

正確使用止痛藥

文/藥劑科 李惠超 藥師

衛生福利部食品藥物管理署(TFDA)在102年所進行的「國人止痛藥用藥行為暨用藥習慣」調查結果顯示國人愛吃止痛藥，之中有近2成的民眾表示不分症狀，不管是頭痛、牙疼、感冒或生理期不適，通通一藥到底，不清楚「不同疼痛要吃不同種類的止痛藥」(譬如有的止痛藥傷胃，所以胃痛時服用該種藥物，不但沒有效果，可能疼痛情形會更加重)；且有8.3%的民眾表示會同時使用感冒藥及止痛藥，17.9%曾同時使用外用酸痛藥及口服止痛藥，顯示國人在使用止痛藥的正確使用認知仍待加強。

疼痛通常是指身體因損傷、病痛或不良的外部刺激所引起不舒服感覺，非所有的疼痛，都必須靠吃止痛藥來解決，不同狀況的疼痛，有不同的治療方式，唯有瞭解疼痛的真正原因，對症下藥，才是解決之道，所以購買藥品前先詢問醫師或藥師意見，且服用止痛劑時謹守TFDA所建議之「五不五要原則」。

五不

不過量

不過量使用乙醯胺酚解熱鎮痛藥指示藥品：成人24小時內不要服用超過4千毫克，12歲以上適用成人劑量。6歲以上未滿12歲，適用1/2成人劑量；3歲以上未滿6歲，適用1/4成人劑量；3歲以下嬰幼兒，請洽醫師診治，不宜自行服用。

不喝酒

使用止痛藥應避免飲酒，因為容易造成肝損害。

不併用

不要同時服用2種以上之止痛劑，以避免過量使用導致肝、腎損傷。

不空腹

長期使用非類固醇抗炎止痛藥，容易出現腸胃不適或胃腸出血，宜與食物一起服用或在飯後服用。

不亂買

對於來路不明的藥品應不聽、不信、不買、不吃、不推薦，如需購藥應至有藥師執業之合法藥局購買。

五要

要知道

要知道使用止痛藥種類，過量使用止痛藥會有傷肝臟、腸胃、腎臟等風險。

要看標示

要看藥品的藥盒或仿單(說明書)的成分及注意事項，並依指示服用藥品。

要告知醫生

要告知醫生，是否曾對此類藥物過敏，是否有肝臟、腸胃、心臟、腎臟等疾病，及有無喝酒或同時併用其他藥品。

要遵醫囑

要依照醫生、藥師所給予資訊用藥。

要問專業

服用止痛藥後，如有任何不適症狀，如：過敏反應、尿量減少、四肢腫脹等，應儘速就醫。

藥物就像兩面刃，正確使用可以治病，但若使用不慎時也會傷身。正確使用止痛藥，才能有效解決疼痛，重點更能保障自身的用藥安全。