

中醫藥就醫用藥之停、看、聽、選、用專業

作者 葉明功教授



臺灣有中西醫療並行的多元化醫療環境，加上近來傳統醫藥對養生醫療保健、慢性疾病療效逐漸受到重視與肯定，使中醫醫療利用普遍存在。中醫門診平均就診率為29.9%。但有46.6%民眾針對同一種疾病會再次求診其他中醫師，亦有59.2%會轉而求診西醫。有固定中醫師者佔36.3%，有固定中醫醫療院所佔36.8%。在“是否主動收集就醫資訊習慣”的心理決策上，有64.9%的國人並不具主動收集就醫資訊的習慣，而“從何處收集就醫資訊”的心理層面上，以報章雜誌、醫療院所及醫護專業人員提供為主要來源。研究也發現民眾用藥知識來源來自電視佔44.1%，來自報紙佔29.3%，來自親友的佔31.4%，這些都是影響民眾獲取正確用藥知識的途徑，經分析國小高年級同學其獲得正確用藥教育的資訊主要來自醫師和藥師比例較成人高，**因此如果在國小階段就讓國民了解用藥是一種專業行為，應以醫師、藥師等專業人員的知識為主，而不是隨便聽信媒體或朋友，則地下電台賣藥活動就可逐漸消。**

國人近八成民眾認為「吃中藥，有病可以治病，沒病可以補身」，然國人用藥習性不正確，坊間充斥各視藥物違規廣告及不合格產品，據統計約有88.2%民眾最近一年內有購買中藥經驗。重複過量的使用藥物，會增加肝、腎負擔，或甚至因誤用、混用及中西藥交互作用等因素，致使藥物療效或毒性的變異，對國人健康影響不容小覷。所以中醫藥界應積極將中醫藥相關知識及其療效正確告知民眾，使民眾能獲得更多正確的中醫藥知識，以提高對中醫醫療服務使用率，導正民眾對中醫就醫安全的認知與行為，刻不容緩。

基於此行政院中醫藥委員會委託本人，經藥師全聯會協助，多次邀集國內中醫師、藥師、及教育學家等會議後，綜整出建構中醫藥就醫用藥安全衛生教育模式教育核心及細部內容如下，請各位藥界先進多加宣導，以提升國人正確中醫藥就醫用藥能力及技能。

教育核心主題口號為：停、看、聽、選、用

能力一：停 停止不當看病、購藥及用藥行為

不隨意購服來路不明藥品，停止「病急亂投醫」的作法，為了自己的健康，有病看中醫用中藥時應找專業中醫師、藥師。

堅持用藥五不原則－「不聽、不信、不買、不吃、不推薦」。

1. 不聽地下電台或其他不當藥品廣告。
2. 不信神奇療效的藥品。
3. 不買來路不明的藥品。
4. 不吃來路不明的藥品。
5. 不推薦藥品給其他人。

(請接續頁)



能力二：看 看病請找合格中醫師診治，並應向醫師說清楚

健康是您的權力，保健是您的責任，看病時先瞭解自己身體狀況，清楚表達自己的身體狀況，向醫師說清楚下列事項：

1. 哪裡不舒服，大約何時開始，何種情況下覺得比較舒服等。
2. 有無藥品或食物過敏史，以及特殊飲食習慣。
3. 曾經發生過的疾病，包含家族性遺傳疾病。
4. 目前正在使用的藥品，包含中、西藥或健康食品。
5. 女性需告知是否懷孕、正準備懷孕或正在哺餵母乳能力。

能力三：聽 聽專業醫、藥師說明

聽從專業中醫師、藥師的意見，信任中醫師與藥師的指導與建議。

1. 與中醫師、藥師作朋友，生病找中醫師，用藥找藥師。
2. 生病找中醫時，聽從中醫師的意見與建議，不找無醫師執照人員看病。
3. 用藥找藥師，聽從藥師的意見與建議。
4. 使用中藥要聽從中醫師、藥師的意見與建議，不任意更改用藥方法、劑量及時間。
5. 若服用中藥後有不適現象，可以立即向中醫師或藥師反應。

能力四：選 選購安全、有效中醫藥品

選擇合格中藥來源或選購有認證的中藥。

1. 了解到什麼地方選購中藥。
2. 知道用藥原因及如何選購正確中藥。
3. 知道如何區分及選購合法中藥品、健康食品及一般食品。
4. 知道中藥儲存及使用期限。

能力五：用 用中藥時應遵醫囑講方法

中藥也是藥，同樣有它特別的藥性、療效及毒性，要依照醫藥人員的指導正確使用才安全。

1. 知道中藥使用禁忌。
2. 知道如何正確使用中藥、健康食品及一般食品。
3. 知道中藥正確的使用時機與服用方法。
4. 明白藥物間及藥物食物間交互作用。