

# 學校推動正確用藥策略



主講人：張鳳琴副教授

國立臺灣師範大學健康促進衛生教育學系



# 計畫背景

## ~民眾不安全用藥風險增加

- 臺灣全民健康保險的開辦，帶給民眾就醫的便利性，然也大幅提升民眾不安全藥物使用的風險。
- 臺灣民眾每年就醫次數(15.2次)約為經濟合作與發展組織(OECD)國家(5.9次)三倍(健康保險署, 2011)
- 臺灣藥品支出百分率(25%)為OECD國家(15%)近二倍，凸顯臺灣民眾高用藥量問題
- 臺灣藥品不良反應的通報率僅為美國的1/10 (0.0025% vs 0.024%) (王惠珀, 2011)
- 雲林縣調查顯示15%老人每個月向地下電台買藥 (李蜚鴻, 2010)。
- 藥師公會理事長指出臺灣用藥量為美國7倍。
- 腎臟疾病為國人十大死因之一，全民健康保險洗腎費用逐年攀升。

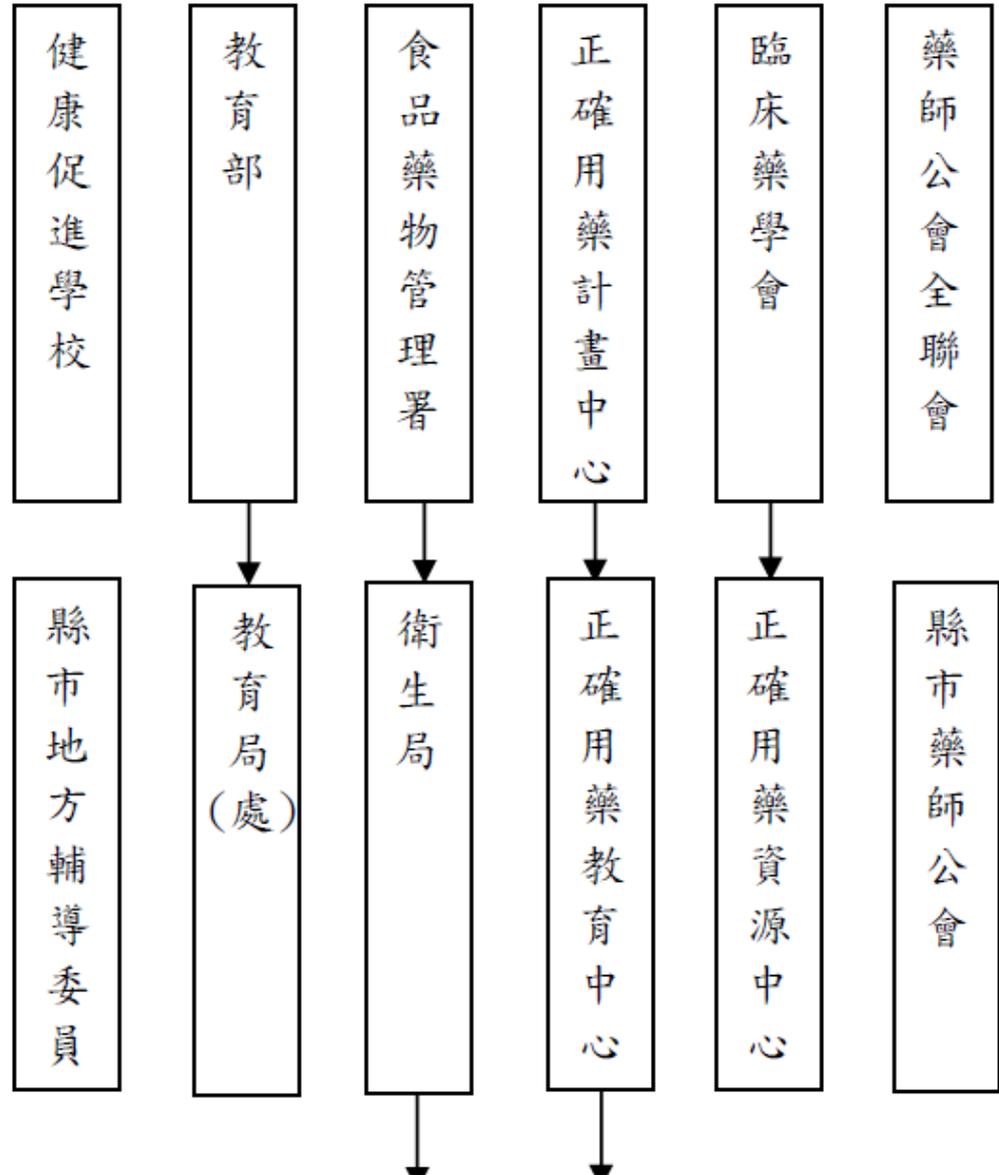


# 校園正確用藥教育計畫推動架構

《全國層級》  
政策/經費/增能



《縣市層級》  
師資培訓/提供資源/輔導



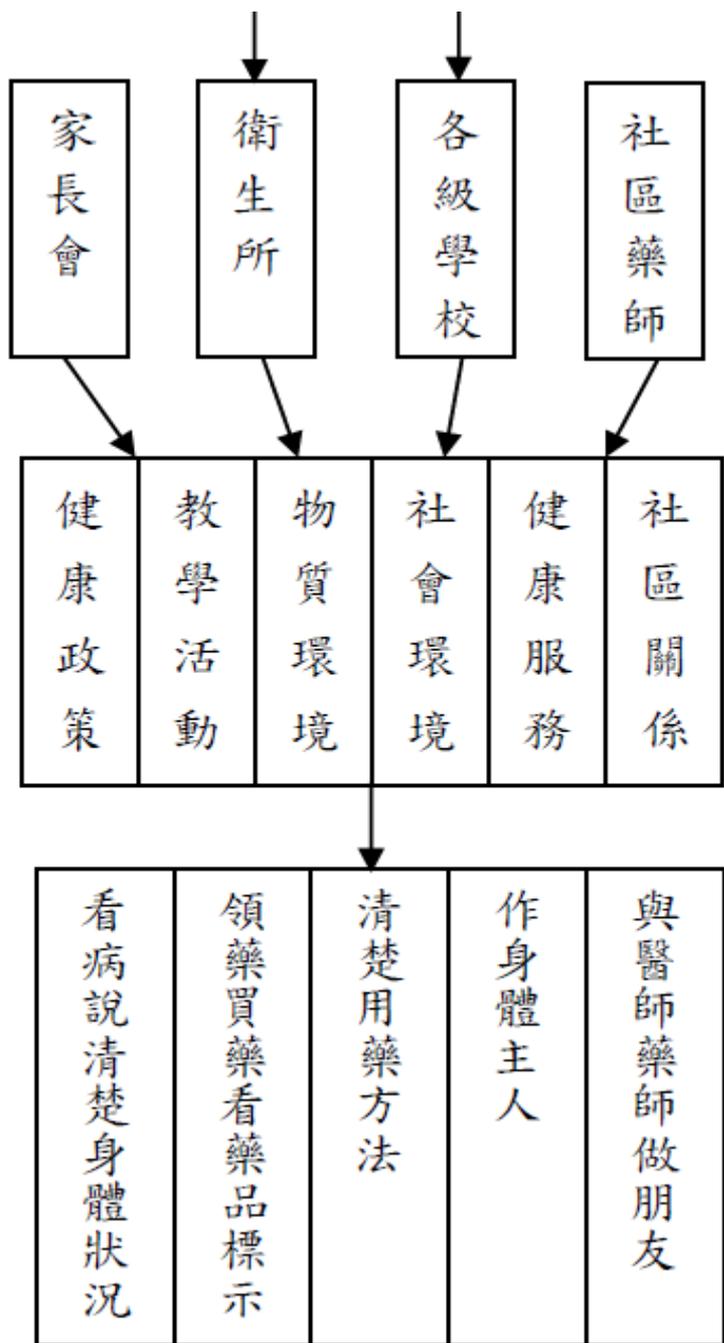
## 《學校層級》

地方資源結盟與校藥師



## 《學校工作重點》

健康促進學校六大範疇



## 《教師/學生/家長》

正確用藥五大核心能力



# 104年度各縣市正確用藥教育中心學校

## 正確用藥教育中心學校名單

基隆市中山高中	臺南市重溪國小
臺北市中正國中	高雄市福誠高中
新北市重慶國中	屏東縣南州國小
桃園縣田心國小	宜蘭縣中華國中
新竹市三民國中	花蓮縣鶴岡國小
新竹縣新豐國中	臺東縣寶桑國中
臺中市文山國小	澎湖縣白沙國中
南投縣愛蘭國小	金門縣金鼎國小
嘉義縣貴林國小	

# 104年度正確用藥教育資源中心

區域	縣市	資源中心
臺北區	臺北市	財團法人臺灣基督長老教會馬偕紀念社會事業基金會馬偕紀念醫院
		臺北市立萬芳醫院—委託財團法人臺北醫學大學辦理
	基隆市	衛生福利部基隆醫院
	新北市	醫療財團法人徐元智先生醫藥基金會亞東紀念醫院
		佛教慈濟醫療財團法人臺北慈濟醫院
	衛生福利部雙和醫院(委託臺北醫學大學興建經營)	
北區	宜蘭縣	財團法人天主教靈醫會羅東聖母醫院
	桃園縣	長庚醫療財團法人林口長庚紀念醫院
		壠新醫院
	新竹市	財團法人馬偕紀念醫院新竹分院
國立臺灣大學醫學院附設醫院新竹分院		
中區	苗栗縣	大千綜合醫院
	臺中市	中山醫學大學附設醫院
	南投縣	衛生福利部南投醫院
	彰化縣	彰化基督教醫療財團法人彰化基督教醫院
	雲林縣	天主教若瑟醫療財團法人若瑟醫院
南區	臺南市	奇美醫療財團法人奇美醫院
		奇美醫療財團法人柳營奇美醫院
	嘉義市	戴德森醫療財團法人嘉義基督教醫院
	嘉義縣	長庚醫療財團法人嘉義長庚紀念醫院
高屏區	高雄市	長庚醫療財團法人高雄長庚紀念醫院
	屏東縣	衛生福利部屏東醫院
東區	臺東縣	馬偕紀念醫院臺東分院
	花蓮縣	佛教慈濟醫療財團法人花蓮慈濟醫院
離島	金門縣	行政院衛生福利部金門醫院
	澎湖縣	三軍總醫院澎湖分院附設民眾診療服務處

# 中心學校工作事項(I)



- 組織工作團隊，辦理共識會議、增能工作坊及成果觀摩。
- 教學觀摩、增能工作坊和成果觀摩需擴散至種子學校之外之其他學校。
- 邀請專家、學者至中心學校輔導至少1次。
- 與藥師合作發展正確用藥年度宣導主題，以健康促進學校六大面向推廣正確用藥教育。
- 以年度推廣主題為主軸，與藥師相關團體合作辦理教師用藥安全教育工作坊/座談會。
- 以年度推廣主題為主軸，結合藥師至校辦理正確用藥宣導講座至少1次。
- 藉由藥師到校宣導講座、工作坊或正確用藥等相關活動，蒐集與彙整師生、家長或社區民眾之常見用藥疑問並請合作藥師協助解答，期中計畫進度調查時提供Q&A至少5題。
- 辦理藥局觀摩活動至少1場（可配合社區藥局、社區關懷點辦理）。

# 中心學校工作事項(II)



- 925全國正確用藥日，中心學校應辦理全縣(市)正確用藥相關活動或競賽，並配合辦理「我家藥健康」小故事/行動劇全國徵選活動。
- 辦理社區行銷與推廣活動，如：於925用藥安全日、親子日、祖孫日等節慶或校慶園遊會等大型活動時，安排行動劇的演出以宣導正確用藥之概念。
- 辦理媒體行銷與推廣活動，包括小眾媒體行銷（如校刊、社區宣導品行銷）及網路媒體行銷（如師生常用網站行銷）。
- 配合辦理全國性用藥安全成效及用藥素養之研究，至少需有4個班級進行正確用藥教育前、後測線上問卷調查，並請建議對照組學校進行調查。
- 參與104年度全國正確用藥教育共識會議及成果發表會，並請中心學校派員於成果發表會當日設攤展出校群特色作品與相關資料。



## 「我家藥健康」行動劇徵選活動

- **活動目的**：藉由行動劇的演出，增進校園師生正確用藥的概念，並且藉由此行動劇將正確用藥之觀念推廣至家長、鄰近社區民眾等對象。
- **徵求種類**：以「**正確使用止痛藥**」、「**正確使用制酸劑（胃藥）**」或「**正確使用綜合感冒藥**」為主題，並以**校園正確用藥教育五大核心能力**為主軸，自行發揮並撰稿準備。行動劇內容均請各校參賽人員與藥師協同準備。
- **作品規範**：每部作品以**6-10分鐘**為限，不足或超過均酌予扣分，檔案類型可為\*.avi；\*.wmv；\*.mov。
- **參賽方式**：本活動分為縣市初賽與全國決賽，說明如下。
  - **縣市初賽**：由各縣市正確用藥教育中心學校統一辦理全縣市初賽。
  - **全國決賽**：各縣市於**104年9月18日**前**擇優提報3-5件**縣市初賽獲獎作品參加全國決賽。主辦單位將統一於**104年9月24日**公告各縣市參賽作品於正確用藥數位資訊學習網及臺灣健康促進學校網站供民眾點閱、投票與分享。**104年9月24日至104年10月20日**統計各參賽影片之影片投票人氣（正確用藥互動數位資訊學習網影片投票分數 [http://doh.gov.whatis.com.tw/05\\_event\\_detail\\_20150410.asp](http://doh.gov.whatis.com.tw/05_event_detail_20150410.asp)），影片投票人氣將列入決賽評分。決賽評分將由主辦單位聘請相關領域專家學者、教師組成評審團進行評分審查。

# 正確用藥網路問卷調查

## 104年度校園正確用藥教育調查問卷\_V2

各位老師、同學好：

衛生福利部食品藥物管理署委託國立臺灣師範大學進行臺灣地區校園正確用藥調查，本問卷目的是想了解您正確用藥的情形，作為校園正確用藥教育的參考。

您所填寫的任何資料僅供本研究使用，絕不做其他用途，請安心填寫。您的寶貴意見，將使本研究更有價值，感謝您的協助！

敬祝  
健康！快樂！  
填答說明：

- 請詳細閱讀題目，然後在該題答項內點選適當的答案。
- 每題皆為單選，只能選一個答案（除非標明「可複選」的題目，才可複選）。
- 本問卷之解熱鎮痛藥（如普拿疼），是指含乙醯胺酚成分之止痛退燒藥。
  - 本問卷之消炎止痛藥（如阿斯匹靈），是指非類固醇之消炎止痛藥。
- 本問卷之制酸劑（如吉胃福適）為常用胃藥的一種，是指中和胃酸的藥品。
- 本問卷之綜合感冒藥（如伏胃熱軟），是指可至藥局購買的綜合感冒藥。

您所填寫的任何資料僅供本研究使用，絕不做其他用途，請安心填寫。  
您的寶貴意見，將使本研究更有價值，非常謝謝！敬祝 健康！快樂！  
國立臺灣師範大學健康促進與衛生教育學系 張鳳琴 博士 敬上

下一頁

離開並清除問卷



線上問卷登入方式（擇一）：

1. 正確用藥互動數位資訊學習網 > 中心學校 > 左側列表「校園正確用藥問卷」  
<http://doh.gov.whatis.com.tw/>

2. 臺灣健康促進學校 > 首頁最下方 > 校園正確用藥網路問卷  
<http://hpshome.giee.ntnu.edu.tw/Default.aspx>

3. 問卷直接連結  
<http://hnhhh.no-ip.org/index.php?r=survey/index/sid/546881/lang/zh-Hant-TW>

## 學生用藥知能需持續強化

1. 能力一：清楚表達自己身體狀況，九成學生答對。
2. 能力二：看清楚藥品標示上，五成學生不知道將未用完藥品放置冰箱保存是錯誤的。四分之一學生在過去一年買藥前不會檢查包裝上有無衛生署核准藥品許可證字號。
3. 能力三：清楚用藥方法時間，九成以上學生答對。三分之一學生未遵醫囑或藥袋說明，自行調整藥量。
4. 能力四：做身體的主人，九成以上學生答對。
5. 能力五：與醫師、藥師作朋友，近三成學生不知道在醫院拿的藥品有用藥疑問時，可打電話回醫院或向住家附近藥局的藥師詢問。

## 半數學生不知道使用止痛藥風險

- 53% 學生不知道使用含乙醯氨酚(Acetaminophen)解熱鎮痛藥 **成年人每天不可超過4000毫克**
- 42% 學生不知道有飲酒習慣或肝炎者，服用含乙醯氨酚解熱鎮痛藥會增加 **肝損傷風險**
- 39% 學生不知道 **非類固醇消炎止痛藥容易引起腸胃不舒服**
- 25% 學生不知道 **使用過量含乙醯氨酚解熱鎮痛藥會產生肝臟毒性**

## 三成學生對使用制酸劑有錯誤認知

**30%** 學生不知道「吃藥一定要搭配制酸劑（胃藥）一起服用才不會傷胃」是錯誤。

**31%** 學生不知道「制酸劑（胃藥）與其他藥品一起服用，可能會影響其他藥品療效」。

**27%** 學生不知道「長期大量服用制酸劑（胃藥）會造成胃酸不足，影響營養吸收，導致胃腸細菌過度生長而增加感染等風險」。

**16%** 學生不知道「藉由調整日常生活作息飲食，如不熬夜、定量定時、少喝刺激性飲料等可以減少胃酸過度分泌」。

# 正確用藥五大核心能力

## 能力一 看專業 看醫師

- 清楚表達自己的身體狀況

## 能力二 問專業 問藥師

- 看清楚藥品標示

## 能力三 用專業 依藥袋標示用藥

- 清楚用藥方法、時間

## 能力四 買專業 買藥應在專業場所

- 做身體的主人

## 能力五 聽專業 聽醫師、藥師專業指導

- 與醫師、藥師作朋友



正確使用

# 止痛藥 不過量



## 五不

### 1 不過量

不過量使用乙醯胺酚解熱鎮痛藥指示藥品，成人24小時內不要服用超過4000毫克，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。

### 2 不喝酒

使用止痛藥應避免飲酒，因可能造成肝損害。



### 3 不併用

不要同時服用二種以上含乙醯胺酚藥品，以避免過量使用會造成肝損害。



### 4 不空腹

長期使用非類固醇抗炎止痛藥可能出現腸胃不適，胃腸出血，宜與食物一起服用或在飯後服用。

### 5 不亂買

不聽、不信、不買、不吃、不推薦。  
不買來路不明藥品。如需購藥應至有藥師執業之合法藥局購買。



指導單位：衛生福利部食品藥物管理署、教育部

承辦單位：國立臺灣師範大學

協辦單位：中華民國藥師公會全國聯合會、財團法人醫院評鑑暨醫療品質策進會

廣告

正確使用

# 止痛藥 要看標示



## 五要

### 1 要知風險

要知道使用止痛藥種類，過量使用止痛藥會有傷肝臟、腸胃、腎臟等風險。



(1)含乙醯胺酚解熱鎮痛藥：用於減輕疼痛和退燒治療，過量使用會有肝損傷風險。

(2)非類固醇類消炎止痛藥：用於減輕疼痛和發炎，易有腸胃與腎臟損傷風險。

### 2 要看標示

要看藥品的藥盒或仿單(說明書)的「成分」欄位上有無「乙醯胺酚Acetaminophen」及注意事項，並按藥袋、仿單(說明書)或藥盒的指示服用藥品。



### 3 要告病況

要告知醫生，是否曾對這類藥物過敏、是否有肝臟、腸胃、心臟、腎臟等疾病，及有無喝酒、或同時併用其他藥品。

### 4 要遵醫囑

要依照醫生、藥師所給予資訊用藥。

### 5 要問專業

服用止痛藥後，如有任何不適症狀，像是：過敏反應、尿量減少、四肢腫脹等，請與您的醫師、藥師聯絡並儘快就醫。



指導單位：衛生福利部食品藥物管理署、教育部

承辦單位：國立臺灣師範大學

協辦單位：中華民國藥師公會全國聯合會、財團法人醫院評鑑暨醫療品質策進會

廣告



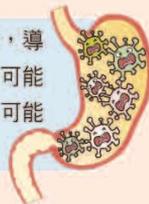
# 胃藥 (制酸劑)

## 五要原則

### 1 要知風險



要知道長期使用制酸劑（胃藥）會造成胃酸不足、影響營養吸收，導致胃腸細菌過度生長而增加感染等風險。含碳酸氫鈉的制酸劑，可能會造成腹脹；含鋁的制酸劑，可能會造成便秘；含鎂的制酸劑，可能會造成腹瀉。



### 2 要看標示

制酸劑



要看藥品的藥盒或仿單（說明書）的使用方法及注意事項，並按藥袋、仿單（說明書）或藥盒的指示服用藥品。

### 3 要告病況



要告知醫師，是否曾對藥品過敏、是否有胃腸潰瘍、高血壓、腎臟疾病、骨質疏鬆、失智等疾病，及是否有同時併用其他藥品。

### 4 要遵醫囑



要依照醫師、藥師所給予的相關指示用藥。

### 5 要問藥師



服用制酸劑（胃藥）後，如有任何不適症狀（例如過敏），或服用制酸劑3天後腸胃不適的症狀未改善，請與您的醫師、藥師聯絡並儘快就醫。



指導單位：衛生福利部食品藥物管理署、教育部

承辦單位：國立臺灣師範大學

協辦單位：中華民國藥師公會全國聯合會、社團法人臺灣臨床藥學會



廣告



# 胃藥 (制酸劑)

## 五不原則

### 1 不要求



不主動要求醫師開立制酸劑（胃藥），絕大部分的藥品不會引起腸胃不適，是否需使用制酸劑（胃藥）應由醫師判斷。

### 2 不併用



不擅自併用制酸劑（胃藥），以免影響其他藥品的療效，服用前應聽從醫師與藥師建議。

### 3 不長期



腸胃不適時，可以短期服用制酸劑（胃藥），是否需長期使用應由專業醫師評估，因為長期使用制酸劑（胃藥）可能會影響心血管系統、腎臟功能及增加感染風險。



### 4 不刺激



不食用刺激性的物質（咖啡、菸、酒、檳榔、辛辣食物等）、少吃甜食、不暴飲暴食，應養成良好的日常生活作息、飲食習慣以及紓解壓力等，可避免胃酸過度分泌。

### 5 不亂買



對於來路不明藥品，應遵守「不聽、不信、不買、不吃、不推薦」之原則。如有輕微的胃部不適，可先諮詢醫師或藥師，如需購藥應至有藥師執業之合法藥局購買。



指導單位：衛生福利部食品藥物管理署、教育部

承辦單位：國立臺灣師範大學

協辦單位：中華民國藥師公會全國聯合會、社團法人臺灣臨床藥學會



廣告

# 吃藥不能防感冒

## 5要



### 喝水休息健康到

#### 1 要知道

感冒藥可以緩解症狀，不能預防感冒。



#### 2 要問藥師

感冒藥成分不同，應向醫師、藥師詢問，挑選合適感冒藥。



#### 3 要告知

要告知過敏史、疾病史，及有無同時併用其他藥品，是否從事開(騎)車或需專注的工作。

#### 4 要看標示

依據藥品外包裝及藥品說明書(仿單)標示按時服用。



#### 5 要遵醫囑

依照醫(藥)師給予的資訊用藥，6歲以下幼童，不建議自行使用綜合感冒藥。



指導單位

衛生福利部食品藥物管理署、教育部

承辦單位

國立臺灣師範大學

廣告

# 吃藥不能防感冒

## 5不



### 喝水休息健康到

#### 1 不過量

增加藥量感冒症狀不會好得比較快，反而增加副作用風險。



#### 2 不併用

不同時服用其他感冒藥品，以免過量服用同類藥品。



#### 3 不輕忽

服藥後有不適症狀或持續三天以上未改善，必要時儘速就醫。

#### 4 不飲酒

服藥期間避免飲酒，以免加重嗜睡情形與增加肝臟負擔。



#### 5 不亂買

要到藥師執業之合法藥局購藥，遵守「不聽、不信、不買、不吃、不推薦」原則。

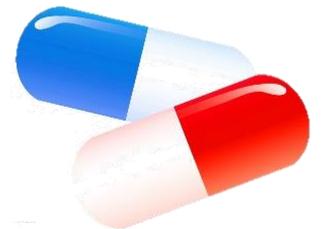


廣告



# 小「感冒」大「負擔」

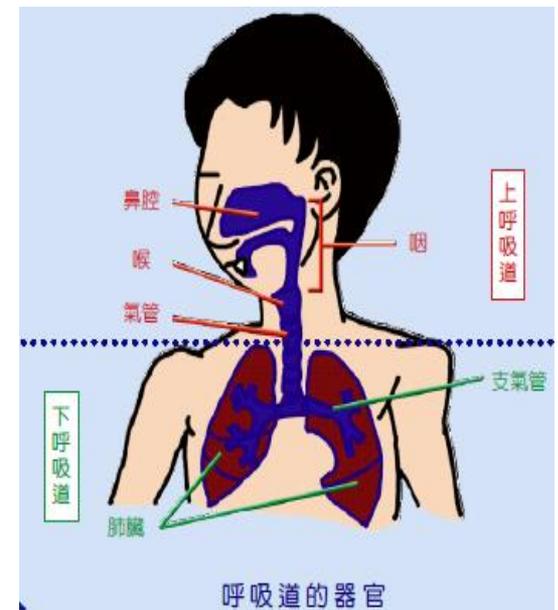
- 我國每人每年平均就醫次數15次中，就有3次是因看感冒而上醫院或診所，每年花在感冒的醫療費用高達250億 (健保署，2006)。
- 我國2013年因上呼吸道感染至門診就醫近五千萬次，占所有門診量約一成五 (衛福部統計處，2014)。
- 感冒是導致孩童缺課，大人無法上班主要原因。
- 大多數的人感冒在7-10天復原，若免疫力低、氣喘或有慢性肺病等，容易惡化、罹患肺炎。
- 壓力大或睡不好比較容易感冒。



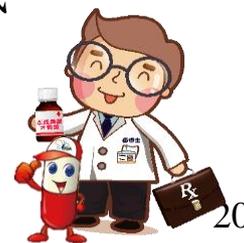
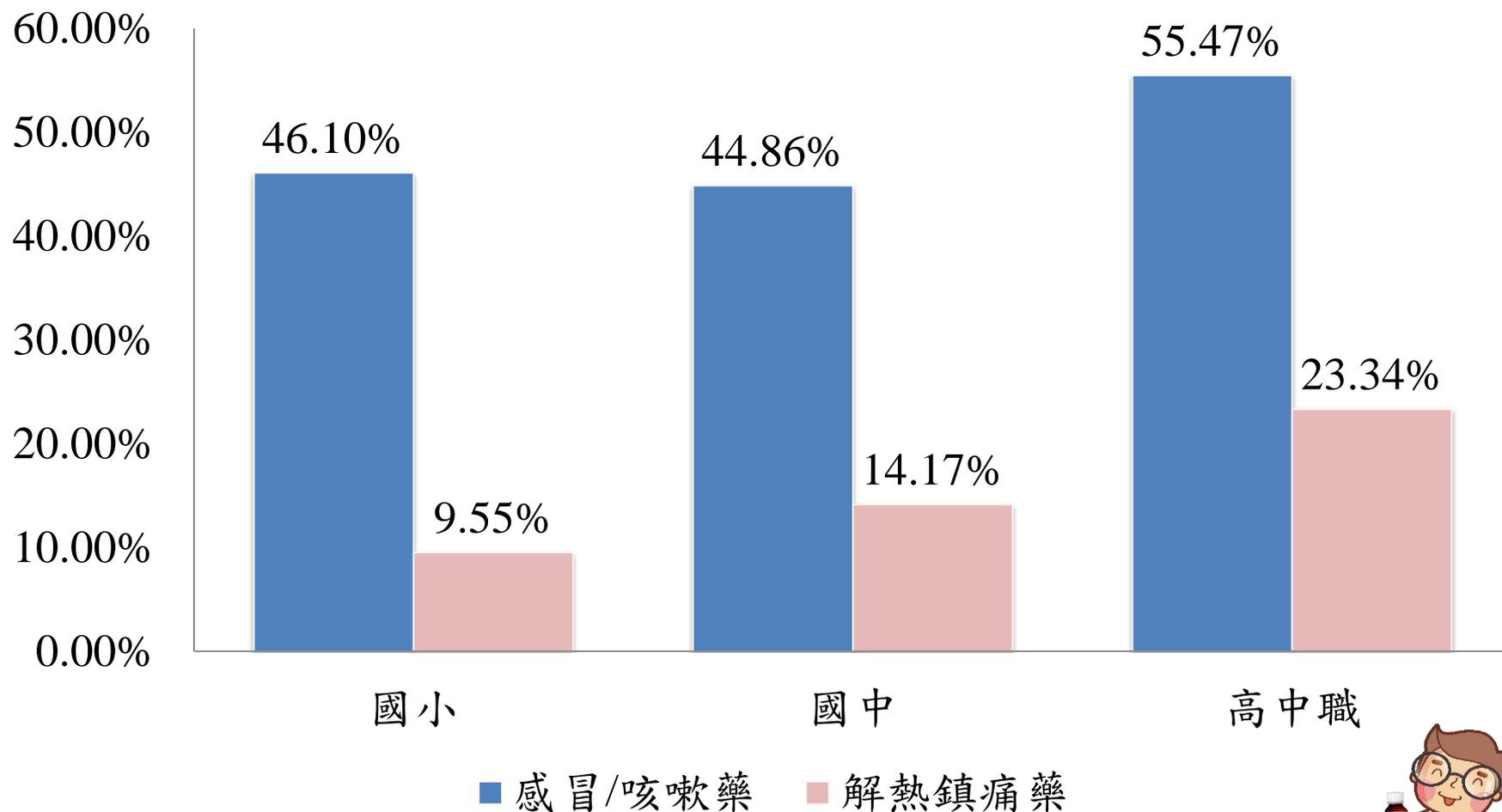


# 什麼是感冒？

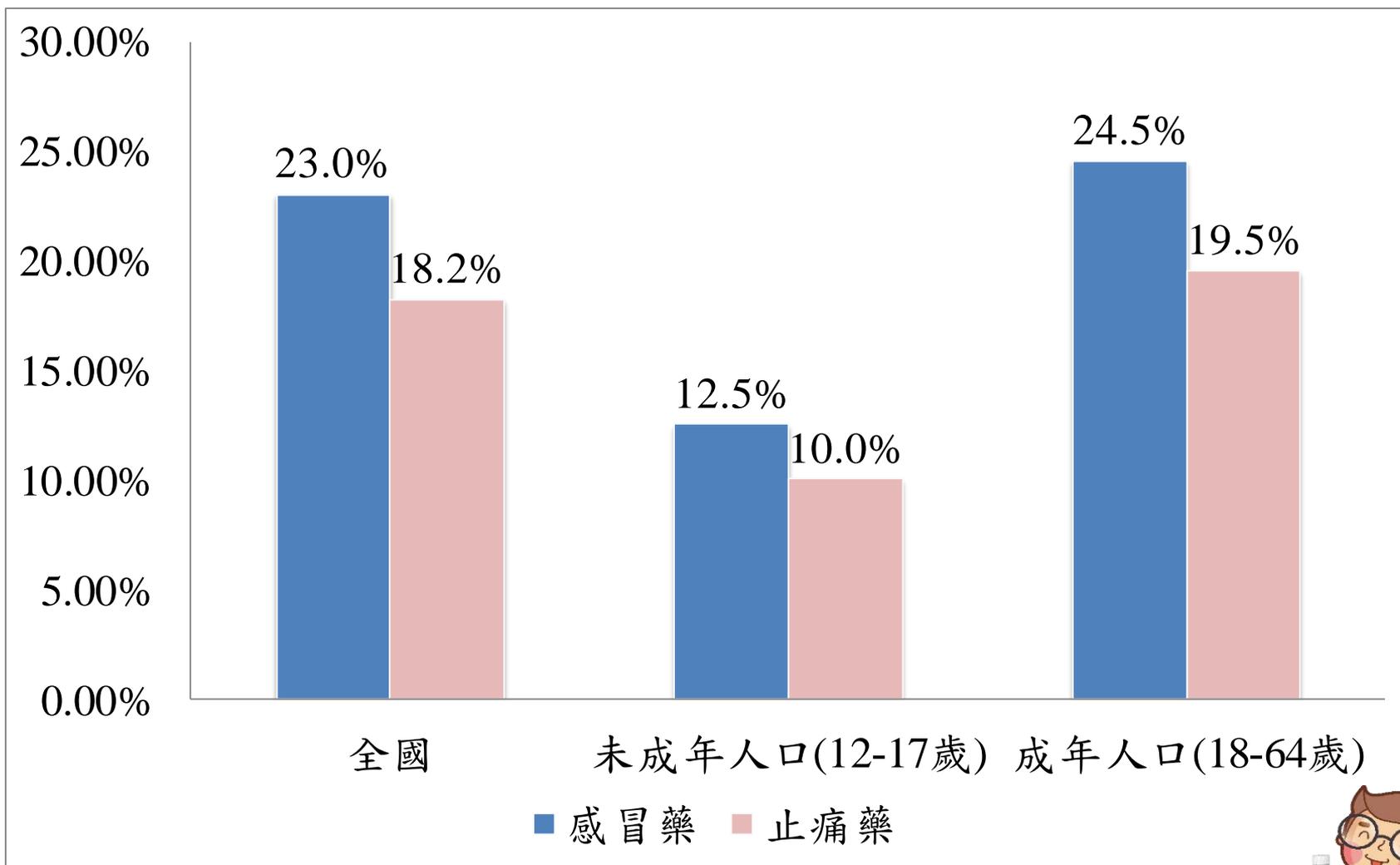
- 感冒主要由**病毒**引起，以呼吸道融合病毒、腺病毒、鼻病毒最常見。
- 感冒是**上呼吸道感染**，症狀通常包含流鼻水、打噴嚏、喉嚨痛、眼紅、咳嗽、頭痛及全身痠痛等，這些症狀在1-3天達到高峰。



# 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。





# 藥品分級

藥物分級	說明	注意事項
成藥	<ol style="list-style-type: none"><li>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。</li><li>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。</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>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。</li><li>2. 標示字樣「甲類成藥」或「乙類成藥」</li></ol>
指示藥	<ol style="list-style-type: none"><li>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、<b>綜合感冒藥</b>。</li><li>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。</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 外包裝會標示衛署藥製字第000號、衛署藥輸字第000號。</li><li>2. 標示字樣「指示藥品」，「醫師、藥師(藥劑生)指示藥」。</li></ol>
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"><li>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。</li><li>2. 標示字樣「本藥須由醫師處方使用或限由醫師使用」。</li></ol>



# 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](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。

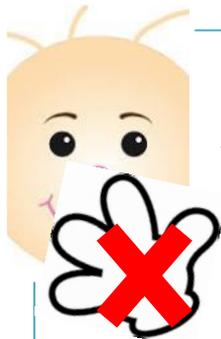
# 如何預防感冒？



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。





## 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。**



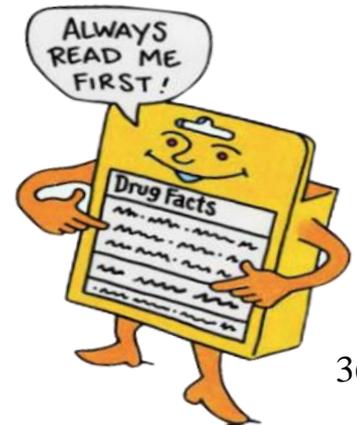
## 能力三 看清楚藥品標示

### (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

20粒

■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

■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

■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)。

適應症

■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

用法與用量



開口位置

有效期限

保存期限 20190905  
 製造批號 CBXUC 3515



TH-G

# 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、惡心、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、惡心或嘔吐，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。

## 【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。

## 警語

## 注意事項



## 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

目前位置：首頁 > 業務專區 > 藥品

- 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

## 藥品



**用藥安全宣導**  
正確用藥互動學習  
[詳細內容]



**藥品組施政願景**  
五安放手做民眾最放心  
[詳細內容]



**學名藥品質管理策略**  
學名藥品質管理策略  
[詳細內容]

## 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

## 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

## 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：

**1 把藥水倒進來**

[步驟一]  
將剩餘的藥水倒入夾鏈袋中。

**2 沖洗罐子  
沖完後的水倒進來**

[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。

**3 將藥丸集中**

[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。

**4 將泡過的茶葉  
咖啡渣  
用過的擦手紙 全部混合**

[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。

**5 將夾鏈袋密封起來 丟到垃圾桶**

[步驟五]  
將夾鏈袋密封起來，就可隨一般垃圾清除。

**6 回收乾淨的藥袋和藥罐**

[步驟六]  
乾淨的藥袋和藥水罐就可以回收囉！



# 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、使喉部舒張	
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，宜保存於陰涼之處。  
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





# 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。

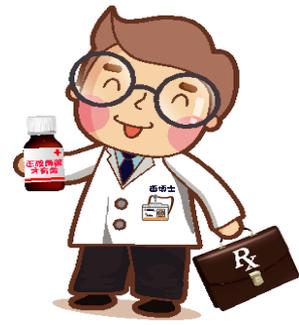
(2) 一天四次：三餐飯後與睡前。

(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。





## 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。





# 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，甚至造成肝臟損傷。





# 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 贏得腎利人生

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

# 一、學校健康政策~結盟合作



台南重溪國小-共識會議及增能研習



花蓮縣觀音國小-共識會議



南投縣愛蘭國小-共識會議暨增能研習



高雄市福誠高中共識會議

# 縣市正確用藥競賽活動



新北市「麥迪森競技場」



金門縣正確用藥知識達人競賽



臺北市藥Safe大冒險競賽活動



2014桃園縣神農小學堂正確用藥競賽

# 新北市正確用藥「麥迪森競技場」



由教育局、衛生局主辦，重慶國中與亞東紀念醫院、新北市藥師公會共同承辦，全市國小14校，國中12校，共26校、104人參加。

## 二、健康教學活動~藥師至校增能師生



新北市教師正確用藥增能工作坊



澎湖縣教師正確用藥增能工作坊



台北市成德國中-用藥安全宣導講座



嘉義縣竹崎高中-藥師宣導用藥知識

## 二、健康教學活動~參訪藥局



澎湖縣港子國小-衛生所藥師觀摩活動



台南大同國小-參訪社區藥局



宜蘭縣國華國中學生藥局參訪



南投縣育英國小-參訪社區藥局

## 二、健康教學活動~正確用藥課程與教案



宜蘭縣凱旋國中健康教育老師教學



金門縣金鼎國小正確用藥教育課程



台南市正確用藥創意教案



澎湖縣正確用藥書籤製作



# 花蓮縣暑假小藥師營隊



# 三、學校物質環境~正確用藥創作展示



台南市復興國中-跑馬燈、公佈欄



嘉義縣永安國小-校刊正確使用制酸劑



台南市重溪國小-正確用藥年曆



澎湖縣赤崁國小-校刊宣導正確用藥

## 四、學校社會環境~正確用藥活動



台北市中正國中-正確用藥宣導活動



金門縣金鼎國小-家長志工推動正確用藥



台北蘭雅國中-校慶正確用藥闖關活動



屏東縣長治國中-正確用藥小志工訓練

# 2014全國正確用藥小主播



臺南市重溪國小 <http://youtu.be/SaeBg2M-76E>



宜蘭縣凱旋國中 <http://youtu.be/apteJ9PNS2E>



彰化縣立鹿鳴國中 <http://youtu.be/Qj0Exc0dO1s>



新竹市三民國中 <http://youtu.be/CTy7bFtEMSo>

# 正確用藥小主播在學校與社區宣導



新北市重慶國中正確用藥小主播



台東縣土坂國小正確用藥小主播



金門縣金鼎國小正確用藥小主播



宜蘭新聞報導2014正確用藥小主播

# 五、社區關係~正確用藥社區行銷



台中市文山國小正確用藥社區活動



新竹縣政府前辦理正確用藥闖關活動



新北市莒光國小校慶正確用藥宣導



雲林縣華山國小社區宣導-蘇治芬縣長

# 桃園縣神農小學堂

## 桃縣宣導 正確安全用藥最可靠

中央通訊社 THE CENTRAL NEWS AGENCY 中央社 - 2014年11月16日 下午5:48



〈中央社記者卞金峰桃園縣16日電〉桃園縣多個公會推安全用藥及藥物濫用防制宣導，縣長吳志揚今天特別參加桃縣藥師公會會員大會，感謝認真付出的藥師們。

吳志揚表示，安全用藥及藥物濫用防制一直是施政重點政策，縣府除極力投入推動外，更結合桃園縣藥師公會、藥劑生公會及西藥商同業公會每年主動協助共同推動，更動員旗下藥師進行安全用藥及藥物濫用防制宣導。

吳志揚今天特別前往桃園縣藥師公會會員大會，感謝每一位認真付出的藥師們，並頒發感謝熱心協助的藥事團體與45位績優藥師們。

桃園縣衛生局說，吳志揚在安全用藥及藥物濫用防制上不斷督促策進外，其中受到全國矚目的特色成果包括桃園縣毒品危害防制中心榮獲中央視導全國特優、全國首創的神農小學堂反毒暨正確用藥創意知識競賽、居家藥事照護服務、一據點一藥師，用藥安全友善連結等。1031116



**2014桃園縣縣長盃 神農小學堂正確用藥教育創意競賽 共計102所學校參賽**

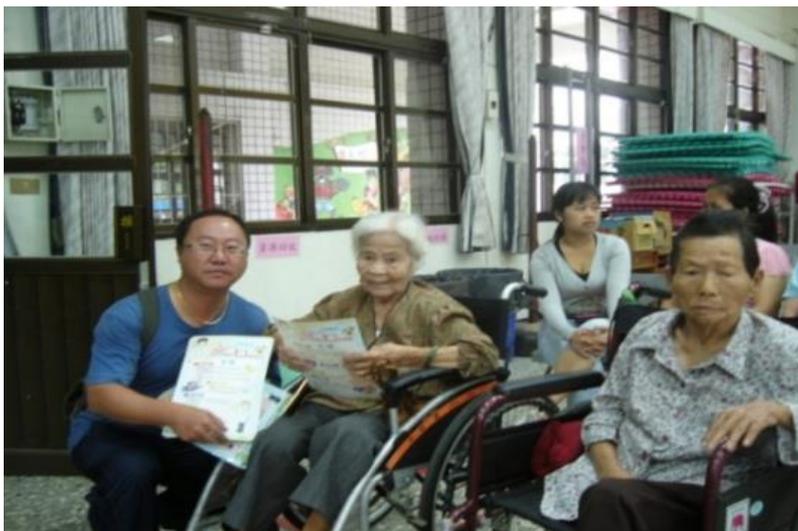
## 六、健康服務



宜蘭縣凱旋國中-社區正確用藥宣導



新北市三重高中-為民眾宣導正確用藥



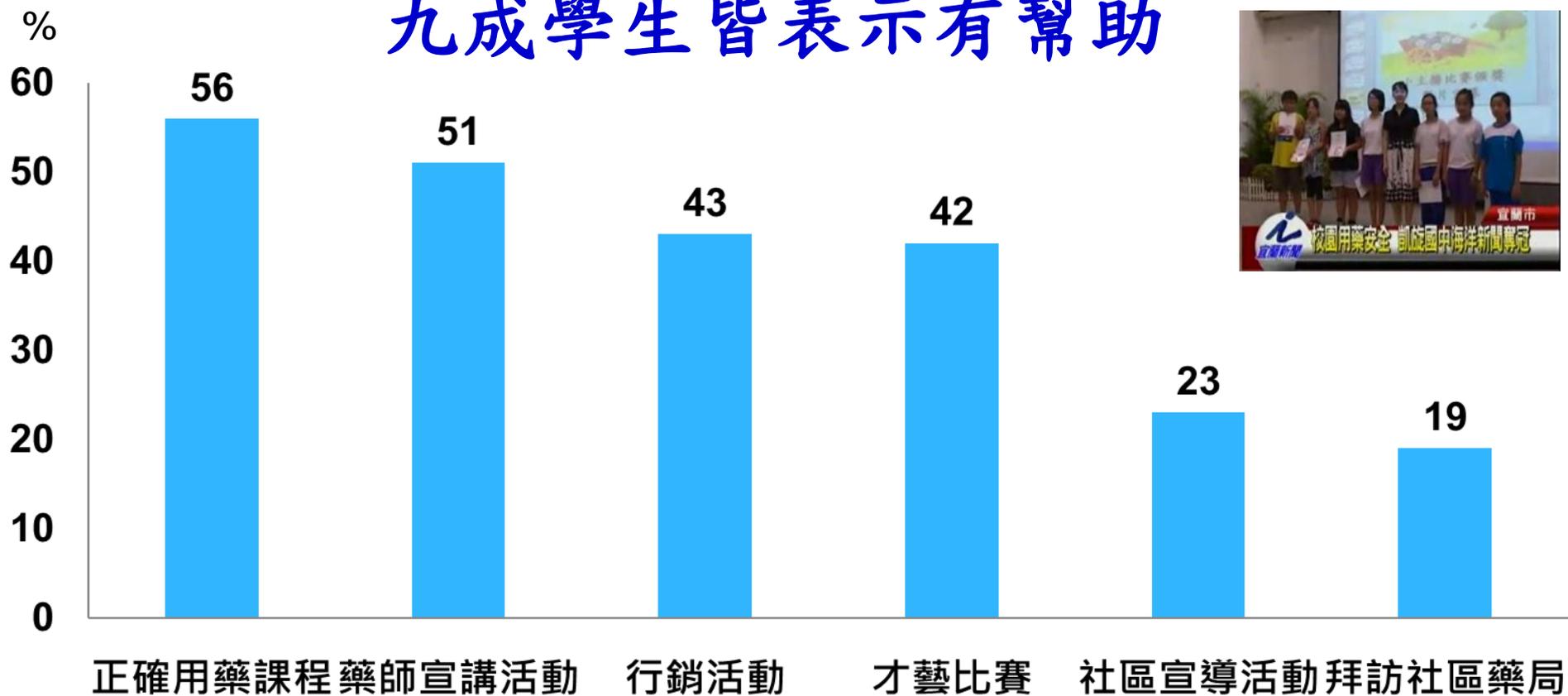
南投縣愛蘭國小-社區正確用藥宣導



雲林縣新光國小-社區正確用藥宣導

# 103年校群學童用藥知能調查

## 半數以上學生接受過正確用藥教育 九成學生皆表示有幫助





姜郁美與用藥正確小主播合影

食品藥物管理署與教育部長期合作推動校園正確用藥教育，今天(3號)舉辦「健康保胃戰-藥物教育績優人員頒獎」，調查也顯示，今年在18個縣市、112所學校推動正確用藥教育，學生正確用藥行為與觀念都獲得顯著提升。

新竹市三民國中的小小主播，用戲劇告訴大家正確用藥觀念。食藥署署長姜郁美表示，今年推廣的用藥教育以「正確使用胃藥」為主，她說，根據調查，過去一年有30%學生因課業壓力或不當飲食行為而胃痛，還有30%學生吃藥前不會先檢查是否有衛福部核准的藥品許可證字號，30%學生與大人一樣，以為「吃藥傷胃」，所以要先吃胃藥，不知道長期使用胃藥，反而使胃酸變少、造成腸胃細菌過度生長，她感謝與教育部的合作，經過在學校推動用藥教育，學生的正確觀念與行為都顯著提升。

期使用胃藥，反而使胃酸變少、造成腸胃細菌過度生長，她感謝與教育部的合作，經過在學校推動用藥教育，學生的正確觀念與行為都顯著提升。

食藥署也提醒，長期使用胃藥可能影響心血管、腎臟功能，大多數的藥品其實不會引起腸胃不適，是否需要開胃藥應由醫生判斷，民眾也不要自行購買胃藥與其他藥品一起服用，可能增加副作用，有任何的問題一定要「生病找醫師、用藥問藥師」！

(2014-12-03 12:07:52 林宜箴)



# 全國學童用藥調查暨績優人員頒獎成果發表會活動照片



花蓮縣與新竹縣正確用藥成果展示



桃園縣正確用藥成果展示



臺南市與臺中市正確用藥成果展示



基隆市與金門縣正確用藥成果展示



# 可利用資源介紹

- 衛生福利部食品藥物管理署 <http://www.fda.gov.tw/TC/index.aspx>
- 正確用藥互動數位資訊學習網 <http://doh.gov.whatis.com.tw/>
- 社團法人臺灣臨床藥學會→主選單：正確用藥計畫  
[http://www.tshp.twmail.net/index.php?option=com\\_content&view=frontpage  
&Itemid=56](http://www.tshp.twmail.net/index.php?option=com_content&view=frontpage&Itemid=56)
- 臺灣健康促進學校 <http://hpshome.giee.ntnu.edu.tw/>
- 臺灣健康促進學校輔導網絡 <http://hps.giee.ntnu.edu.tw/>
- 財團法人醫院評鑑濟醫療品質策進會→醫學教育→教材、教案發展→正確用藥 <http://www.tjcha.org.tw/FrontStage/index.aspx>
- 教育部數位資源入口網 <https://isp.moe.edu.tw/>
- 國民健康署健康九九網站 <http://health99.hpa.gov.tw/default.aspx>



# 感謝師長與藥師 正確用藥從小紮根

## 正確用藥互動數位資訊學習



### 最新消息



健康，用藥小故事徵文比賽開始報名囉 [more](#)

正確用才有效 [more](#)

加胃藥(製酸劑)學習尺,歡迎下載使用! [more](#)

