

為孩子建立正確的用藥習慣

近年來，隨著世界衛生組織呼籲，國內如醫改會及兒科醫師等團體亦倡導、鼓勵父母帶孩子到兒科診所或醫院就診，也鼓勵藥廠生產以及醫師處方為兒童設計的專用藥品，希望能建立一個對孩子們友善的醫療及用藥安全環境。但是讓人感到心疼的是，報章雜誌或者新聞上，仍然不時的會出現因為小朋友自行取用藥品造成藥品誤食、過量，或者照護者對藥品也不甚了解，導致不當使用讓小朋友發生嚴重副作用的案例。父母親或者照護者通常是小朋友在藥品使用上模仿以及學習的對象，我們就來看看從拿到藥品、服藥、藥品的保存到坊間常見的藥品迷思中，哪些是我們該為孩子以身作則示範並且應該正確教育他們的用藥觀念。

從看診開始，家長就應該告訴小朋友除了描述疾病症狀以外，看醫師的時候還應該要告訴醫師自己是不是正在使用其他藥物，是不是有藥吃了會過敏，以協助醫師開立適當的處方。領藥時，已經會認字的小朋友則可以與家長一起學著看藥袋（見圖一），拿到藥品應先檢查姓名確定拿對藥品，並了解藥袋上的資訊以及注意事項，如果有用藥的教育單張也可以一起閱讀說明。或者家長可以教導小朋友拿到藥時可以問藥師五個問題，包括問藥名、藥品的作用、用法、要使用多久以及注意事項（用藥五問），確認可能有什麼副作用、了解可能的反應，以及不可以吃什麼食物、飲料等，甚至藥品的保存，確定都瞭解了使用起來比較安心。

拿到藥品後，令家長最頭痛的問題應該莫過於吃藥了。近幾年來衛生署提倡兒童專用製劑的概念，因此有些藥品在外觀、劑型以及味道的部分都針對小朋友進行設計，比如說有水果口味的咀嚼錠，或者各種口味或外觀鮮艷的糖漿劑，家長可以與醫師要求盡量使用這些兒童專用製劑以增進小朋友服藥的意願。但重要的是大人千萬不要用「藥品是糖果」這樣的話語來引誘小孩服藥，這樣有可能造成兒童對於藥物認知不當而發生自行取用服用過量的情況，正確的做法應是嘗試與小朋友溝通吃藥的目的，讓他們了解藥品對他的幫助以及必要性，在了解藥品一定得使用的情況後，利用適當的方法增加他們吃藥的意願，盡量不要用威脅強迫的語氣讓小朋友對用藥有不愉快的經驗。對於年紀較小還不會吞藥的幼兒，可能需要量取藥品的輔具，包括小量杯、滴管、口服空針或餵藥器等，可以讓他們認識這些吃藥的工具（見圖二），選擇吃藥方法，或先吃哪一種藥；一般情況下開水仍是最適合服藥的飲品，但若覺得藥品很苦，在跟藥師確認過沒有交互作用的情況下，也可用少量食物（如：布丁，果凍，巧克力醬）或飲料掩蓋藥品味道，服藥後喝水或飲料以去除味道來增加他們吃藥的意願。針對較大的小孩（一般指六歲以上），則建議家長應要鼓勵他們練習吞服錠劑或膠囊，因為糖漿劑固然口味較佳，但品項及劑量太多時可能影響食慾或者造成腹瀉的情況加重；而藥品磨粉固然也很方便，但有些藥品的劑型因為特殊設計其實不適合被破壞（如：腸溶錠、緩釋錠），且藥品磨粉後容易有磨藥器具交叉汙染或外觀不易辨認等問題，因此在孩子漸漸長大後應該要教導他們練習吞服藥品，對於半顆或者 1/4 顆等劑量，則可以教導孩子使用市售的切藥器來進行正確的藥品分割。

關於藥品保存的部分，可以教導小朋友每次用完藥品應該將藥品歸回原藥袋，盡量不要將藥品任意分裝到別的容器中，以確保下次服藥正確。另外也應告訴小朋友藥品的儲存條件，其實大部分藥品可儲存於室溫乾燥避光的環境，除非特別提到藥品需要冷藏保存，否則不應該把藥品都往冰箱裡面存放，在冷熱交替的環境下

藥品反而可能因此變得潮濕。藥瓶內若有乾燥劑或棉花則應該在第一次開封後取出丟棄，因為乾燥劑在開封後很快就會吸滿水氣而失效，棉花也會吸收空氣中水氣反而使藥品增加受潮的可能。平常家中的各種藥品甚至包括大人吃的保健食品都應該要與食物分開存放，且最好放置在小朋友無法自行取得的地方，或者使用小朋友不易開啓的安全包裝以避免兒童誤食，國內就曾發生小朋友將藥品誤認為糖果的情況下自行取用長輩的慢性病藥物，送醫後肝腎衰竭而不治的案例。另外，家裡儲存藥品的地方也應該定期整理，確認藥品的效期，觀察藥品的外觀是否已經變質或受潮，將不宜使用的藥品丟棄，作小孩的好榜樣。

最後關於藥品迷思的部分，國人常有「好東西與好朋友分享」以及對於藥品「有病治病、無病強身」的觀念，因此分享藥品的情況是屢見不鮮。在正確的教育小朋友之前，大人應先導正將自己有效的藥品介紹給朋友，或者將家人吃剩的藥品留著下次使用的壞習慣，切記選擇藥品是一件很專業的事情，必須依靠醫師或藥師根據每位病患的特性來做決定，小朋友不是小大人，對於藥品需要的使用量甚至對藥品的反應都與大人不同，千萬不要將大人服用的藥品自行推薦給兒童服用。孩子是父母親的心頭肉，小朋友生病時常會讓父母慌了手腳，但是一定要記得「父母怎麼做，孩子都在看」，良好的用藥習慣應該從大人開始以身作則，試著教導小朋友正確的用藥觀念，期待我們的下一代都能健健康康的長大。

國立臺灣大學醫學院附設醫院
舊院區：100 台北市中港路一號 新院區：100 台北市中山南路7號
兒童醫學大樓：100 台北市中山南路8號 網址：<http://www.ntuh.gov.tw>

處方日期：2013/03/29 病歷號碼：
領藥號碼 結帳號碼：
姓名：邱先生 生日：

用法：口服
早、晚各一次，每次 7 cc
藥品：兒 Zinnat Susp 25 mg/1 mL 50 mL/btl
(Cefuroxime Axetil)
(欽納特懸液劑 1.25 毫克) 使用天數：5 天份
共 2 瓶

外型：琥珀色玻璃瓶裝，白色顆粒藥劑
用藥須知：用前搖勻
作用：抗細菌感染製劑
主要副作用：偶有腸胃不適，如有皮膚發疹、呼吸困難或嚴重腹瀉請儘速就醫
保存方式：室溫，配製後需冷藏

科別： 調劑藥師：
醫師： 覆核藥師：

確認是否是自己的藥品

藥品應該怎麼使用？多久使用一次？每次使用多少？

藥品的中英文商品名，學名

藥品的作用是什麼？

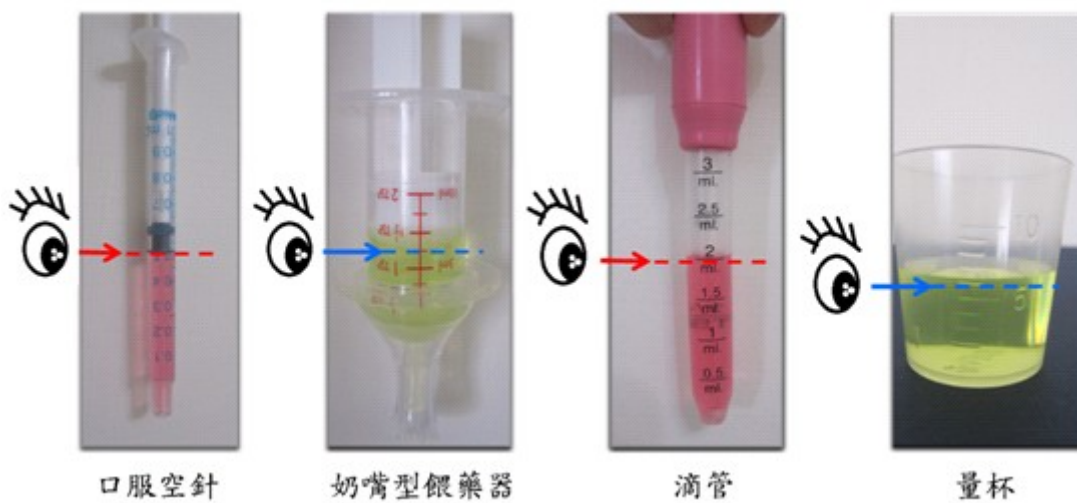
藥品應該如何保存？是否需要冷藏或避光？

藥品要使用多久？

確認藥品外觀，拿到的藥品是否跟敘述的一樣？

服藥後可能有甚麼副作用？應該怎麼處理？

(圖一) 如何教導孩子正確的閱讀藥袋資訊



(圖二) 各種水劑量具與使用方式。要記得在量取藥品時視線水平要對齊液面以及刻度線。

參考文獻:

1. 藥你健康. I 用藥基本知識. 行政院衛生署
2. 兒童就醫及用藥安全手冊. 中華景康藥學基金會
3. 幼兒用藥常見問題 Q&A 安全手冊. 行政院衛生署/中華景康藥學基金會
4. Brain K. Alldredge et al. Applied Therapeutics: The Clinical Use of Drugs (10thed). USA: Lippincott williams& wilkins

藥劑部藥師 林怡琇