

高市民生藥訊

第六十六期 季月刊



發行人：顏家祺
社 長：顏家祺
副社長：魏淑儀、連冠惠
總編輯：連冠惠
主 編：賴文堯
編 輯：許玉芳、張璦今、羅琇文、邱志鴻、曾郁慈、
周若榆、林玉千、黃詩婷、郭玫秀、朱婉琪、
何致賢、林家弘、吳智菱、鄭筱翎
發行醫院：高雄市立民生醫院
院 址：高雄市苓雅區凱旋二路 134 號
電 話：07-7511131 轉 2128、2129 藥劑科
傳 真：07-7519219
網 址：www.kmsh.gov.tw

九十年元月創刊

咳嗽流鼻水—感冒藥多吃、快快好？

感冒來的時候咳嗽、流鼻水、全身不舒服，很多人會到藥局購買感冒藥、感冒糖漿、熱飲等，想要儘速緩解症狀，但是，速速吞下感冒藥、糖漿或熱飲，就真的能快快好嗎？其實，市售琳瑯滿目的感冒藥、感冒糖漿、沖泡式感冒熱飲、退燒藥、甚至許多知名止痛藥的主要成分都是同一種——「乙醯氨基酚 (acetaminophen)」。乙醯氨基酚的主要作用是解熱鎮痛，在正確劑量的使用下，乙醯氨基酚的安全性高，不過必須注意服用劑量，對體重在 40 公斤以上的一般成年人來說，一天服用的乙醯氨基酚劑量不能超過 4000mg，否則可能會造成肝臟傷害。

然而，市售的感冒藥或止痛藥錠乙醯氨基酚的含量多在 350mg~500mg 之間，若是在感冒的時候一天服用 4 次感冒藥錠，中間再混搭喝糖漿或熱飲，頭痛、發燒時又再吃止痛藥和退燒藥，很容易就超過乙醯氨基酚的建議劑量了！那麼，我們應該怎麼避免乙醯氨基酚服用過量的情況發生呢？

看懂藥品的劑量有多少

當我們在藥局購買指示藥時，可詳細閱讀藥盒外「成分」的部分。

例如感冒錠的成分可能是這樣：

成分：	
每一錠含有 (each caplet contains)	
Acetaminophen	500mg
Dextromethorphan HBr	15mg
Phenylephrine HCl	10mg


用法用量：

- 成人及12歲以上孩童 一日3至4次，每次1錠
- 9歲以上未滿12歲孩童 一日3至4次，每次1/2錠
- 6歲以上未滿9歲孩童 使用前請洽醫師
- 未滿6歲之孩童 請勿使用本產品，並請洽醫師診治

醫師藥師藥劑生指示藥品 衛署藥製字第051386號

中華民國 107 年 06 月 出刊

每一錠藥裡含有乙醯氨基酚 500mg，成人一天建議服用 3~4 次，一次一顆；感冒糖漿的成分可能是這樣：

成份：每1ml中含	痰、畏寒、發燒、頭痛、關節痛、肌肉酸痛)。
Acetaminophen 15mg	【用法用量】
DL-MethylephedrineHCl 0.48mg	一日4次，飯後服用。成人每次8ml，12歲以上適用成人劑量；6歲以上未滿12歲，每次4ml；3歲以上未滿6歲，每次2ml；3歲以下之嬰幼兒，請洽醫師診治，不宜自行使用。飯後配合溫熱開水一起服用。
Chlorpheniramine maleate ... 0.12mg	
Potassium guaiacol sulfonate 3mg	
Caffeine anhydrous 1.5mg	
製造批號：	
保存期限：	
	醫師藥師藥劑生指示藥品。

1c.c. 裡含有乙醯氨基酚 15mg，一次喝 8c.c. 就有 120mg 的乙醯氨基酚，一天 4 次；值得注意的是，很多人常會一次喝完一整瓶 60c.c 的感冒糖漿，這樣是很危險的，因為一整瓶感冒糖漿中可能含有約 900mg 的乙醯氨基酚，相當於一次吞下近 2 顆普拿疼的劑量，一瓶就過量！

另外，熱飲也是藥，它的成分可能是這樣：

【用法用量】 每4-6小時一次，24小時不可超過4次。成人每次1包(5公克)，12歲以上，適用成人劑量。未滿12歲之兒童，請洽醫師診治，不宜自行使用。

【主成分】	每包	每公克
Acetaminophen	500 mg	100 mg
Phenylephrine Hydrochloride	8.30 mg	1.66 mg
Ascorbic Acid	33.35 mg	6.67 mg

【內容量】 5公克×包

- 請置於 25°C 以下乾燥及孩童拿不到之處
- 本鋁箔密封包如有破損，請勿使用並退回藥商
- 醫師藥師藥劑生指示藥品。使用前請詳閱盒內說明書



1 包熱飲裡也有乙醯氨基酚 500mg，一天最多服用 4 次，一次一包。

不同藥物不要自行混著服用

有些民眾為了急著緩解症狀，會在短時間內混搭多種藥品服用，例如感冒藥併用頭痛藥，或是退燒藥併用感冒熱飲等，以為可以提高藥效，但其實這些藥品往往只是包裝或劑型不同，成分是類似的，不但不能藥到病除，還可能在不知不覺中吃下過量乙醯氨基酚，造成傷害。

當乙醯氨基酚每日劑量超過 4000mg 時，就可能造成肝臟傷害，甚至引起急性肝炎、急性肝衰竭等嚴重不良反應，有致命危險，嚴重時需要換肝才能活命。原本希望可以在感冒時及時服藥快快好，卻因心急而損害健康，得不償失。

所以，如果感冒時到藥局購買感冒藥、感冒糖漿、感冒熱飲、頭痛藥等、鼻炎錠等指示藥品，除了要看清楚成份外，也要記得向藥師諮詢藥物服用的方式。

中華民國 107 年 06 月 出刊

其他服用感冒藥的注意事項

除了因為沒有注意藥物成分而不慎服用過量的乙醯氨基酚，服用感冒藥時也要留意下面幾種狀況：

有肝臟疾病（如 B 型肝炎、肝硬化）的人建議經由醫師評估之後，再服用乙醯氨基酚，並且嚴格遵守醫師指示的劑量和頻率，不要自行更改藥量或搭配其他藥物；

服用乙醯氨基酚藥物時，不得與含有酒精的飲料併用，以避免造成肝損傷；

兒童代謝藥品的方式和成人不盡相同，家長切勿以成人的劑量或自行減量給兒童服用，兒童感冒發燒時建議就醫治療；

乙醯氨基酚的服藥時間應間隔 4 小時以上，感冒時若忘記服藥可先計算下次服藥時間是否超過 4 小時，若有，可立即補吃藥；若無，則可略過待下次服藥時間再服用，但不可將藥物份量加倍。

乙醯氨基酚服用過量或藥物過敏的症狀

服用過量乙醯氨基酚的初期症狀可能有：腸胃不適、厭食、噁心、嘔吐、蒼白及出汗，此時應停藥並立即就醫、尋求醫療協助。

乙醯氨基酚也可能引起藥物過敏，疑似症狀包括：臉/口/喉嚨腫脹、呼吸窘迫、蕁麻疹、皮疹、搔癢及嘔吐等，若有這些症狀也應立即停藥並就醫，避免引起更嚴重的過敏反應。若因正當使用合法藥物引起嚴重的不良反應，導致住院、傷殘或死亡，可檢附相關資料向藥害救濟基金會申請藥害救濟。

本文轉載自藥害救濟基金會 <https://www.tdrf.org.tw>