慢性病用藥須知

藥劑科 林美雯

逐漸高年化的社會，有許多老人因合併多種慢性疾病而需要跨科或跨院就醫拿藥，所服用的藥物品項甚多，加上本身平時都會服用一些保健藥品保養身體，常常會出現一些合併用藥方面的疑問。舉例來說：保健藥品和慢性病用藥可不可一起吃？ 一起吃會不會有問題？ 都有吃藥，可是血壓、血糖或血脂都控制不好？ 藥品需不需要冰在冰箱，沒有冷藏會不會壞掉？ 藥品忘記按時吃了，該怎麼辦？ 吃的藥那麼多，要如何正確服藥，才能達到治療療效又可避免藥物交互作用及副作用發生？ 這些用藥問題經常困擾著許多病患，其實要讓藥物發揮其藥效又可確保用藥安全，只要確實記得下面十個“**藥**”點，即能達到良好病情控制又可以避免藥物引起的副作用及不良反應。

1. 清楚認識自己服用的藥物： 認識藥物可從藥袋上所標示的藥名、藥品作用、使用方式、服用時間及注意事項，明確的知道所服用藥物的相關資訊；也可利用一張隨身紙卡將自身長期使用的藥物名稱、含量及用法記錄下來，作為用藥記錄卡。

2. 確實遵守醫囑，固定且持續使用藥物： 慢性病患長期所服用的藥品不可因病情的穩定而擅自停藥。 因為疾病控制好是因為藥品長期作用所累積出來的成果，若自行停藥或增減量，短時間內不會讓病情產生變化；但是病情可能在無法預期的情況下突然發作而造成再一次更嚴重的傷害甚至危害生命危險。 持續服用醫師處方藥品，才能穩定地控制慢性病；即使服藥真的出現身體不適感，也不可自行決定停藥，理應立即就醫。

3. 養成確實記錄病情變化的習慣：良好確實記錄每日血壓、血糖、生活作息及飲食習慣情形，可提供下次回診，醫師作為診療或調整藥物的重要參考資料。

4. 確保藥品存放的安全性：藥品保存不當，可能會導致藥效減低，間接影響治療效果。例如: 救心藥 (Nitroglycerin)舌下錠，需要隨身攜帶，但是一定要避光、避熱才可確保藥效並且一旦藥瓶出現油滴狀，表示藥品失效，則不建議再使用。

非必要的情況下，不建議將鋁箔包裝的藥品全數打開，以維持藥品安定性；過期藥不可再使用。

5. 主動告知醫師目前用藥情形: 如有就診其他醫師，請務必主動告知醫師長期使用的藥物名稱與用法；為避免重複用藥、藥物交互作用所引起的副作用、不良反應或無效，切記就診其他醫師時應主動告知醫師目前所服用的藥物、中草藥或保健藥品，以確保用藥安全。

6. 不要任意將你所服用的藥物給你的家人或朋友服用，即使是症狀很類似。

7. 忘記服藥處理方式：在短時間內想起，立即服用即可；已忘了一段時間並且已接近下次服藥時間，則跳過不再服用，至下次服用時間即服用一次劑量即可。

8. 不可隨意自行合併吃中西藥或亂服用不明藥物：對於來路不明或不實廣告藥品不可亂服用；中藥或保健藥品是否可與藥物併用，需詢問專業的醫師或藥師。

9. 明確了解特殊藥品、劑型使用方法：特殊的藥品、劑型，使用正確才可確保療效及避免副作用發生。例如: 吸入劑、胰島素針劑或預防骨質疏鬆藥品的使用方式，應確切了解其使用方法及注意事項。若有不清楚或不知道如何使用可詢問專業的藥師或衛教師。

10. 注意服藥後有沒有引起不適感：服用藥物後若出現身體不適、 生理機能異常或過敏，應立即就醫。

用藥安全即是遵循正規的醫療方式，減少非必要的用藥，並且在「正確時間」使用「正確劑量」的「正確藥物」，以確保安全、有效的藥物治療。