

凡編號V50765及之前的讀者，
敬請盡速擲回續訂回條，
多謝合作。

THE VOICE

松柏之聲

非賣品

聖雅各福群會 出版

地址：香港灣仔石水渠街八十五號 電話：(八五二)二八三一 三二一五
St. James' Settlement, 85 Stone Nullah Lane, Wanchai, Hong Kong. Tel: (852)2831 3215

國際聯網 Internet: <http://www.thevoice.org.hk>

電子郵箱 E-mail Address: thevoice@sjs.org.hk

★ 創刊於一九七六年一月，乃全球首份，最長壽兼全世界發行之長者華文讀物 ★



頭條

適當服藥 藥到病除?

隨着年齡的增長，機能的退化，長者用藥的情況亦相對地比年青一輩多。

長者可能患有各種慢性藥物，需要服食不同處方的藥物，服食藥物越多，藥物所帶來的副作用及藥物之間的相互作用及不良反應便會越多。有調查發現，超過四成的長者服用至少一種不恰當的藥物；而藥物的數量越多，亦會直接或間接地引致錯誤服藥，例如忘記服藥時間及份量等。

藥物不良反應則引致長者不適，嚴重情況會令長者需入院處理，甚至有生命危險。故病者要適當服藥是十分重要。那麼，病弱長者應如何服藥呢？

預知？不能預知？

藥物的不良反應通常可分作兩大類：甲型及乙型。甲型的副作用一般能預知，與藥性及劑量有關。而乙型的副作用則是完全不能預知的。甲型的例子很多，如服用某些降血壓藥會引致水腫，吃過量的糖尿藥以致血糖低等。而乙型的副作用則比較危險，由於是不能預知的，所以一旦產生不良作用，如病人對某抗生藥服用後，產生敏感，可能會引致全身腫脹，呼吸困難，心律不正，甚至有性命危險。

不良反應 危機重重

長者對藥物有不良反應的數據相對地多，原因有以下幾種：

(i) 長者對藥物的敏感性
和反應，及藥物在體內由吸

收，新陳代謝至排出體外，都可能有所改變；

(ii) 在不同地方取藥，如診所、醫院、藥房、鄰友等，給予過多，不恰當，相同或對抗性的藥物；

(iii) 缺乏適當的指導及更進；

(iv) 忘記服藥時間及份量，令致劑量過多或過少；

(v) 長者自行選擇服食醫生處方的藥物，不遵醫生囑咐。

繁多藥物 易生危險

長者服用多種藥物及不恰當處方的情況亦很普遍。

服用多種藥物的成因很多，可能由於長者患有各種慢性病，於不同地方購買藥物，甚至是因為某些藥物產生不良反應，而就着那種不良反應，醫生處方或自行購買另一種藥物抵消那種不良反應。服用多種藥物的不良後果包括：

(i) 增加藥物之間相互反應；

(ii) 相對地副作用及不良反應亦隨之增加；

(iii) 容易忘記服藥；

(iv) 降低生活質素；

(v) 增加不必要入院次數；

(vi) 增加不必要醫療負擔。

陳漢威 東華三院馮堯敬醫院顧問醫生(老人科)

長者不跟隨醫生囑咐服藥亦屢見不鮮，當中原因包括缺乏適當藥物知識、健康及保健知識、欠缺醫護人員跟進；所服

藥亦屢見不鮮，當中原因包括缺乏適當藥物知識、健康及保健知識、欠缺醫護人員跟進；所服

出錯機會又大，究竟怎樣可令長者服藥得恰當，家人及醫護人員亦能安心呢？

(i) 清楚醫生處方、指導及跟進

長者於出院前及每次覆診時，主診醫生會詳盡地查閱病歷及與長者或家人溝通，清晰長者用藥情況，用簡單的服藥次數及清晰的指引，以教導長者；並提醒長者藥物的副作用及需要觀察的反應。定時跟進長者用藥情況，包括時間、份量是否恰當，有關的副作用。如有藥劑師可給予講解及解答疑難，會是更佳。

吳志倫

(ii) 家人/照顧者的支持及幫助

教導家人及照顧者如何協助長者服藥，此安排必須由醫生、護士、藥劑師等在社區中提供適當的健康教育及輔導，才會收至佳果。

(iii) 如長者可自行用藥，亦須在某程度上作出提示，如運用特製的「響鬧提示藥盒」及「藥物月曆」。

(iv) 適當儲存藥物，可助

確保其效用及安全，應放在陰涼及乾爽的地方，及視藥物的性質而須存放於雪櫃內或避免陽光。可惜，一些長者為了方便，將所有要吃的藥，存放於同一個容器內或膠袋中，這是非常危險的，亦很容易令他出現吃錯藥的情況；故長者應將所有藥物存放在原本的藥袋內。如藥物已變色或過期時，切勿使用，尤以眼藥水及眼藥膏，開封後一個月，即使剩下很多，亦應棄掉。

(v) 留意藥物標籤，恰當的標籤除寫上病人姓名外，更應有藥名、有效成份、數量、服用方法、特別儲存方法、有效日期及特別注意事項，故切勿撕去有關標示，或與其他藥物混存在一起。

身體出現毛病，去看醫生，固然希望藥到病除；但若處方不恰當，服藥不遵醫生囑咐，不但不能「藥到病除」，反而會令病情加深。要「藥到病除」及身體健康，以下是一些建議：

(i) 及早找醫生診斷疾患，以尋恰當的藥物；

(ii) 保存病歷及藥物史，包括自行購買的藥物，中藥及健康產品，以供醫生及護士參考；

(iii) 考慮其他「非藥物」療法，如熱敷或冷敷舒緩痛楚，便可避免服用止痛藥；

(iv) 患病時先服食最低劑量的處方，及避免服食太多種類的藥物；

(v) 須要定期覆診，跟進及評估藥物的效用；

(vi) 不論長者，任何年紀的病人，甚至家人及照顧者都應作一個盡責的使用藥物人士。

在此謹祝各位長者身心健康；倘能依醫護人員指示服藥，雖身體出現毛病，很快亦會「藥到病除」。



藥物恰當 安心稱心

的藥物數量太多而引致混淆不清；藥物價錢太貴或避免某些副作用，而自行挑選藥物；長者的思維方面的問題，如老人痴呆症；身體的機能減弱，如視力模糊等，都會引致長者服藥情況不準確。

既於長者服藥數量多，