



做身體的主人

POWER
01

民眾常有的用藥錯誤觀念為吃西藥會傷腸胃，因此會要求醫師加開胃藥，或自行到藥局購買胃藥使用。俗稱的胃藥(或胃乳片)，正確來說就是“制酸劑”。

- (一) 市售制酸劑成藥相當普遍，通常不是單一成分而是多種成分複方。胃酸是身體殺死細菌的第一道防線，長期服用制酸劑，胃內酸鹼值持續升高，反而造成胃腸細菌過度生長。
- (二) 吃藥不一定要加制酸劑，有些藥品的藥效會因為併用制酸劑而降低，甚至失效。而且，不是所有的藥品都會引發腸胃不適，即使有，大部分是輕微的，或在停藥後自行改善。
- (三) 制酸劑不能防止藥品引起的胃腸潰瘍，有些藥品會有導致胃腸潰瘍的副作用，但並非單純因胃酸刺激所導致，併用制酸劑並不能預防這種情形，醫師及藥師會衡量病人的整體用藥，並評估是否須併用制酸劑或其他藥品。
- (四) 遵守五不原則：**不聽、不信、不買、不吃、不推薦**。自行購買制酸劑跟其他藥品一起吃，可能會影響疾病治療效果或反而增加藥品副作用。



清楚表達自己的身體狀況

POWER
02

看病時要清楚表達自己的身體狀況，並向醫師說清楚下列事項：

- (一) 吃了哪一種藥品引起腸胃不適？
- (二) 有無對藥品或食物過敏，喝酒或特殊飲食習慣。
- (三) 曾經發生過的疾病。
- (四) 目前正在服用的藥品、食品。
- (五) 是否需要開車或從事操作機械等需要專注力的工作。
- (六) 女性需告知是否懷孕、正準備懷孕或正在哺餵母乳。
- (七) 為避免重複使用藥品，同時看兩科以上門診，應主動告知醫師。



看清楚藥品標示

POWER
03

領藥或拿到藥品時，應核對下列事項：

- (一) 姓名
- (二) 藥品用法
- (三) 藥品適應症
- (四) 藥品名稱和外觀
- (五) 注意事項、副作用或警語
- (六) 服用天數
- (七) 藥品保存期限和方法
- (八) 購買成藥或指示藥時，應檢視外包裝有無衛生



清楚用藥方法、時間

POWER
04

服用藥品應遵醫囑並依藥袋標示時間服用，如有特殊服用方法，請向醫師或藥師確認清楚。

口服藥品應以適量的溫開水服用（不要以葡萄柚汁、牛奶、茶、果汁、咖啡等飲料搭配服用）。

服用制酸劑3天後，腸胃不適症狀不見好轉，請盡速就醫。懸浮劑搖勻後直接服用，不需放冰箱。散劑需要用開水泡開後吞服，粒狀的錠劑大部份需要嚼碎增加中和胃酸效果。



與醫師、藥師作朋友

POWER
05

生病找醫師，用藥找藥師。

有關用藥的任何問題，可以直接請教醫師或藥師，或撥打藥袋電話諮詢。購買成藥或指示藥時，也應主動索取聯絡電話以諮詢藥師。如有疑問請致電正確用藥資源中心詢問。