

如何正確使用綜合感冒藥

文/正確用藥資源中心 盧智揚 藥師

應該立刻就醫治療。

最近報章雜誌、新聞媒體常見一些吃了藥物後，開車上路結果釀成車禍的社會新聞，就是所謂的「藥駕」。吃藥後開車易引起危險的藥物有許多，其中常見的有感冒藥、降血壓藥、降血糖藥…等，其危險度並不亞於酒駕，但如何避免因錯誤使用藥物衍生的問題，正確的用藥觀念就顯得格外重要，以下將針對常見錯誤使用感冒藥的問題與如何正確使用提供建議供大家參考。

一 首要認識疾病與自己的身體狀況

除了要清楚自己的身體狀況，對感冒也要有一定程度的了解，也就是所謂的做到「關愛自己」，以感冒為例：感冒大多由病毒引起的，所以抗生素對病毒引起的感冒是無效的，就診時別一味為著趕快好而要求醫師開立抗生素，因濫用抗生素而產生抗藥性，將來可能會有無藥可用的後果。

常見感冒症狀有鼻塞、流鼻水、喉嚨痛、發燒、頭痛、疲倦…等，而許多販賣的綜合感冒藥多為複方，成份多且複雜，可能包含有：止痛退燒、抗組織胺(治療鼻塞、流鼻水)、止咳、化痰藥等，但這好比亂槍打鳥，可能讓我們同時服用了許多不必要的成分藥物，雖然效果或許不錯，但身體會除了要對抗疾病之外還要多負擔藥物在體內代謝，如果藥吃了還是無效甚至出現喘不過氣、咳嗽胸痛出血等，這可能是疾病惡化，

二 就醫要清楚表達自己身體的狀況

看病時最怕的就是「說不清楚、講不明白」，確實地描述可以幫助醫生更準確的診斷您的病況；看診時應該說明的有：自己不舒服的部位、情況，發生的時間長短和個人特殊情況-藥物過敏史(服藥後造成的紅疹、搔癢、嚴重腹瀉不適等)、還有同時在使用的藥物，女性還需告知是否懷孕、準備懷孕或是正在哺餵母乳等。而需要從事開車或操作機械等需要專心的工作時，也要特別告知醫生，因為在抗組織胺藥物選擇上也會有所差異。

服用後也盡量不要併用安眠、鎮靜劑等藥品，因可能會增加這類藥物鎮靜安眠的療效。此外有些綜合感冒藥會添加「咖啡因(Caffeine)」，咖啡因對某些頭痛有止痛效果，但常用會具成癮性，不建議長期服用。服用後不可飲用咖啡、茶等含咖啡因之飲品，否則容易有過量，常見副作用有心悸、手抖等症狀。

三 吃藥時看清楚藥品標示

吃藥時最怕的就是沒看清楚，一股腦全吞下去，事後才驚覺自己吃錯藥，所以用藥前一定要「看清楚」相關說明，除了應按醫師或藥師指示，還要詳讀外包裝及藥品說

明書上的藥物服用方式、用量、用法、服用時間，而不是憑靠自己的經驗使用，例如大家很熟悉的普拿疼(乙醯氨基酚)，覺得頭痛就吃，發燒也吃，感覺很方便但殊不知一不小心可能服用過量，要知道過量服用是會造成肝毒性，此外用藥期間也應切記不宜飲酒與葡萄柚汁，因這些都會影響藥物在肝臟代謝。

四 清楚用藥方法、時間與途徑

拿到藥後，第一就是先看清楚，這樣才能「用正確」藥物，例如使用途徑有內服和外用，要注意膠囊及鋁箔裝不一定是口服；藥水不一定都用喝的，用錯途徑藥物就失去它原先應有的作用，有些甚至會有安全上的疑慮。

再來服用時間千百種，例如其中的「一天一次」是每天的固定一個時間即可(如果是利尿劑，適合早晨；安眠藥，則是睡前)，應按照指示服用，假使有工作忙碌三餐時間不正常，最後常常會忘了吃藥而不知道該怎麼辦的情況時，都可以詢問藥師。

五 和醫師、藥師做朋友

生病找醫師，用藥找藥師，合格的醫師藥師都會有執業執照，非常容易辨別；若是家裡附近的診所藥局也應有：1.健保特約的標示；2.執照考試合格證書；3.執業執照配戴等，如果有任何醫藥方面的問題，都可以詢問醫師、藥師。

結論

如果想更進一步了解藥物的資訊，可以利用從外包裝上找到的衛生福利部核准的藥品許可證字號，到衛生福利部官網(<http://www.fda.gov.tw>)查詢藥物的各種資訊。最後還有「用藥五不原則」，告訴自己也提醒朋友，並歡迎多加利用各地的正確用藥教育資源中心所提供的用藥諮詢喔。

1. 「**不聽**」—不聽信神奇療效的藥品。
2. 「**不信**」—不信有神奇療效的藥。
3. 「**不買**」—不買地攤、夜市、網路、遊覽車上所販賣的藥。
4. 「**不吃**」—不吃別人贈送的藥。
5. 「**不推薦**」—不要推薦藥品給其他人。

