

正確用藥宣導

【請導師宣導並公告於公布欄】

能力一看專業看醫師

清楚表達自己的身體狀況

看病時要瞭解自己身體狀況，並能向醫師說清楚下列事項：

(一) 哪裡不舒服

包括身體不舒服的部位、症狀及大約何時開始不舒服等。

(二) 有無過敏史或特殊飲食習慣

曾經使用何種藥物過敏、曾經吃過什麼食物過敏、有沒有特殊飲食習慣(例如素食、低糖、低鹽等)。

(三) 發生過的疾病史

包括開刀、住院、檢驗報告結果、糖尿病、高血壓、肝病、腎臟病及家族性遺傳疾病等。

(四) 目前正在使用的藥品

包括醫師開的西藥或中藥、自行買的藥品、維他命、避孕藥、減肥藥、保健食品或菸酒等。

(五) 最近有沒有考試、平時有沒有開車、工作性質有沒有需要操作機械

有些藥品吃了之後會想睡覺，可能會降低注意力及應變反應。若工作性質需具備高度的專注力(比如開車)，一定要告訴醫師。

(六) 女性需告知是否懷孕、正準備懷孕、正在哺餵母乳

能力二問專業問藥師

看清楚藥品標示

(一) 姓名

領到藥品時，先核對藥袋上的名字、年齡是不是自己的，這樣才能保障自己和別人的用藥安全。

(二) 藥品用法

每次用藥前，都要先看一下藥袋上面的說明，確認使用的時間、使用的量及方法對不對。

(三) 此藥品可以治療這次看的病

拿到藥品的時候要再檢查一下，藥品的用途與自己的疾病症狀是不是符合。

(四) 藥品名稱和外觀

檢查藥品的名稱及外觀(如：形狀、顏色等)與藥袋上的描述是不是一樣。

(五) 副作用或警語

要知道藥品使用之後可能產生的副作用或警語。

(六) 注意事項

要看清楚藥袋上面的注意事項。

(七) 使用多久

要知道自己的藥應該服用多久，並核對藥品數量對不對。

(八) 藥品保存期限與方法

要看清楚藥品的有效期限和保存方法。

(九) 自己買成藥

找具有藥師執照及值得信賴的藥師推薦合法藥品。(要檢查包裝上有沒有衛生署核准藥品許可證字號)

能力三用專業依藥袋標示用藥

清楚用藥方法、時間

藥品應依藥袋標示的時間使用。口服藥品應以適量的開水服用（不要以葡萄柚汁、牛奶、茶、果汁、咖啡等飲料搭配服用）

○1每日服藥時間，一般可分為

一天四次：於早、中、晚三餐及睡前，共四次

一天三次：於早、中、晚三餐時間

一天二次：於早餐及晚餐時間

一天一次：每日的固定一個時間

○2飯前與飯後服藥時間標準

飯前(或空腹)：指吃飯前一小時或飯後二小時。

飯後：飯後立即服用或指吃飯後一小時內。

* 糖尿病用藥及特殊情形應遵醫囑或藥師指導服用(例如利尿劑最好不要在睡前服用)

* 兩種以上眼藥水，請間隔5-10分鐘使用

能力四買專業買藥應在專業場所

做身體的主人

為了自己的健康，不吃假藥、劣藥、禁藥。凡廣告內容太過神奇的產品，都要特別提高警覺，不向攤販、地下電台、遊覽車、休息站、網路、購物頻道等購買。購買藥品時要請教醫師或藥師，堅持在藥局專業場所、專業人員指導下購買。

能力五聽專業聽醫師、藥師專業指導

與醫師、藥師作朋友

有病看醫生，用藥找藥師。將認識的醫師、藥師的聯絡電話或常看病領藥袋上的諮詢電話記在家裡緊急電話簿內，以作為健康諮詢之用。有關用藥的任何問題，都可以請教醫師或藥師，或直接撥打藥袋上的藥師電話諮詢請教。

學務處衛生組