

# 『藥』您平安又健康—老人用藥提醒

文/藥劑科 林惠琪藥師



許多人都知道藥能『治病』，但亦有許多人不能理解藥也能『致病』，在治療的過程中，藥物本身也會具有一些有害人體的副作用，有些人在服用藥物時喜歡自行改變藥物的劑量，而有些藥物在單獨使用的情況下是安全的，一旦未遵醫囑服用或自行混用時，往往藥物的不良反應就會立即產生。

老人家或多或少都可能會有慢性疾病，隨著邁入中高年，抵抗力下降，生病的機會同時也增加，若同時患有多種病痛時，隨著服用藥品種類的複雜化，藥物副作用與藥物之間交互作用的發生機率也會隨著增加，因此更需要病人本身、家屬及醫療人員一起共同努力把關。

人生必然的規律，到了老年許多身體部位都會跟著人生智慧的成長而有所變化，比如：胃腸道的改變會影響藥物的吸收、肝腎

功能退化時會使得藥物的排泄與代謝變差而更容易蓄積在體內；或是肌肉質量比率及全身水分減少，脂肪組織相對增加，親脂性藥品分布體積相對增大，容易蓄積且延長藥品作用時間；血液恆定機能不良，藥物引起的姿勢性低血壓的機會亦會上升…等等身體異狀。

基於上述各種原由，提醒各位智慧型的長者，以下五點注意事項：

一、藥品的作用雖包含治療、預防及診斷疾病，卻從沒有一種藥物能夠安全無虞地供健康者補身體，若未依照適應症使用藥品，或者聽信一些偏方，購買及服用未經政府許可的問題藥物，可能會因不當藥理作用危害身體健康，花錢又傷身。

二、罹患慢性病的老人(尤其是有肝臟、腎臟、心臟方面疾病者)，應定期做健康檢查，以調整用藥劑量，避免副作用發生用藥的品種不宜過多，建議最好有固定看病的醫療院所，多和醫師、藥師討論目前的用藥，減少或降低不必要藥品，來減少服藥的種類及複雜度，讓醫療人員把關您的用藥安全，合理使用藥品，使療效發揮最大而副作用為

變差而  
率及全  
指性藥  
長藥品  
引起的  
身體異  
慧型的  
預防及  
全無虞  
使用藥  
未經政  
理作用  
肝臟、  
健康檢  
主用藥  
劑的醫  
用藥，  
勺種類  
安全，  
作用為

最低。

三、老年人常會看錯服藥指示、服藥間隔或忘記服藥，也可能服用錯誤的劑量或自行額外增減藥劑，甚至將自己的藥品推廣給親朋好友…，這時家人就得格外小心，多幫忙聆聽醫師、藥師指示的事項及多替他注意藥袋上的各項標示與注意事項，以避免各項用藥錯誤。

四、了解藥物不良反應：藥品發生療效在我們預期之外的部位，即稱為副作用，如果這些作用對身體有害，就需要特別注意。造成藥品不良反應的原因，包括患者體質、藥品交互作用、個人生理狀況不佳等，有些反應自己能感受得到，像是噁心、嘔吐感；有些則需要醫師的追蹤檢驗，例如血液病變、腎毒性等。服藥期間若有任何不適症狀，就應盡速請教醫師或藥師，了解原因及解決方法，才是安全用藥的不二法門。

要避免不良反應發生，最好的方法當然就是『預防』。看病時盡量將自己身體症狀、用藥史（應包含：目前用藥、正在服用的保健食品或是特殊的補品…），都可盡量告知醫療人員參考；應避免使用來路不

明、成份不明、標示不明的藥品；而服藥後若覺得身體不適，必須立即回診，詢問醫師或藥師自己服用的藥品是否正確，建議您可記得攜帶目前服用的藥物或藥名，當然，若有習慣將藥品分裝習慣的病人，亦請記得將醫療院所的藥袋留存下來，倘若到時用藥有問題時，可以獲得較快速的確認，文章最後，重要的事情要提醒大家——快樂的心靈是維持健康的首要條件喔！敬祝各位 平安健康又快樂！！

