

# 103 年度正確用藥五大核心能力(五要、五不)

## 五要

### 1. 要知風險

要知道長期使用制酸劑(胃藥)會造成胃酸不足、影響營養吸收，導致胃腸細菌過度生長而增加感染等風險。含碳酸氫鈉的制酸劑，可能會造成腹脹；含鋁的制酸劑，可能會造成便秘；含鎂的制酸劑，可能會造成腹瀉。

### 2. 要看標示

要看藥品的盒或仿單(說明書)的使用方法 及注意事項，並按藥袋、仿單 藥袋、仿單 藥袋、仿單(說明書)或藥盒的指示服用藥品。

### 3. 要告病況

要告知醫師，是否曾對藥，是否曾對藥 品過敏、是否有胃過敏、是否有胃過敏、是否有胃腸潰瘍、高血壓、腎臟、腎臟疾病、骨質疏鬆、骨質疏鬆、失智等疾病，及是否有同時併用其他藥品。

### 4. 要遵醫囑

要依照醫師、藥師所給予的相關指示用藥。

### 5. 要問專業

服用制酸劑(胃藥)後，如有任何不適症狀(例如過敏)，或服用制酸劑 3 天後腸胃不適的症狀 的症狀未改善，請與您的醫師、藥聯絡並儘快就。

## 五不

### 1. 不要求

不主動要求醫師開立制酸劑(胃藥)，絕大部分的藥品不會引起腸胃不適，是否需使用制酸劑(胃藥)應由醫師判斷。

### 2. 不併用

不擅自併用制酸劑(胃藥)，以免影響其他藥品的療效，服用前應聽從醫師與藥建議。

### 3. 不長期

腸胃不適時，可以短期服用制酸劑(胃藥)，是否需長期使用應由專業醫師評估，因為長期使用制酸劑(胃藥)可能會影響心血管系統、腎臟功能及增加感染風險。

### 4. 不刺激

不食(使)用刺激性的物質(咖啡、菸、酒、檳榔、辛辣食物等)、少吃甜食、不暴飲暴食，應養成良好的日常生活作息、飲食習慣以及紓解壓力等，可避免胃酸過度分泌。

### 5. 不亂買

對於來路不明藥品，應遵守「不聽、不信、不買、不吃、不推薦」之用藥五不原則。如有輕微的胃部不適，可先諮詢醫師或藥師，如需購藥應至有藥師執業之合法藥局購買。