

濫用藥品比染疫更危險

把握三原則安心抗疫

全球新型冠狀病毒肺炎肆虐，世界各國如火如荼研究發展治療用藥，台灣更不例外，目前對於國內疫情掌控的成效，已成為全球爭相討論的標竿對象。但在網路資訊發達的年代，國人容易取得未經證實的相關資訊，倘又未經醫師處方，私自使用藥物或使用非治療所必要的藥物，將造成個人健康及功能上的危害。

目前被報導的治療用藥，包含抗生素及抗病毒等藥物，但尚未完全證實確切的治療機轉，國外卻有因過度恐慌，而私下購買服用致死的案例發生。濫用藥品，可能導致比感染肺炎更具嚴重的危害，面對疫情，我們將如何避免藥物濫用，可以把握以下三個原則，讓防疫期間，用藥安全不間斷。

- 1、**勿恐慌、勿聽信傳言**：小心謹慎，但無須過度惶恐，不聽信或傳播未經證實之傳言，勿聽信偏方或服用來路不明的藥品。
- 2、**依醫師處方指示用藥**：如有疾病，請依醫師開立處方內容，正確服用藥品，不應隨意要求開立，不囤積藥品。如有用藥相關問題，應先請教醫師或藥師。
- 3、**戴口罩及勤用肥皂洗手**：確實配合防疫期間相關規定。

什麼是藥物濫用？

一般認為，凡不是為了醫療目的，而未經醫師的處方或指示，過度且強迫使用某種藥物，其程度足以傷害個人的健康，影響社會及職業之適應，甚至危害到社會秩序，即稱為「藥物濫用」。

正確用藥五大核心能力？

能力一：清楚表達身體的狀況

告知醫師不舒服的部位、情況，例如：頭痛。發生的時間、持續多久？例如：早上起床頭痛…

何時狀況下發生？例如：考試緊張時、熬夜時。個人特殊狀況，例如：曾有藥物過敏或副作用的藥名、個人病史、家族史病史…目前正在使用的藥品，包括：中藥、健康食品、避孕藥、酒類、維他命、減肥藥、特殊食品等。

能力二：看清楚藥品標示

領到藥品時，核對藥袋的姓名是否正確，避免拿到別人的藥品，保障自己及他人的用藥安全。

服藥前先確認用藥途徑、方法、用藥時間及每次劑量，才能在正確時間點使用正確劑量，使藥品發揮最佳療效。

知道藥品的副作用、注意事項或警語，服藥後可以留意身體的改變。

藥袋上標示的用途是否可治療您的疾病。

核對藥品實物及藥袋上藥名是否正確。

可查看藥物外觀與藥袋上對藥物外觀的描述是否相符。

能力三：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。）

忘記服藥時怎麼辦？若剛過服藥時間點，趕快服用，若已快到下個服用時間點，則不補服，千萬不要服用兩倍劑量。

能力四：做身體的主人，堅持用藥五不原則

「不聽」：不聽神奇療效藥品的廣告。

「不信」：不信有神奇療效的藥品。

「不買」：不買地攤、夜市、網路、遊覽車上所販賣的藥品。

「不吃」：不吃別人贈送的藥品。

「不推薦」：不推薦藥品給其他人。

能力五：與醫師、藥師交朋友

看病找醫師，用藥找藥師，找一家值得信賴的藥局，可見健保特約藥局的標示、藥師執業執照照片核對。

參考資料：

<https://health.udn.com/health/story/120951/4517113>

https://www.tytc.mohw.gov.tw/?aid=509&pid=84&page_name=detail&iid=647