

出國伴手禮，藥不藥有沒有關係？

根據觀光局 2018 年的統計資料顯示，日本是國人出國旅遊人數最高的國家，平均每 10 個出國的臺灣人中，就有 3 人目的地是日本。由於日本藥粧店消費滿 5000 日元即可享有免稅的優惠，因此除了化粧品之外，國人到日本旅行，幾乎每個人都會帶回各式各樣的「神奇藥品」。

相信有日本旅行經驗的人，只要站在到處掛著「激安」、「超激安」的特賣促銷字眼前，加上滿 5000 元就可以退稅的「激勵」下，不知不覺就會越買越多藥品回來。針對國人愛買的前五名藥品，例如：感冒藥、止痛藥、合利他命、眼藥水、胃腸藥等，這些藥品在手邊，如果出現不舒服的症狀時，隨手一用就可以達到速成的效果，那麼長期使用下來，會不會有什麼副作用呢？

我們從感冒藥的成分說明書來看，各品牌感冒藥的成分主要是 Acetaminophen、Dihydrocodeine phosphate、Noscipine、Clemastine fumarate、Lysozyme hydrochloride、Potassium guaiacolsulfonate、Tranexamic acid、hydrochloride，這些成分分別是針對解熱鎮痛、止咳、鼻塞流鼻水、化痰、緩解咽喉炎、支氣管擴張等症狀的緩解。感冒通常都是病毒引起的上呼吸道感染，上述症狀就是典型的上呼吸道感染症狀，可以靠藥物緩解不

舒服，不致於影響上課上班。如果有感冒症狀，自行服用感冒藥確實可避免過度影響生活作息，但若症狀依然沒有改善，正確的態度還是該看醫師時就要去看醫師，以免延誤病情。

止痛藥中常見成分就是 Acetaminophen、Ibuprofen，這些成分在感冒藥裡也有，主要功能是解熱鎮痛。至於胃腸藥的話，腸道菌是現在很熱門的話題，和很多疾病相關，胃腸藥的成分多是益生菌或益生原，主要是幫助消化、健胃整腸、強化營養的功能，可以促進食慾、幫助消化並避免軟便、便秘及腹部膨滿感，用以改善腸內環境，適量的服用沒有負面影響，至於維生素、眼藥水，不舒服時偶爾使用一下是沒有關係的。

在網路購物這麼發達的時代，幾乎所有的藥品都可以透過網路或是在國內的藥妝店買到，然而出國旅遊挑選伴手禮買的是紀念與回憶，所以國人出國挑選的伴手禮首選當然也是在地的知名品牌或名產，回國後送禮自用兩相宜。這些藥品在偶爾不舒服時是可以緩解症狀，如果在短時間內無法緩解，還是要去讓醫師確認有沒有罹患何種疾病才是正道。

口述/資料提供：臺大醫學院毒理學研究所教授暨腎臟科主治醫師

姜至剛

採訪/撰稿：專員 彭道華