

香港中文大學那打素護理學院
流金頌培訓計劃
CTP003: 慢性疾病處理及臨終關懷

公眾講座

長者藥物安全面面觀



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

流金頌培訓計劃簡介



CADENZA Training Programme

宗旨

- ✿ 促進公眾對人口老齡化的關注，提高公眾對長者的社會及醫護服務需求的認識
- ✿ 培養公眾對人口老齡化的正確認識和正面態度

❁ 對非專業老年照顧者進行護老基本知識和技巧的培訓，使其能夠應付日常護老工作

❁ 提升從事護老工作之醫護及社福界專業人員的老年專科知識，使其為長者群提供更高質素的跨專業服務

培訓對象

✿ 市民大眾：對護老知識感興趣的人士

✿ 非專業及家庭的老人照顧者：在日常生活或工作中，需要為長者提供日常照顧的人仕，例如：長者之家人、鄰居、朋友、家傭及義務工作者

❁ 醫護及社福界專業人員：從事護老工作之醫護及社福專業人員，如註冊護士、社工、臨床心理學家、職業治療師、物理治療師及醫生



五個主題課程

CTP001: 健康老齡化及代際關係之凝聚

CTP002: 老年人的心理社會及心靈照顧

CTP003: 慢性疾病處理及臨終關懷

CTP004: 老人痴呆症之預防及照顧

CTP005: 社區及院舍的老人照顧

民有藥物安全面面觀

2010年5月14日

講座內容

- 🌸 長者常見服藥問題及常見的藥物反應
- 🌸 安全使用藥物的重要性
- 🌸 安全用藥守則
- 🌸 服用成藥及中藥的守則
- 🌸 安全儲存藥物守則
- 🌸 正確安全用藥五步曲

長者常見服藥問題

忘記依時依量服藥

自行決定劑量和服用方式

缺乏對各種藥物的認識

貯存失當

常見的藥物反應

過敏症

風疹

呼吸困難

血小板減少症

過敏症

貧血

血管性水腫

Steven-
Johnson
Symptoms

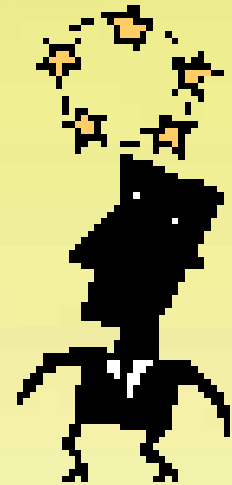
併發症



神智紊亂



視力模糊



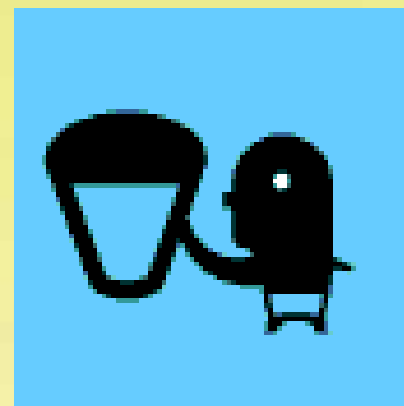
頭暈

併發症



頭痛

血壓上升

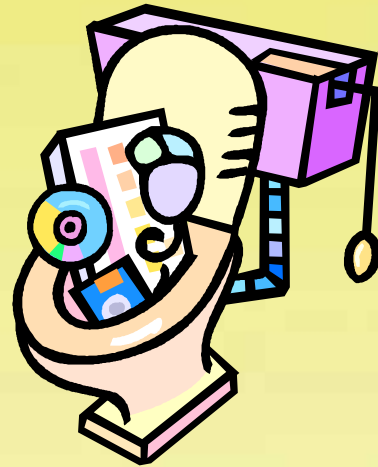


口乾

併發症



腸胃不適



便秘 /
腹瀉



尿瀕 /
失禁

葯物可引致的疾病

電解質不平衡

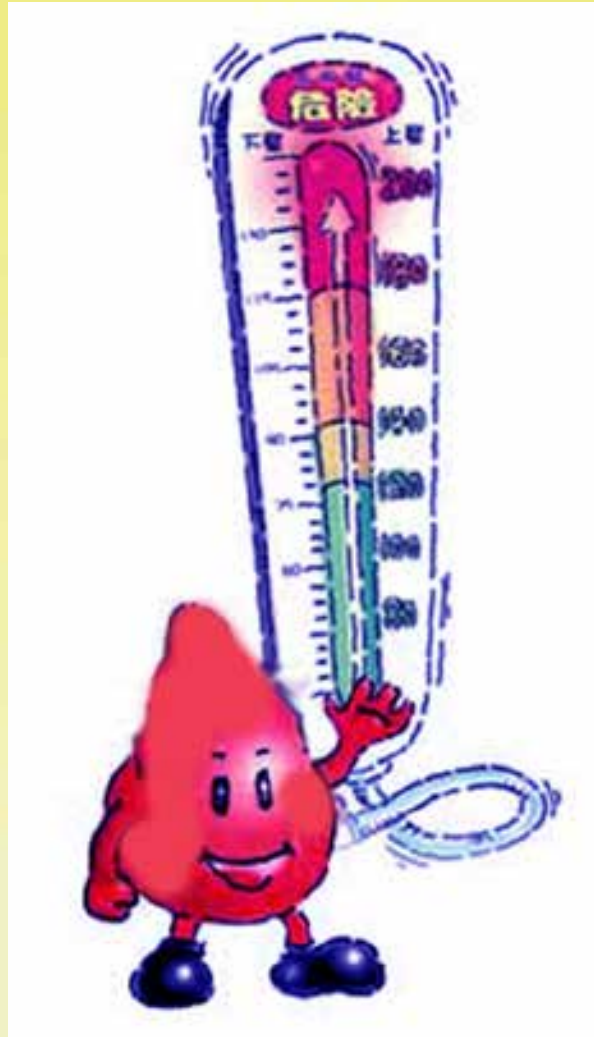
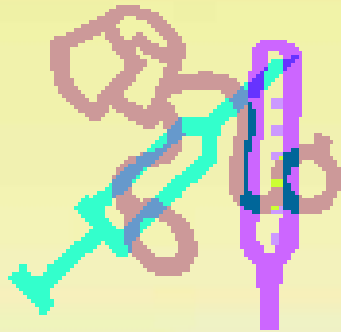


葯物可引致的疾病

紊亂症

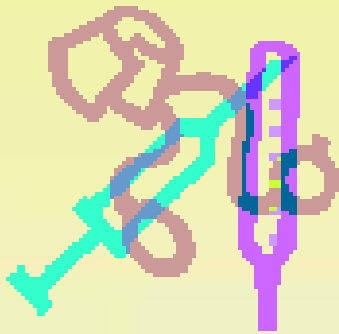
藥物可引致的疾病

高血壓



藥物可引致的疾病

低血壓



藥物可引致的疾病


帕金森症



安全使用藥物的重要性



- 避免引起不良藥物反應
- 藥物要使用得當才可發揮治療功效
- 有可能延誤病情
- 可減低用藥的數量及份量



正確用藥
又安全又有效

安全用藥守則

用藥須知

- 必須在醫護人員指導下服藥
- 切勿自行更改份量或停止服藥
- 切勿自行服用成藥
- 突然停藥 促使舊病復發或病情加劇，有的 會出現原來疾病所沒有的奇特症狀，嚴重的還會危及生命

用藥須知

- 每次覆診時，**忠實報告主診醫生**少吃多吃的份量，以免令醫生錯覺藥物的效份量不夠或過多而更改藥量，做成身體的不必要損害及延誤病情
- 覆診時，並**告訴醫生服藥後的反應**，由醫生按病情需要處方藥物
- 用藥後如有不良反應，例如出現紅疹、面部及嘴唇腫脹、或呼吸困難，應立即停藥，並**盡快攜同所服藥物求診**

用藥須知

- 切勿互相使用處方藥物
- 患有慢性疾病的病人必須定期覆診跟進病情，讓醫生按病情的需要而對藥物作適當的調節
- 不要隨意換藥，使治療複雜化
- 若不按時服藥，達不到有效濃度，也就難以控制病情，治癒疾病

用藥須知

- 一般藥物達到預期療效後，應及時停藥、否則時間過長易引起毒副反應
- 切勿胡亂服用不必要的藥物，例如
 - ▶ 肌肉筋骨的痛楚可用熱敷
 - ▶ 適量飲食可控制糖尿病
 - ▶ 多做運動和進食高纖維食物可預防便秘
 - ▶ 從不同食物中吸收各種營養和維他命

正確服藥

- **別人幫助**：可找身邊的朋友、家人或家務助理提醒
- **藥物盒**：利用藥物盒把當天所需服用的藥物，按照不同的服用時間，排列在藥物盒內的獨立格子裏，並最好在格子外寫上該格的應服用時間。一個藥物盒不宜存放多過一天的藥物，而藥物盒的格數宜盡量配合服用藥物的情況



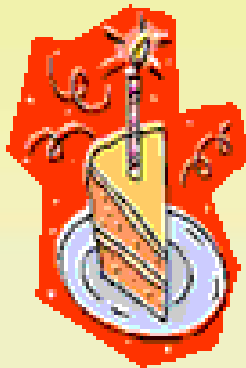
依時服藥

- **簡單藥物記錄**：可於服藥後在當天的日曆上加上記號
- **配合日常生活**：將服藥時間安排與一些生活習慣一起進行，例如服藥安排在早餐、晚飯時間等
- **擺放藥物地點**：當眼而安全的地方
- **鬧鐘提示**：可在每次服藥後，把鬧鐘調較到下次服藥的時間，加以提醒自己




依時服藥

- 要飯前食的藥是指吃飯前起碼半小時；而飽肚食則指剛剛吃完飯；所謂飯後服意指是餐後一至二小時
- 遇有些藥丸每次只需服半粒，需助長者用餐刀輕輕□成兩半，方可讓他服食





藥物標籤


 藥物名稱


 用途

 每日服用次數


 每次服用劑量


 服用方法

 預知的副作用

 療程時間

 如忘記服藥的安排

 儲存方法

 可否跟飯餐服藥

如有不明白或核對出錯誤，請立刻向配藥員、藥劑師或醫生查詢

藥物名稱
劑型及劑

小心放置，以免兒童誤服
CINNARIZINE TABLET 25MG
口服需要時每日三次，每次一粒

CINN01 42 TAB

藥物數量

使用途徑及
服用指示

此藥物能使人有睡意，忌飲酒
如受藥物影響，勿駕駛或操控機械

姓名

陳大文

0500_05

25/1/2007

香港仔賽馬會普通科門診診所

ARM01

AJXX

1/1

診所名稱

藥物發
出日期

服用途徑

口服

舌下含服

注射

抹藥膏

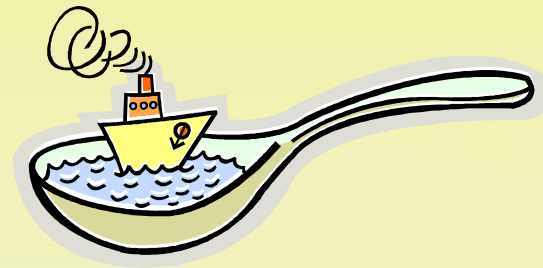
藥水劑量

5 毫升 (ml) = 1 標準藥匙 (5ml spoonful) ,
即是:

2.5 毫升 = 半標準藥匙 ;

7.5 毫升 = 1 1/2 標準藥匙 ;

10 毫升 = 2 標準藥匙等



配藥 / 購買藥物

- 必須到有標誌的藥房和有藥劑師駐場的社區藥房
- 必須張貼駐店藥劑師的執業證書和相片
- 堅持選購醫生處方的「牌子名」
- 市民盡量選擇有藥物更換服務的社區藥房
- 購買藥物後，必須向藥劑師了解清楚藥物的服用方法



服用成藥及中藥的守則

成藥

- 無需經過醫生處方而出售的藥物
- 使用成藥是很普遍
- 醫護人員並不鼓勵
- 這些藥物不完全安全，不可以隨便使用
- 如有不適，應該循正途尋求醫生的意見



成藥

- 藥物間的相互作用有時可以令藥效增加或減少，同時服用多種藥物，便有可能出現藥物間的相互作用，影響健康
- 如使用成藥後，病徵越來越嚴重，或是過了一段時間仍然持續，便應延醫診治
- 患有慢性疾病的病人不宜自行服用成藥

中藥

- 中藥的使用應根據個人的體質及病情的需要，再配合正確的服用方法，才可使中藥的能效得到充分的發揮
- 先請教註冊或表列中醫師
- 服用處方中藥湯劑必須根據中醫師的指示

中藥

- 服藥的時間主要是根據病情和藥性而定
- 某些中藥須在特定時間服
- 若需要在飯前或飯後服，服藥時間都應與吃飯時間相隔約一至兩小時

中藥

- 中藥一般以溫開水送服
- 煎中藥用具最好選用瓦、砂煲
- 煎藥前先用清水沖洗藥材，然後以適量的凍水浸泡藥材**15 - 30**分鐘，再用中火煎煮

中藥

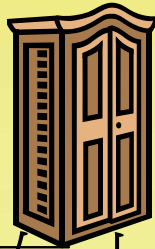
- 一般服中藥時須遵從中醫師指示的飲食禁忌
- 同時服用中西藥，應就服用中藥及西藥的時間向醫生、中醫師或藥劑師查詢

中藥

- 若屬急性中藥中毒，可能會出現下列症狀
 - 消化系統症狀，例如：有惡心嘔吐、燒灼樣腹痛、腹瀉、甚至嘔血、大便出血
 - 呼吸系統症狀，例如：呼吸困難、口唇青紫
 - 循環系統症狀，例如：感到胸悶、心慌、心跳不規則
 - 神經系統症狀，例如：感到頭暈頭痛、口舌四肢和身體麻木、視聽模糊；甚至昏迷、癱瘓等
 - 泌尿系統症狀，例如：尿痛、血尿、水腫等
- 若屬慢性中藥中毒，則可能引致貧血、肝臟或腎臟損傷

安全儲存藥物守則

- ✧ 一般藥物應存放在陰涼、乾爽、及沒有被陽光直接照射的地方，例如客廳或睡房中的抽屜內



- ✧ 藥物應存放在小孩接觸不到的地方，以免因小孩誤服而發生意外



- ✧ 把藥物放在當眼而安全的地方，讓自己容易察覺



- ✧ 大部份藥物都不宜在雪櫃內貯存，因為有些藥物經雪凍後容易受潮，導致影響藥性和藥效



- ✧ 標籤上註明「把藥物存放在雪櫃」的藥物，例如胰島素、部份口服藥水等，則須要按指示放在雪櫃內，但切勿貯存在冰格內，以免影響藥效



- ✧ 藥物要獨立存放，並與食物分開儲存，避免混淆
- ✧ 藥物應保留於原裝瓶子中存放，避免轉到其他容器，尤其是曾經儲存食品之容器內
- ✧ 口服與外用藥物應分開放置

✳️ 用完藥物後，應立即妥善放回原位

✳️ 保留藥物標籤及說明書，按指示服用藥物，因每種藥物的使用方法及服用劑量均不同

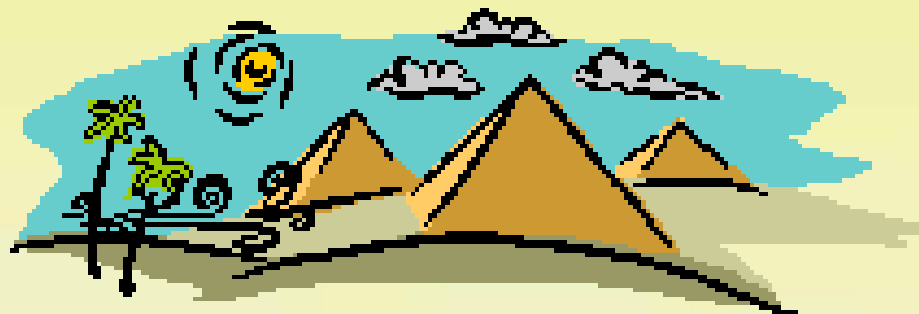
✳️ 應定期檢查藥箱中藥物的有效日期

藥物情報

1. 弄濕了的藥片，可不可以曬/吹乾/用微波爐烘再吃？

絕對不行

受潮後藥性已改，不宜再用。



2. 可否弄碎藥片才服用？

不是每一種都可以

必須細閱藥物包裝袋上的服用指示。



3. 藥水可否稀釋飲用？

可以稀釋的

必須喝完整杯稀釋後的藥水。

4. 膠囊是不是藥的一部分？因為有些長者吞不下去，可以不吃嗎？

可以不吃

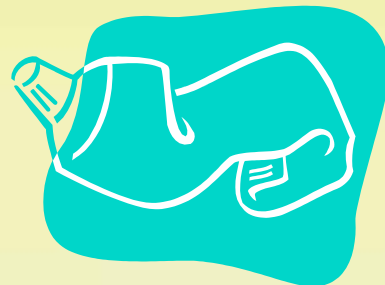
基本上，膠囊並無藥性，可以把當中的藥粉倒出，如果此藥是可以「飽肚」服用的，可與食物混和一起服用



5. 塗藥膏後，意外地被拭去，應不應該馬上重塗？

需要重塗

如果發生在塗用後一小時內。



6. 服西藥喝中國茶行不行？

不宜

服藥最好用清水，以免飲品中的酸鹼值影響藥效。

7. 服藥都安排在白天

不

一日**2**次口服，應每隔**12**小時服**1**次；一日**3**次，應每隔**8**小時服**1**次。

8.服藥前半小時最好不要吃水果

是

某些水果含有一種鞣質成分，這在青澀的水果中存在較多，如未熟的柿子、蘋果、杏等。這種成分雖是天然植物成分，但容易和藥物發生化學反應，導致藥物在體內聚集沉澱，溶解度變小，從而使藥效降低

9. 「服藥越多越好！」

否

最重要是適當，而且要服用經過醫生的診斷才處方的藥物。事實上不少藥物會與另外一些藥物有相互作用，倘若未經指導下同時服用，會有不良效果或影響藥物效能。

10. 「看了一次醫生也未好轉，便往另一位醫生求診，甚至向多位醫生求診。」 **否**

假如向不同的醫生求診，醫生可能在不知情下，處方相同種類的藥物，令藥物的份量在短時間內突然倍增；又或者出現藥物與藥物的相互作用，後果都可以十分嚴重。

11. 「吃了血壓藥後，血壓已受到控制，又無感到不適，可以自行停藥或減藥了。」 **否**

高血壓雖然是無徵狀，但並不代表「無病」。擅自增減藥丸的份量或停止服用，血壓可能急劇升高，導致更多致命的併發症，嚴重影響健康。

12. 「藥物『傷胃』，一於全部改為飽肚服食。」

否

一些藥物與飲食可能會有相互作用，影響藥效，所以應該指示，於空肚或飽肚時服食。

13. 「標明健康食品，自然對身體無害！」

否

其實一般的均衡飲食，已經可以提供身體所需的各種養份，不必再額外依靠「健康食品」。而未必每一種「健康食品」都經過大規模的科學研究去確定它的功效及副作用。



14. 「患有慢性疾病長期服西藥很『散』，應吃一些補身藥！」

否

慢性疾病患者應遵照醫生的指導服藥，如果因藥物有副作用而自行減藥並服用其他「補身藥」，這樣做不但會影響病情，而且醫生會以為病情惡化而加藥。若果服用的藥物產生副作用，患者應與醫生商量，嘗試選用其他同類藥物。



15. 「風濕骨痛多年冇得救，惟有靠長期吃藥，
冇法！」

否

關節因勞損或退化而引起的痛楚除了用藥物控制外，患者亦可用其他方法去紓緩痛楚及保護關節，例如適當的生活調息、做適量的運動、和使用輔助器材等。由於非類固醇類別的止痛藥可以引起嚴重的副作用，例如胃出血，所以長者應留意，避免過份依賴止痛藥。

安全用藥五步曲

第一步：主動告訴醫生

症狀、正在服用的藥物、過敏史

第二步：取藥時，看清楚、問明白

藥袋上的姓名、服藥份量和時間

第三步：服藥時，視線清楚、遵照醫囑

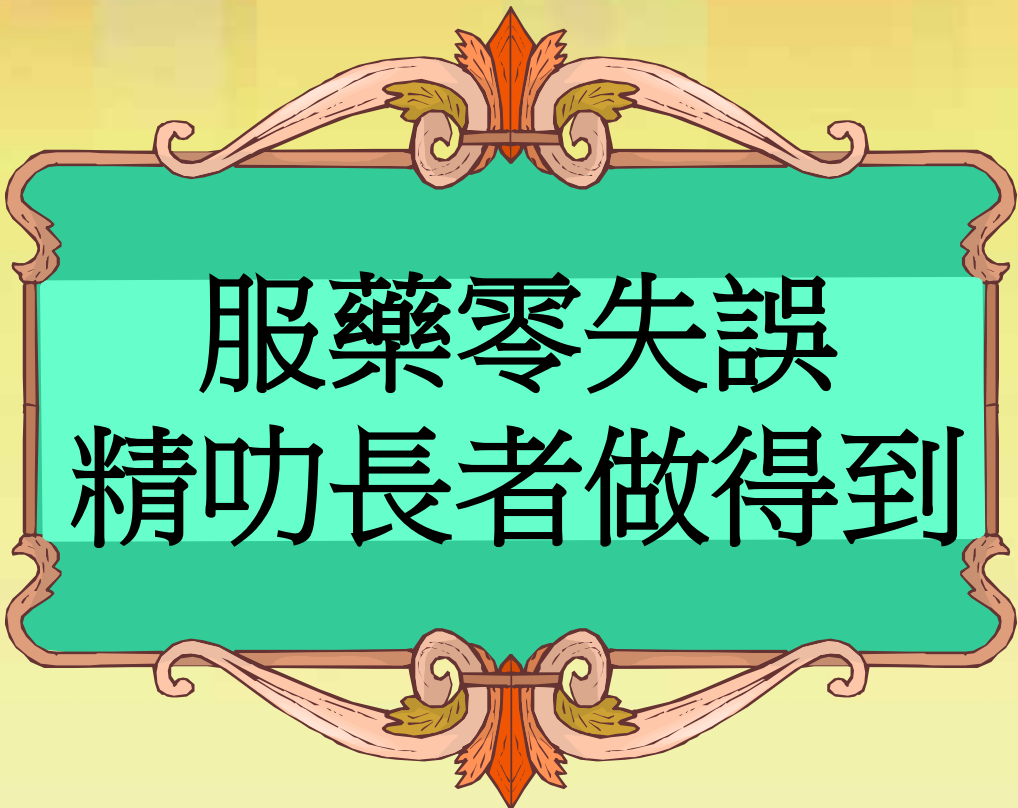
看清楚藥袋上的服藥指示，依時定量服用完畢

第四步：依標示正確儲存

原則為避光、避濕、避熱

第五步：遇到疑問，即向醫護人員 查詢

有病或服藥後不適，立即看醫生



服藥零失誤
精叻長者做得到

講座結束

多謝參加