrine Hydrochloride.....	30mg
Triprolidine Hydrochloride.....	1.25mg
Noscapine Hydrochloride.....	15mg
Caffeine Anhydrous.....	30mg

成分

【作用】

1. 本藥以解熱鎮痛劑Acetaminophen為主劑，能經由中樞性及末梢的作用阻斷痛覺的傳導，使其產生差異的鎮痛效果；本藥亦能作用於下視丘之體溫調節中樞，促進末梢血管擴張，並可藉由皮膚汗腺而加速體熱的散失。
2. Pseudoephedrine Hydrochloride具有擬交感神經興奮作用，能促進支氣管擴張，對於感冒伴隨之支氣管痙攣具有紓解效果。
3. 本藥所含Triprolidine Hydrochloride之抗組織胺成分，可降低呼吸道黏液之分泌量並阻斷過敏性反應之發生，因而可紓解流鼻水及喉頭不適之症狀。
4. Noscapine為中樞性鎮咳劑，具有止咳效果。

作用

【警語】

1. 服用後，若有發疹、發紅、噁心、嘔吐、食慾不振、頭暈、耳鳴、喉嚨疼痛、心跳加速、排尿困難、視覺模糊等症狀時，應停藥立即就醫。
2. 除非有醫師藥師藥劑生指示，請遵循下列情況服用：
 - (1) 12歲以下不建議自行使用。
 - (2) 曾經因本藥引起過敏症狀者不得使用。
3. 患有肝、腎疾病或其他重大疾病之患者，服用本藥前，應先請教醫師藥師藥劑生。
4. 除非有醫師藥師藥劑生指示，不得併用其他綜合感冒藥、鎮咳祛痰藥、鼻炎藥物或抗過敏藥及解熱鎮痛等藥物。
5. 若咳嗽持續達一星期以上，或若有高燒、膿痰、疹子或持續性頭痛，應停藥立即就醫。
6. 吸菸、慢性阻塞性肺疾病（患），如氣喘、慢性氣管炎或肺氣腫所引起之持續或慢性咳嗽患者，請勿自行使用本藥。
7. 不要服用超過建議劑量，因高劑量會產生焦慮、暈眩或失眠，兒童可能會產生躁動。
8. 不要服用本藥超過七日。
9. 服用本藥後，如果症狀沒有改善、或症狀還併隨有發燒、或發燒持續三日，應停藥立即就醫。
10. 服用本藥後，如果喉嚨疼痛持續兩日以上並併有高燒、頭痛、噁心或嘔吐，應停藥立即就醫。
11. 不得併服含酒精飲料，因為Acetaminophen (Paracetamol)可能造成肝損害。
12. 本藥含抗組織胺類成分，應注意下列事項：
 - (1) 服用本藥後，可能引起嗜睡現象，駕車或操作危險器械時要小心。不要合併飲用含酒精之飲料，亦不要服用安眠藥、鎮靜劑之類的藥品。
 - (2) 除非有醫師藥師藥劑生指示，下列病患請勿服用本藥：青光眼、肺氣腫、呼吸急促、或呼吸困難、因前列腺腫大引起之排尿困難等。

警語

看清楚藥品標示-藥品仿單(說明書)

成分

【成分】	每膠囊中含：
Paracetamol.....	300mg
dl-Methylephedrine Hydrochloride.....	10mg
Chlorpheniramine Maleate.....	2.1mg
Caffeine Anhydrous.....	30mg
Thiamine Mononitrate.....	4.5mg
Riboflavin.....	4mg
Ascorbic Acid.....	21mg

作用

- 【作用】
1. 本藥係以解熱鎮痛成分Acetaminophen為主劑，其可經由中樞的阻斷作用，產生鎮痛效能而同時發揮解熱鎮痛的雙重功效。
 2. 本藥配合支氣管擴張成分dl-Methylephedrine Hydrochloride，對感冒引發之咳嗽及支氣管痙攣具有緩解的效果。
 3. 本藥添加抗過敏成分Chlorpheniramine Maleate，可控制流鼻涕、打噴嚏及喉頭不適感。

適應症

【適應症】
緩解感冒之各種症狀（流鼻涕、鼻塞、打噴嚏、咽喉痛、發燒、頭痛、關節痛、肌肉痛）。

使用方法

【用法·用量】
通常成人每次1粒，1天3次，飯後服用。
醫師藥師藥劑生指示藥品。

副作用

【副作用】
針對部份患者偶會引起嗜睡、口乾、倦怠感、視覺模糊、錯亂、小便困難、心跳加快、神經質、興奮、睡不著、不安、躁動(Restlessness)等現象。Acetaminophen偶有過敏反應，長期服用超大劑量會引起肝毒性，在兒童急性中毒劑量小於150mg/kg。

【保存上之注意】
1. 本藥應置於小兒伸手不及處。
2. 室溫(15~30°C)儲存。
3. 請在有效期限內使用。

【警語】

1. 服用後，若有發疹、發紅、噁心、嘔吐、食慾不振、頭暈、耳鳴、喉嚨疼痛、心跳加速、排尿困難、視覺模糊等症狀時，應停藥立即就醫。
2. 除非藥師、藥劑生或醫師指示，12歲以下兒童不建議服用本藥。
3. 除非藥師、藥劑生或醫師指示，曾經因藥物引起過敏症狀者不得使用。
4. 若咳嗽持續達一星期以上，或若有高燒、膿痰、疹子或持續性頭痛，應停藥立即就醫。
5. 吸煙、慢性阻塞性肺疾，如氣喘、慢性氣管炎或肺氣腫所引起之持續或慢性咳嗽患者，請勿自行使用本藥。
6. 服用本藥後可能引起嗜睡現象，駕車或操作危險器械時要小心，不要飲用含酒精之飲料，亦不要服用安眠藥、鎮靜劑之類的藥品。
7. 除非有藥師、藥劑生或醫師指示，下列病患勿服用本藥：青光眼、肺氣腫、呼吸急促、或呼吸困難、因前列腺腫大引起之排尿困難等。
8. 不要服用超過建議劑量，因高劑量會產生焦慮、暈眩或失眠，兒童可能會產生躁動。
9. 不要服用本藥超過七天。
10. 服用本藥後，如果症狀沒有改善、或症狀還併隨有發燒、或發燒持續三天，應停藥立即就醫。
11. 服用本藥後，如果喉嚨疼痛持續二天以上並併有高燒、頭痛、噁心或嘔吐，應停藥立即就醫。
12. 服用本藥應限制再服用含咖啡因藥品、飲料（如：茶、咖啡、可樂等），過多的咖啡因會引起神經緊張、興奮與失眠，且常會引起心悸過速。
13. 若你每天喝3杯或更多之酒精性飲料，請詢問你的醫師你是否能服用Acetaminophen或其它鎮痛解熱劑，因為Acetaminophen可能造成肝損害。
14. 本藥含支氣管擴張成分，除非有藥師、藥劑生或醫師指示，有心臟病或高齡者不宜服用本藥。

警語

注意事項

【注意事項】

1. 須置於小孩接觸不到之處。
2. 避免陽光直射，宜保存於陰涼之處。
3. 除非藥師、藥劑生或醫師指示，孕婦及授乳婦不建議自行使用。
4. 勿超過建議劑量，若有副作用產生，應立即停藥就醫。
5. 除非藥師、藥劑生或醫師指示，服用本藥時不得併服其他藥品。
6. 不得併服含酒精飲料。
7. 苯酮尿症(Phenylketonuria)患者不得服用本藥。



能力三 看清楚藥品標示

(六)要看外包裝有沒有衛生福利部核准的藥品許可證字號：可上**衛生福利部食品藥物管理署網站**首頁西藥醫療器材、含藥化粧品許可證查詢系統查詢核准字號。

— 官網：<http://www.fda.gov.tw>

— 路徑：首頁→業務專區→藥品→右方「資訊查詢」→藥物許可證暨相關資料查詢作業→西藥、醫療器材、含藥化粧品許可證查詢。

參考來源：社團法人臨床藥學會，綜合感冒藥五大核心能力（2015）



影片名稱：用藥安全宣導短片

影片來源：行政院消費者保護委員會

<https://www.youtube.com/watch?v=RX2fVmhZyNE>



看清楚藥品標示-許可證字號查詢

- 業務專區 **2**
 - 食品
 - 藥品**
 - 醫療器材
 - 化粧品
 - 管制藥品
 - 區管理中心
 - 實驗室認證
 - 邊境查驗專區
 - 研究檢驗
 - 製藥工廠管理

目前位置：首頁 > 業務專區 > 藥品
藥品

 <p>用藥安全宣導 正確用藥互動學習 [詳細內容]</p>	 <p>藥品組施政願景 五安放手做民眾最放心 [詳細內容]</p>	 <p>學名藥品質管理策略 學名藥品質管理策略 [詳細內容]</p>
--	--	--

政策專區 業務簡介、政策導覽、施政成果	法規專區 藥政法令查詢
查驗登記專區 查驗登記介紹及申請流程、申請須知與查檢表、線上訓練課程	藥品查驗登記電子送件 eCTD電子送件等說明
藥品安全資訊(含REMS) 藥品安全再評估(公告)、風險溝通表、新聞稿及藥品風險管理計畫	臨床試驗 臨床試驗及BA/BE試驗相關資訊
醫用氣體管理專區 醫用氣體藥品管理資訊，提供民眾及醫療機構醫用氣體資訊	人體細胞組織優良操作規範(GTP) 人體細胞組織優良操作規範相關資訊

藥事服務 實施醫藥分業及偏遠地區名單、藥事服務計畫成效、繼續教育	藥品廣告 受理藥物及化粧品廣告審查單位、藥品廣告申請、常見問題、統計資料
--	--

- 資訊查詢** **3**
- 藥物許可證暨相關資料查詢作業**
 - 成分代碼查詢
 - 每月新核發、註銷、變更、展延許可證月報
 - 人民申請案查詢
 - CDE案件進度查詢
 - 罕見疾病藥物資料庫
 - 藥品短缺通報彙整清單
 - 公立醫療院所藥品使用量一覽表
 - 通關案件申辦進度查詢

各類名單



藥商藥廠代碼資料查詢



西藥、醫療器材、含藥化粧品許可證



西藥、醫療器材、含藥化粧品許可證查詢

許可證字號	<input type="text"/>	字第	<input type="text"/>	號
許可證種類	<input type="text"/>	註銷狀態	<input type="text"/>	
中文品名	<input type="text"/>	英文品名	<input type="text"/>	
醫療器材主分類	<input type="text"/>			
醫療器材次分類	<input type="text"/>			
限制項目	<input type="text"/>			
劑型(粗)	<input type="text"/>	劑型(細)	<input type="text"/>	
申請商名稱	<input type="text"/>	適應症(藥品)	<input type="text"/>	
製造廠名稱	<input type="text"/>	效能(醫療器材)	<input type="text"/>	
國別	<input type="text"/>	用途(化粧品)	<input type="text"/>	
藥品類別	<input type="text"/>	單/複方別	<input type="text"/>	
藥理治療分類(ATC碼)	<input type="text"/>	藥理治療分類(AHFS/DI碼)	<input type="text"/>	
成分	<input type="text"/>	成分	<input type="text"/>	
成分	<input type="text"/>			
排序方式	<input type="text"/>	驗證碼	<input type="text"/>	
	許可證字號	重新產生	5 k y t <input type="text"/>	

開始搜尋 重新輸入 回主畫面

本查詢服務，僅須輸入查詢關鍵詞彙即可，1個以上的條件的搜尋，即成為複合式查詢。

(諮詢電話：(02)2787-7405,(02)2787-7473,(02)2787-8074或EMAIL至ezra@fda.gov.tw, pagracc@fda.gov.tw, jin555@fda.gov.tw)

本查詢僅為電腦系統之紀錄，實際資料仍以本部核發之許可證與相關文件之內容為主。

請勿自行決定用藥，使用藥品前，仍須經醫師診斷、醫師處方、藥師指導用藥後，方可為之。





能力三 看清楚藥品標示

(七)家中過期及不需使用的藥物，請依照以下方式處理：

<p>1 把藥水倒進來</p>	<p>2 沖洗罐子 沖完後的水倒進來</p>	<p>3 將藥丸集中</p>
<p>[步驟一] 將剩餘的藥水倒入夾鏈袋中。</p>	<p>[步驟二] 將藥水罐用水沖一下。 注意唷！沖過藥水罐的水也要倒入夾鏈袋中。</p>	<p>[步驟三] 將剩餘的藥丸從包裝（如鋁箔包裝、藥袋等）中取出並全部藥丸集中在夾鏈袋裡。</p>
<p>4 將泡過的茶葉 咖啡渣 用過的擦手紙 全部集中</p>	<p>5 將夾鏈袋密封起來 丟到垃圾桶</p>	<p>6 回收乾淨的藥袋和藥罐</p>
<p>[步驟四] 可以用泡過的茶葉、咖啡渣或用過的擦手紙等，把它們和藥水藥丸混合在一起。</p>	<p>[步驟五] 將夾鏈袋密封起來，就可隨一般垃圾清除。</p>	<p>[步驟六] 乾淨的藥袋和藥水罐就可以回收囉！</p>



能力四 清楚用藥方法、時間

- 服用藥品應按醫師或藥師指示並依外包裝、藥品說明書（仿單）標示的服用方式、用量、用法及服用時間。

不含類固醇
咳嗽膠囊
鎮咳祛痰 カズセル

斯斯咳嗽膠囊為非麻醉性鎮咳劑，治療過敏、氣管炎、感冒引起的咳嗽，藥效明顯。

成分	一膠囊中	作用	用途
Dextromethorphan HBr	20 mg	鎮咳、無習慣性	
dl-Methylephedrine HCl	25 mg	擴張支氣管抑制咳嗽、促進腺體分泌	
Noscapine	20 mg	效果最佳之鎮咳劑	
Potassium Guaiacolsulfonate	90 mg	祛痰	
Carbinoxamine Maleate	4 mg	過敏性症狀之終止	

【適應症】
鎮咳、祛痰。
【用法用量】
成人一次一粒，兒童視年齡酌予減量，一天三次。
【副作用】
輕微的暈眩、思睡、噁心、嘔吐及胃痛。
【注意事項】
1. 須置於小孩接觸不到之處。
2. 避免陽光直射，置保存於陰涼之處。
3. 除非藥師、藥劑師或醫師指示，孕婦及授乳婦不建議自行使用。
4. 勿超過建議劑量，若有副作用產生，應立即停藥就醫。
【警語】
1. 吸煙、慢性阻塞性肺病（Chronic Obstructive Pulmonary Disease，包括氣喘、慢性氣管炎或肺氣腫）所引起的持續或慢性咳嗽，及伴有濃痰之咳嗽患者請勿自行使用。
2. 若有發燒、出疹、持續性頭痛、及持續達一星期以上之咳嗽，或有復發現象，應洽醫師。
3. 祛痰劑宜空服服用。
【儲存】
25°C 以下，避光儲存。
【包裝】
6~1000 粒塑膠盒裝，塑膠瓶裝。

醫師藥師藥劑生指示藥品
衛署藥製字第 035956 號
GMP 優良藥品 G-3277 號



不含類固醇
咳嗽膠囊

斯斯咳嗽膠囊為非麻醉性鎮咳劑，治療過敏、氣管炎、感冒引起的咳嗽，藥效明顯。

〔適應症〕
鎮咳、祛痰。

〔用法・用量〕
成人一次一粒，兒童視年齡酌予減量。一天三次飯後服用。

〔成分〕每粒含有：
Dextromethorphan HBr.....20mg
dl-Methylephedrine HCl.....25mg
Noscapine.....20mg
Potassium Guaiacolsulfonate.....90mg
Carbinoxamine Maleate.....4mg

10 粒裝 參考價：150 元

醫師藥師藥劑生指示藥品
衛署藥製字第 035956 號
GMP 優良藥品 G-3277 號



參考來源：社團法人臨床藥學會，綜合感冒藥五大核心能力（2015）



能力四 清楚用藥方法、時間

(一)服用方法及時間：

1. 服用綜合感冒藥時，應了解藥品適應症，以及服用方法及時間，例如藥品各項劑型的使用方法：

(1) 發泡劑：需溶水後服用。



(2) 液劑：服用前先振搖均勻，應使用所附量器取藥量。

(3) 散劑及粒狀：成人應配溫開水並依指示服用；兒童服用藥粉則需倒入溫開水攪拌均勻、完全溶解後再依指示服用。





能力四 清楚用藥方法、時間

2. 服用時間，例如：

(1) **一天三次：三餐飯後。**

(2) 一天四次：三餐飯後與睡前。

(3) 依據醫師指示或藥師建議，或產品外包裝及藥品說明書(仿單)標示按時服用。如有特殊使用方法及劑量請詢問醫師或藥師。



服藥前，看清藥盒標示

【聯合晚報「1瓶感冒糖漿=2顆普拿疼」2014.11.15】

不少老人家一發燒、頭痛就喝感冒糖漿，也沒仔細看用量標示，有些甚至一次喝下一整瓶，雖然症狀獲得舒緩，但也慢慢對感冒糖漿產生心理依賴，只要身體不舒服但有工作要做時，就喝上一瓶，濫用的結果很容易傷身。

有的感冒糖漿含糖量甚至高達85%，糖的主要功能是防腐、便於保存，對孩童來說，甜味也比較好入口，不過喝多了恐會讓體重增加，糖尿病患也會影響血糖控制。

2.感冒糖漿含糖量高，糖尿病患或孩童服用應注意。

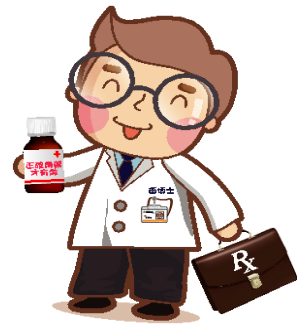


諮詢專家：原隆安藥局藥師翁青聖
採訪整理：陳麗婷

此外，感冒糖漿含的普拿疼成分高，一瓶感冒糖漿通常大約60cc，內含相近兩顆普拿疼的量，如果一天喝超過四瓶，會造成肝腎負擔，超過八瓶恐使肝腎功能受損，千萬不能過量使用，應依照瓶身上的指示、用量服用，除非有標示上有特殊指示，建議在三餐飯後服用。



能力五 與醫師、藥師作朋友



• 生病找醫師，用藥找藥師。

一. 至藥局自行購買感冒藥時，應至有藥師執業之合法藥局購買，並向藥師諮詢，說明自身症狀及目前使用的藥品，並確實遵照藥師建議服用，可主動向藥師索取聯絡電話以方便日後諮詢。

二. **綜合感冒藥可能與其他藥品有交互作用**，例如併用預防血栓藥物和非類固醇消炎止痛藥，可能會增加出血的風險，因此**用藥前諮詢醫師或藥師是最好的辦法**，有任何醫藥疑難問題也可撥打藥局或藥袋上電話諮詢。

三. 不買來路不明的藥品，遵守「**不聽、不信、不買、不吃、不推薦**」原則。





正確使用

綜合感冒藥



五要原則

1. 要知道
2. 要問藥師
3. 要告知
4. 要看標示
5. 要遵醫囑

五不原則

1. 不過量
2. 不併用
3. 不輕忽
4. 不飲酒
5. 不亂買





正確使用綜合感冒藥-五要原則

1.要知道

- 感冒大部份是由病毒入侵所致，綜合感冒藥主要的作
用是**緩解症狀**，**不能預防感冒**。
- 一般健康成人在充分休息、補充水分或電解質後，感
冒症狀會在一到二週內痊癒，因此，有感冒不一定要
服用藥物。



2.要問藥師

- 感冒常出現頭痛、咳嗽、鼻塞、流鼻水、發燒等症
狀，**不是每一種綜合感冒藥都對這些症狀有效**，**要看
成分才知道**，所以**購買使用前應告知藥師目前的症
狀**，選擇合適的藥品使用，以免造成身體不必要的負
擔。



正確使用綜合感冒藥-五要原則



3.要告知

- 看病或至藥局購買藥品時要**清楚表達**有無對藥品或食物過敏、曾經發生過的疾病、目前正在服用的藥品、**是否需要開車或從事操作機械等需要專注的工作**、女性需告知是否懷孕或預備懷孕或哺乳等。



4.要看標示

- 要看藥品的藥盒或說明書(仿單)的成分、適應症(用途)、**使用劑量**、使用方法、注意事項、**副作用**、有效期限與保存方式，按指示服用藥品，並**保留藥品包裝外盒及說明書(仿單)**。





正確使用綜合感冒藥-五要原則

5.要遵醫囑

- 要依照醫師、藥師所給予的資訊用藥，**不分享綜合感冒藥給別人。**
- 6歲以下幼童，不建議自行使用綜合感冒藥，應就醫治療。



購買綜合感冒藥前，看清標示、諮詢藥師

【自由時報「天冷頻哈啾 成藥購用有原則」2015.1.19】

用於鼻塞的「甲基鹽酸麻黃鹼（*dl-methylephedrine*）」，可能影響心血管及中樞神經系統。

「中樞性鎮咳劑」吃了會昏昏欲睡，長期過量服用可能成癮。

市售成藥多以主要症狀來命名，例如：止咳膠囊、抗敏膠囊、感冒膠囊，若單純就名字來購用，有可能會因此重複吃到相同的成分，因為這些藥物多含有2種以上藥物成分。

購買前，除了要看清楚標示，最好也要向藥師諮詢，按照指示使用才安心，畢竟感冒液不是飲料，千萬不要「乎乾啦」！

至於國外藥妝店買回來的綜合感冒藥，因看不懂外來文的用藥指示及注意事項，反而會添增用藥錯誤的風險。



正確使用綜合感冒藥-五不原則

1. 不過量

- 感冒症狀不會因為增加綜合感冒藥的服用劑量就會好得比較快，反而還會增加副作用的風險。
- 綜合感冒藥通常含多種複方成分，例如含有乙醯胺酚的成分（用於退燒止痛），若過量會導致肝損傷；含有抗組織胺成分（用於舒緩鼻塞、流鼻水），服用可能引起嗜睡作用。

2. 不併用

- 綜合感冒藥含有多種藥品成分，當服用綜合感冒藥時，不建議再與其他的感冒藥品合併服用，以免過量服用同類的藥品。如需要合併服用其他藥品時，應主動告知醫師或藥師正在使用的藥品，聽從醫師與藥師的建議服藥，以免產生不良反應。





正確使用綜合感冒藥-五不原則

3.不輕忽

- **感冒若有嚴重症狀要立即就醫**，不要依賴自行購買的綜合感冒藥而延誤就醫。如持續服用綜合感冒藥三天以上症狀仍未改善，請與醫師或藥師聯絡並儘快就醫。

4.不飲酒

- 使用綜合感冒藥期間應避免飲酒，綜合感冒藥部份成分與酒精會產生交互作用，可能加重嗜睡情形造成肝臟損傷。





正確使用綜合感冒藥-五不原則

5.不亂買

- 如需購藥，應至**有藥師執業之合法藥局購買**，並檢視外包裝有無衛生福利部核准的藥品許可證字號，不買來路不明的藥品，遵守「**不聽、不信、不買、不吃、不推薦**」原則。



影片名稱：護腎33 贏得醫利人生

影片來源：國民健康局 台灣腎臟醫學會

<https://www.youtube.com/watch?v=2M6KNx4tNRQ>



影片名稱：建立民眾正確用藥觀念安全宣導

影片來源：行政院衛生署

https://www.youtube.com/watch?v=Z2JB_j32pwM

普拿疼含乙醯胺酚 過量恐致肝損傷

【華視新聞 2014.1.17】

常吃止痛藥的民眾要注意了，美國食品藥物管理局說，止痛藥裡頭有一種成分，乙醯胺酚，如果吃多了，容易傷肝，醫生提醒一天不要吃超過八顆，如果喝酒了，也千萬不要吃。

這個時候，就是非要它不可嗎，普拿疼拿掉疼痛，小心吃多了也要了你的肝，美國食品藥物管理局說，**普拿疼裡有一種成分叫做乙醯胺酚，過量攝取會導致肝衰竭，甚至死亡**，食藥署藥品組簡任技正戴雪詠說**人體每天能忍受的乙醯胺酚上限是四千毫克**，以普拿疼來說，一天吃超過八顆才會過量，但就怕你是吃了醫師開的藥，覺得不夠，又到藥房自己買藥。



相關影片：止痛藥含乙醯胺酚 1天8顆就傷肝

<https://www.youtube.com/watch?v=RWxOrgrdXr8>

感冒糖漿當水喝 引發急性腎衰竭

【大紀元2011.9.19】

很多人感冒，會直接到藥局買藥，或感冒糖漿喝，但是藥水甜甜的，一不小心就可能喝過量，**1名20多歲男子感冒，竟然把感冒糖漿當水喝，沒想到引發急性腎衰竭，差點送命。**

男子緊急送醫洗腎，還好撿回一命，醫師仔細問，才發現他因為工作繁忙常加班，沒時間看醫生，才會到藥局買感冒糖漿服用。

有些民眾希望感冒快快好，一次灌一大瓶糖漿，但是感冒藥裡有止痛藥成分，服用過量，會傷腎，藥師建議，成人每次飲用量，不要超過10c.c，喝太多，不但會上癮，甚至會造成肝腎損傷。



相關影片：感冒糖漿當水喝 引發急性腎衰竭

<https://www.youtube.com/watch?v=bAlz5GDle-M>

補充資料：感冒糖漿不能「乎乾啦」！

http://www.tdrf.org.tw/ch/05knows/kno_02_main.asp?bull_id=5706

服用藥物不飲酒

【公視新聞】2014.8.24

良藥苦口，因此有些人在吃藥時，常常會搭配飲料，不過有些藥物和飲料一起服用，可能會產生不良藥物反應，因此建議民眾，吃藥還是配白開水最好、也最安全。

有些人喝酒後，隔天早上還會宿醉、頭痛不舒服，會自行服用普拿疼、不想減緩症狀，不過有醫師提出警告，如果喝酒後、頭痛吃普拿疼，不但無法解酒，還可能傷害肝臟，甚至引發猛爆型肝炎死亡。



相關影片：安全服藥首推開水 部分飲料危險

<https://www.youtube.com/watch?v=oq21WcOdjcs>

購買綜合感冒藥須至有藥師執業之合法藥局購買

【中天新聞】2012.3.31

市面上有很多知名的感冒藥，像是風熱友、斯斯、伏冒，**民眾可不要自己隨便買，要經過藥師同意才能買**，新北市有一名藥局老闆沒有藥師執照，卻賣了風熱友給顧客遭到衛生局開罰6萬元。



相關影片：無藥師執照藥房老闆賣感冒藥遭罰六萬

https://www.youtube.com/watch?v=SdUDUnLw_nU



參考文獻(I)

- American Academy of Otolaryngology (2014). Antihistamines, Decongestants, and Cold Remedies. 取自 <http://www.entnet.org/content/antihistamines-decongestants-and-cold-remedies>
- American Academy of Pediatrics (2014). Coughs and Colds: Medicines or Home Remedies?
- Dan Budnitz (2011). Preventing Unintentional Medication Overdoses in Children. 取自 <http://blogs.cdc.gov/safehealthcare/2011/01/20/preventing-unintentional-medication-overdoses-in-children-2>
- National Institutes of Health (2011). Common Colds: Protect Yourself and Others. 取自 <http://www.niaid.nih.gov/topics/commoncold/Pages/default.aspx>
- U.S. Food and Drug Administration (2009). FDA 101: Medication Errors. 取自 www.fda.gov/consumer/updates/medicationerrors031408.html/
- U.S. Food and Drug Administration (2011). An Important FDA Reminder for Parents: Do Not Give Infants Cough and Cold Products Designed for Older Children.
- U.S. Food and Drug Administration (2013). Cold and Cough Medicines. 取自 <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/coldandcoughmedicines.html>
- U.S. Food and Drug Administration (2013). For Consumers: Don't Double Up on Acetaminophen.



參考文獻(II)

- U.S. Food and Drug Administration(2014). Caution: Some Over-the-Counter Medicines May Affect Your Driving.
- 行政院衛生署（1996）。健康達人125：民眾自我照護手冊。台北：天下達見出版股份有限公司。
- 財團法人國家衛生研究院（2011）。2009年「國民健康訪問暨藥物濫用調查」取自 http://nhis.nhri.org.tw/files/2009NHIS_report_2.pdf。
- 衛生福利部食品藥物管理署（2014）。103年度「正確用藥教育模式校園推廣計畫」成果報告。
- 衛生福利部統計(2014)。102年度全民健康保險醫療統計年報：門、住診合計主要疾病就診率統計--按性別及年齡別分。取自 <http://www.mohw.gov.tw/cht/DOS/DisplayStatisticFile.aspx?d=47875>



感謝以下專家協助審稿

- 社團法人臺灣臨床藥學會 劉人瑋秘書長
- 財團法人醫院評鑑暨醫療品質策進會 黃莉蓉諮詢顧問
- 前臺北市立聯合醫院藥劑部 王淑孟主任
- 王宏育診所 王宏育院長
- 三軍總醫院 李俊賢藥師
- 國立臺灣師範大學 李景美教授

