

出國旅遊常備用藥

文/藥劑科 曾潔文 藥師

我，非常非常喜歡旅行，只要一知道自己有長假，一定要馬上找個國家出去玩，放鬆一下。德國新天鵝堡、荷蘭的風車、澳洲雪梨歌劇院、印度泰姬瑪哈陵、長灘島的沙灘、北海道的溫泉。我喜歡看世界上不同的風景、體驗不同地方人民的生活方式。

外出去玩，最重要的就是旅途平安，所有行程順順利利，如果旅途中生病或是身體不舒服，肯定會有點掃興。在旅程出發前，如果有準備一些常用的藥物，就可以適時的緩解身體不適，繼續接下來的行程。

以下跟大家介紹幾種出國前，我會在本院準備的常用藥品：

1. 退燒、止痛藥：Panadol(百寧痛錠)-這個成分也就是我們市面上所稱的普拿疼、Cataflam(待可服寧膜衣錠)，這兩種藥品都有退燒以及止痛的效果。兒童用的糖漿則有Anti-phen(安佳熱糖漿)、Idofen(舒抑痛)。

2. 流鼻水：Clarinate(莫鼻卡持續性藥效錠)-

這個藥可以緩解過敏性鼻炎以及感冒的相關症狀，像是鼻塞、流鼻水、打噴嚏、搔癢，都可以有效改善。兒童則可以使用Peace syrup(鼻福糖漿)來緩解過敏性鼻炎、枯草熱所引起之相關症狀(鼻塞、流鼻水、打噴嚏、眼睛及喉部搔癢)，部分小朋友使用後會有嗜睡的症狀。

3. 止咳化痰：Medicon-A(咳定康優膠囊)-用來止咳化痰。兒童可以使用Sutussi liquid(停咳喜液)來鎮咳、Guaphen syrup(咳酚糖漿)可祛痰。

4. 腸胃藥：KBT(克瀉寧錠)-這種止瀉藥在使用的時候，要與其他藥品間隔1~2小時。Gascon(加斯克兒錠)-緩解脹氣的症狀。小朋友如果拉肚子則可以使用Pecolin suspension(高克痢懸乳劑)吸附性止瀉劑，使用之前記得要搖勻。Wempty suspension(胃利空懸液劑)可緩解噁心、嘔吐、胃脹氣等狀況，搖勻後再使用。

5.暈車藥：Dramamine(吐安片)-可以預防或是緩解暈車、暈機、暈船所造成的頭暈、噁心、嘔吐、頭痛等症狀。建議在搭乘交通工具前30分鐘至1小時先行服用。

6.外用藥：C.B. ointment(強力施美藥膏)-皮膚搔癢或是被蚊蟲咬到都可以使用。Mycomb cream(美康乳膏)是一種廣效性的皮膚治療劑，含有四種不同的成分，可以抗發炎、止癢、殺細菌以及殺黴菌。優碘藥膏、OK蹦、紗布、棉花棒-在外傷的時候會使用。

如果有需要這些旅行的常備藥品，可以到家裡附近的社區藥局詢問藥師或到醫院來請醫生幫你開立這些藥品，並詢問醫師、藥師使用的劑量以及需要注意的相關事項。另外也要提醒大家，如果本身有在使用慢性疾病藥物(例如高血壓)的民眾，出國前記得多準備幾天的藥物，以備不時之需。糖尿病患者的胰島素，記得要隨身攜帶，不要放在

託運行李箱裡面，以免高空中行李倉溫度過低，造成胰島素變質。除此之外，如果有正在使用中的藥品，藥袋或用藥紀錄卡以及過敏紀錄卡要隨身攜帶，這樣如果有要在國外臨時購買藥品或是看診時，可以拿給醫師或藥師做參考。

如果可以，我會繼續不斷的旅行，看看這多彩多姿的世界，學會珍惜我們生長的台灣。祝大家旅途平安一路順利，把美好的回憶帶回來，豐富我們的生命。

