

# “永保安康”

## 克服三高不是夢



# 三高?



• 身材高 學歷高 收入高?

• 中山高 北二高 北宜高? 



• 高血壓 高血脂 高血糖

# 臺灣地區十大死因 (113年資料)

順位	死亡原因	死亡百分比
1	惡性腫瘤	26.8%
<b>2</b>	<b>心臟疾病(高血壓性疾病除外)</b>	<b>11.5%</b>
3	肺炎	8.5%
<b>4</b>	<b>腦血管疾病</b>	<b>6.1%</b>
<b>5</b>	<b>糖尿病</b>	<b>5.2%</b>
<b>6</b>	<b>高血壓性疾病</b>	<b>4.4%</b>
7	事故傷害	3.4%
8	慢性下呼吸道疾病	3.0%
<b>9</b>	<b>腎炎、腎徵候群及腎性病變</b>	<b>2.8%</b>
10	蓄意自我傷害(自殺)	2.0%

# 三高問題，發生在你我之間



40歲以上發生三高的比例

# 三高 密切相關的三角習題

膽固醇值愈高,得到心血管疾病的危險愈高

糖尿病患者高血壓罹患率30.6%,是非糖尿病患者的2倍



糖尿病合併血脂異常的機會達到50%左右



# 何謂高血壓？



血壓就是血管裡面的壓力，也是人體用來把血液從心臟送到組織去的動力。

分類	收縮壓 (毫米汞柱 mmHg)	舒張壓 (毫米汞柱 mmHg)
正常血壓	<120	和 <80
高血壓前期 (警示期)	120~139	或 80~89
第一期高血壓	140~159	或 90~99
第二期高血壓	≥ 160	或 ≥ 100

# 高血壓併發症



血壓太高會造成種種的慢性併發症，對身體造成很大的危害！

# 高血壓的控制-生活型態改善

## + 生活型態改善



睡眠充足



定期主動  
測量血壓



保持適當體重



持續運動



壓力紓解



少吃高鹽  
高鈉食物



不吸菸或戒菸



節制飲酒

生活型態的改善對高血壓的控制有很大的功效

# 服用降血壓藥物該注意什麼呢？

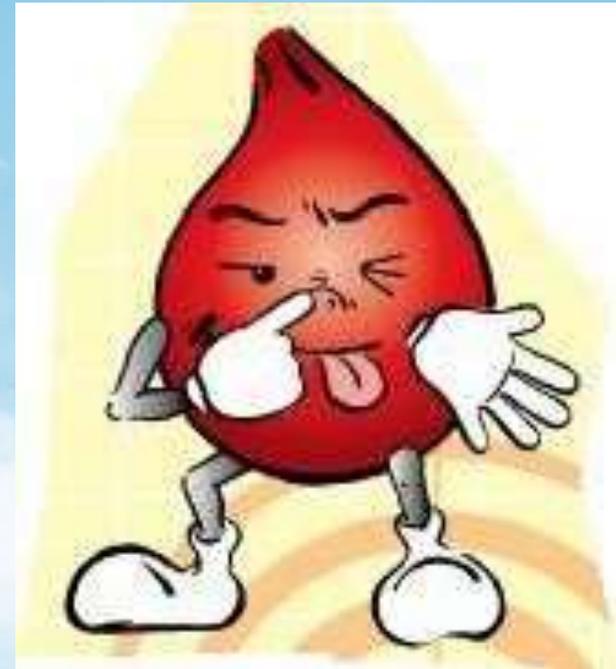
## Q 吃藥時該注意什麼呢？

- ❑ 定時定量的服用藥物。
- ❑ 就算覺得比較好了，也不要隨意中斷服藥。
- ❑ 服用藥物後，若有任何身體不適，要趕快諮詢醫師，不要隨意自行處理。
- ❑ 服用成藥前應先徵詢醫師或藥師的意見。



# 高血脂(血脂異常)

- 總膽固醇 > 200 mg/dL
- 三酸甘油脂 > 200 mg/dL
- 低密度脂蛋白(LDL)  
> 130 mg/dL
- 高密度脂蛋白(HDL)  
< 40 mg/dL



# 高血脂的好發族群

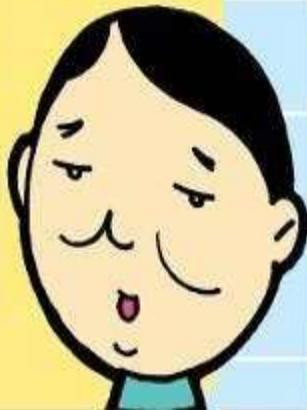
## 食董族



血液中膽固醇大多由人體的肝臟產生，但有一部份是攝取自食物，像內臟、蛋黃、肉類、奶製品和海產類等，尤其是內臟和蛋黃，膽固醇含量極高。肉食主義者可要特別注意喔！

## 象隊

血脂既然是血液中的脂肪，肥胖者血脂高也就不難想像，體重過重常會合併有三酸甘油酯血症和高密度脂蛋白膽固醇濃度過低的現象。



## 老菸槍



吸菸會損壞血管內壁，造成膽固醇堆積。愛吸菸的人可要小心囉！高血脂最喜歡吸菸者的血管內壁了。

遺傳基因可能會影響人體產生及代謝膽固醇的能力，有家族史的人要更加注意。

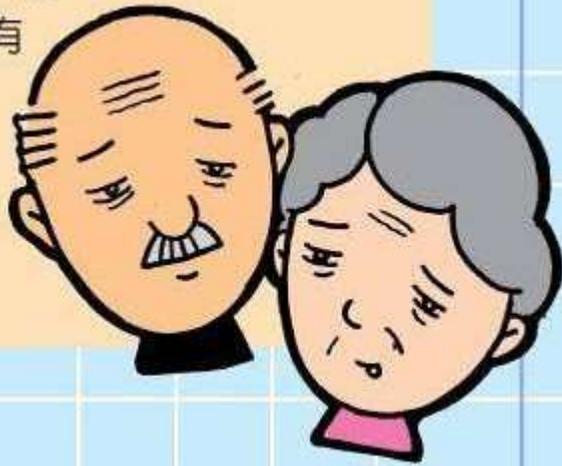
## 天生的



# 高血脂的好發族群

## 銀髮族

膽固醇濃度會隨著年齡、性別不同而有所差異。一般而言，膽固醇濃度在五十歲時達到最高，男性通常比女性高。但是，婦女在更年期停經後，其膽固醇濃度會上升，有時甚至可能超過同年齡男性。年紀已長的銀髮族朋友要特別注意了。



適度規律運動不但可以降低血中三酸甘油酯濃度，也可以降低低密度脂蛋白

膽固醇濃度，增加高密度脂蛋白

## 懶骨頭

膽固醇濃度。不愛運動的人也是高血脂下手的目標。



# 遠離高血脂的保健方法

- 飲食計畫五部曲

1. 拒絕油膩膩

2. 炒菜有秘方

3. 再見膽固醇

4. 我愛高纖

5. 少乾杯

- 健康瘦身

- 運動養身

- 戒菸

- 少喝酒

- 藥物治療



接受飲食計畫3-6個月、控制體重、運動及戒菸後，若血中膽固醇及三酸甘油酯濃度仍偏高，此時醫師就會給予藥物治療。

# 服用降血脂藥物該注意什麼呢？

1. 血脂肪異常不會有立即的不舒服症狀  
請勿自行停藥，以免因膽固醇上升，增加血管阻塞，心臟病發作的危險。
2. 常見副作用有胃腸不適、噁心、嘔吐、肝功能指數上升、頭痛、疲倦等。
3. 發生不明原因的肌肉酸痛請立即就醫。
4. 治療期間不要服用紅麴製劑或葡萄柚汁。

# 什麼是糖尿病？

- 糖尿病是一種慢性的代謝異常疾病，主要原因是由於體內胰島素缺乏或功能不全，對糖類的利用能力減低，甚至完全無法利用而造成血糖上升。



# 認識糖尿病

- 糖尿病的診斷標準

- 空腹血糖值 126 mg/dl 以上
- 飯後兩小時或隨機血糖值 200 mg/dl 以上

- 糖尿病的症狀

- 發病初期大多沒有症狀，隨病情增加會逐漸出現三多(多吃、多喝、多尿)、疲勞、體重減輕、視力模糊等現象。

# 認識糖尿病

- 糖尿病的類型

- **第一型糖尿病**：病人無法分泌胰島素或胰島素分泌量極少，通常發生在年紀輕者。
- **第二型糖尿病**：病人分泌的胰島素品質不佳或數量不夠，或由於身體組織對胰島素產生阻抗使得血糖無法維持在正常範圍，多發生於中老年人、肥胖或合併高血壓、高血脂病人。
- **妊娠糖尿病**：懷孕時期發生，產後需定期追蹤。

# 可怕的糖尿病併發症

大血管病變（腦中風）

眼睛的病變（失明）

大血管病變（心肌梗塞）

腎臟病變（尿毒症）

（神經病變）足部血液循環不良

圖片來源：生達藥刊

# 如何控制糖尿病？



# 遠離糖尿病的新生活運動

- 定期檢測血糖、血壓、血脂
- 動態活動：一週五次，每次至少三十分鐘的運動，持之以恆
- 健康飲食：低油、低糖、低鹽、高纖  
均衡、適量、定時的飲食習慣
- 維持理想體重
- 戒煙、戒酒
- 做好心理調適

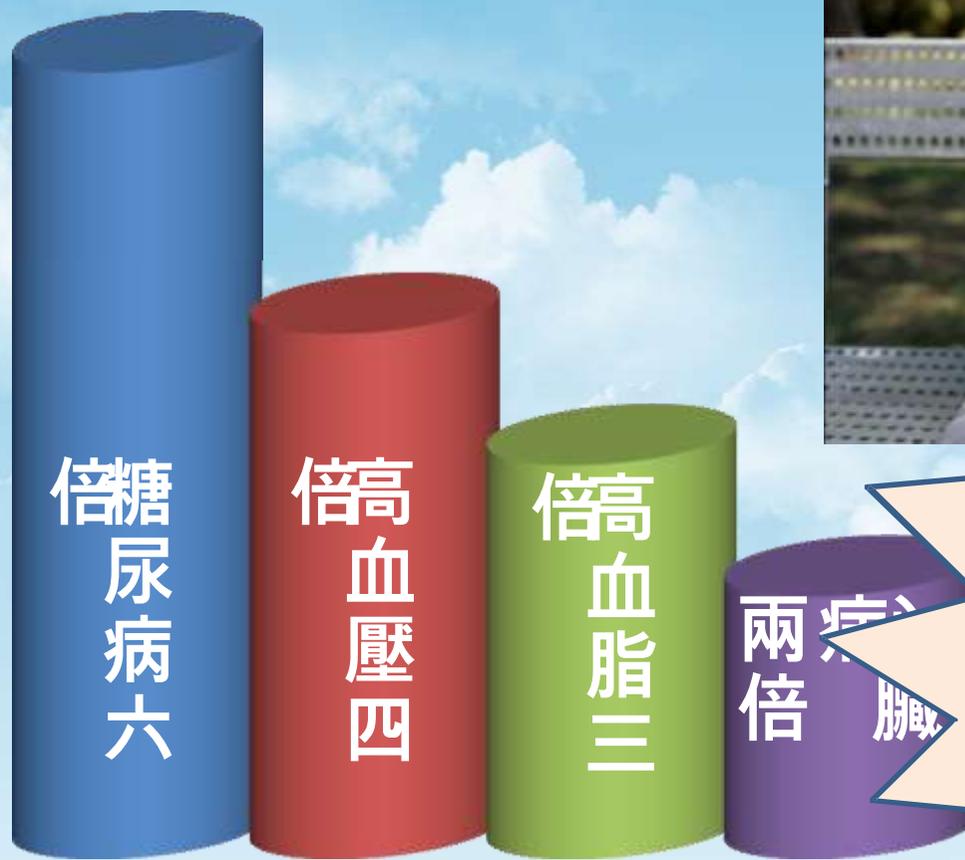


# 服用降血糖藥物該注意什麼事？

- 要知道那一顆是降血糖藥物。
- 每日按時定量服藥，不要任意增加或減少劑量。
- 即便已開始藥物治療，仍需執行飲食控制及運動。
- 檢查血糖當天，抽完空腹血糖後，要立即服用藥物，再於半小時後進食早餐。
- 每半年需檢查一次肝、腎功能。
- 口服降血糖藥物效果變差時，應聽醫師的勸告，加強控制飲食或改用胰島素治療。
- 應隨身攜帶方糖或糖包，以預防低血糖發生。



# 小心代謝症候群就在你身邊



增加罹患慢性病的風險!!

# 符合三項以上就是**代謝症候群**

## 一粗

- 男性腰圍90公分以上
- 女性腰圍80公分以上

## 二高

- 血壓高於130或 85 mmHg
- 空腹血糖高於100mg/dL

## 血脂異常

- 三酸甘油脂高於150mg/dL
- 高密度脂蛋白男性低於40/  
女性低於50 mg/dL

# 護腎33 贏得腎利人生!!

三高會造成慢性腎臟病

控制  
血壓

控制  
血糖

控制  
血脂

護腎三三 預防三高 定期做三項檢查

驗血

量血壓

驗尿

# 國人常見的用藥問題

- 同時有多種慢性病,用藥複雜
- 作息時間與服藥時間無法配合
- 同時服用多位醫師處方藥品
- 記憶力、認知力下降
- 生理機能衰退造成副作用增加
- 自行購買中草藥、偏方



# 國人每年吃掉約值一棟台北101 工程費用的保健食品



(康健雜誌2010.05)

# 但您知道吃藥也會生病嗎?!

- 偽藥,劣藥或禁藥氾濫
- 藥品不良反應或過敏造成的傷害
- 擅自停藥加藥造成疾病加重或副作用



## 正確用藥五大核心能力一：

### 說清楚 表達自己的身體狀況

可先將以下資訊用紙筆寫下來：

- 哪裡不舒服？  
身體不舒服的部位，情況及發生時間
- 個人的特殊體質或飲食習慣  
藥物或食物過敏，素食等特殊飲食
- 曾發生過的疾病  
開刀、住院、慢性病或家族遺傳疾病等

## 正確用藥五大核心能力一：

### 說清楚 表達自己的身體狀況

- 目前正在服用的藥物  
醫師開的中藥或西藥，自行購買的中草藥或保健食品，避孕藥或減肥藥
- 需要從事專心的工作  
最近有沒有考試，需要開車或操作精密機械等
- 懷孕或哺餵母乳  
家中女性有懷孕，準備懷孕或餵母乳

# 中草藥/保健食品與處方藥/成藥混用 —可能造成的問題

種類	功效	與藥物交互作用	應避免併服藥物
乳酸菌	幫助消化、解決腸胃問題、減少腸胃中有害細菌	可能會被抗生素殺死而無效	抗生素
黨參、紅花	促進全身血液循環	若與抗凝血用藥併服，會增加出血的危險	抗凝血劑、阿斯匹靈、瓦法寧 (warfarin)
銀杏萃取物	促進全身血液循環及抗氧化		
納豆激酶	血栓溶解作用		
紅麴	降血壓、降膽固醇、抗氧化		
甲殼素	吸附且排除食物中的脂肪，減少脂肪的吸收	與脂溶性維生素併服會減少其吸收	維生素A、D、E、K、魚油

資料來源：行政院衛生署<sup>30</sup>

# 用藥紀錄卡 看病卡安全

- 可請藥師或醫師協助填寫或更新

用藥紀錄卡使用範例－背面

用藥安全 需要你我來參與

- 請將您長期服用的藥品或過敏藥品 填寫至本卡，也可請醫療人員（社區藥局）協助填寫。
- 看病或住院時，請主動出示本卡。
- 藥品有改變時，請注意更新本清單。

我的長期用藥紀錄 填卡日: 990913

藥名/劑量	用法	注意事項
Nifedipin / 30mg	一次3次	高血壓 忌與葡萄柚汁同服
	天 次	
	天 次	
	天 次	
	天 次	
	天 次	
	天 次	
	天 次	

藥物諮詢專線 安全醫院藥劑科02-1234567

用藥有紀錄 看病卡安全

病人安全我參與 請你跟我這樣做

我藥做到

- 藥做紀錄，我會主動記錄長期服用及過敏的藥物。
- 我會主動告訴醫師正在服用以及長期使用和過敏的藥物。
- 我藥問清楚藥名、藥效、服用方法及其他注意事項。

行政院衛生署 財團法人醫院評鑑暨醫療品質策進會 關心您

## 正確用藥五大核心能力二：

### 對明白看清楚藥品標示

領藥後，要仔細核對藥袋上的資訊，並確認都了解，才可以離開喔！

- 姓名與年齡是不是正確？
- 藥品使用方法是不是都了解？
- 藥品用途是不是符合看病的症狀？
- 藥品的形狀或顏色是不是跟藥袋描述相同？
- 藥品可能發生的副作用及注意事項
- 藥品使用天數及保存期限

# 你唔知咁樣代搵藥嗎?

領到藥品時，核對藥袋的姓名是否正確。避

意自己及他人

服藥前先確認用藥途徑、方法、  
劑量及每次劑量。才能在正確時間  
服用。

附設藥

知道藥品的療程要吃多久，並核  
對應領到藥品的總數量

藥袋上標示的用途是否治療您本  
次看的病。

核對藥品實物及藥袋上藥名是否  
正確。

性別：男

給藥大數：  
7天

一粒

藥名：

1. 要知道藥品的副作用
2. 要知道藥品的特別注意事項。

用途：  
解熱鎮痛

藥物外觀描述：

圓形白色錠劑

特殊注意事項：(副作用)

請依照醫師、藥師指示服用

效期與貯存條件：

有任何領藥問題，請撥藥物諮詢專線

處方醫師：王OO醫師

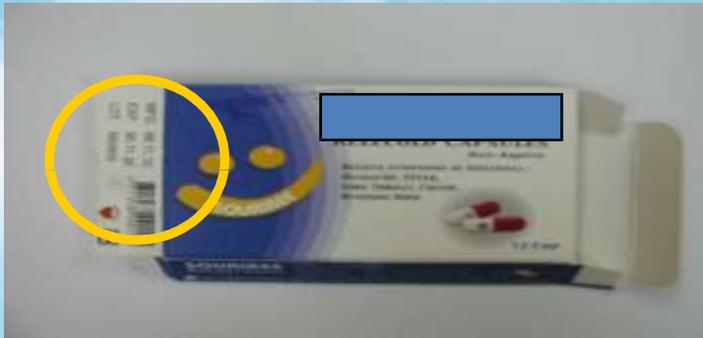
調劑藥師：黃OO藥師 陳OO藥師

請核對藥袋姓名，當面點清藥品數量及種類 藥物諮詢專線: 2855999#108.109

## 正確用藥五大核心能力二：

### 對明白藥品保存期限

- 藥品為原包裝未拆封或鋁箔包，正確保存下為包裝上之有效期限：



- 藥品已拆封或散裝藥品儘快服用完畢
- 眼藥水開封後保存期限為一個月
- 藥品外觀若有變色，異物或有異味產生，即使還沒有超過有效期限，也應丟棄

# 藥品應放在家裡什麼地方？



## 正確用藥五大核心能力三：

**用正確**清楚用藥方法及時間  
用藥前，要再次確認才能安心使用：

- 藥品使用方式是口服還是外用
- 外用藥使用的部位及方法
- 每日服藥的次數
- 每次服藥的時間
- 藥品用完要放回原包裝或藥袋內
- 不同藥品不要混雜在一起



## 正確用藥五大核心能力三：

# 用**正確**確認使用方式

- 先看清楚使用途徑
  - 內服
  - 外用
- 不一定膠囊、錠劑長相就是口服使用



註：支氣管擴張劑

# 口服藥應以何種飲品配服？

吃藥時應使用適量溫開水配服



# 正確用藥五大核心能力三：

## 用**正確**清楚用藥方法及時間 用藥應依每日規定時間

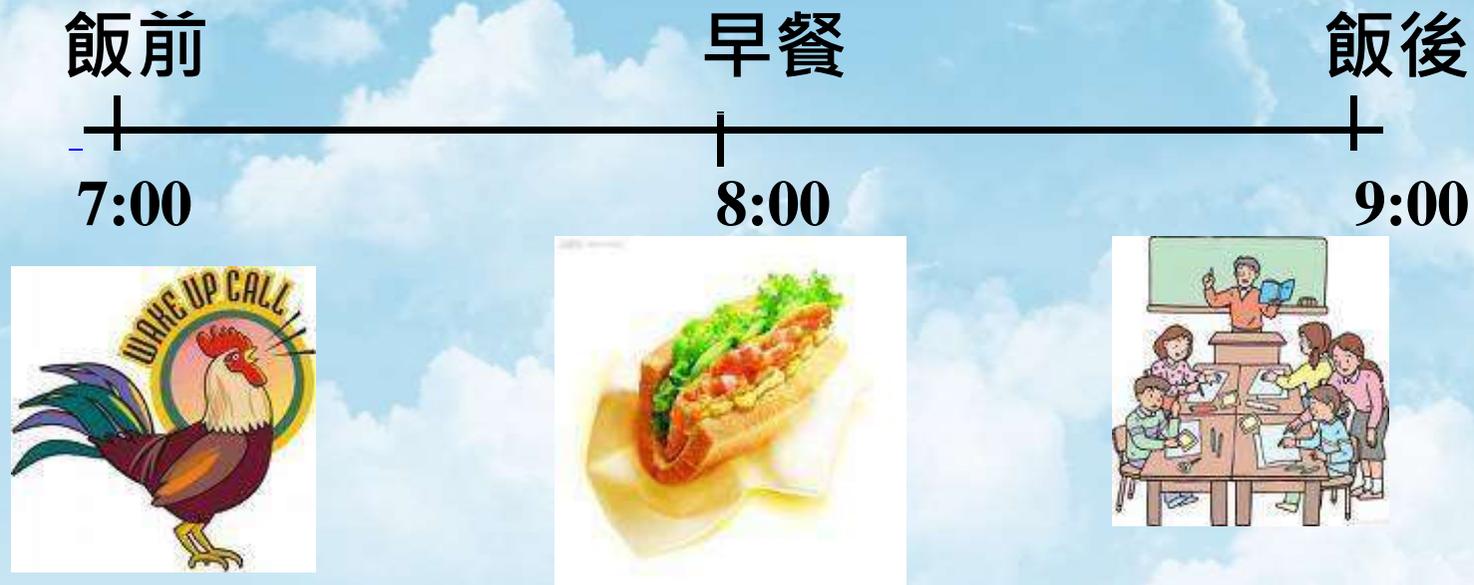
	早餐	午餐	晚餐	睡前
一天四次				
一天三次				
一天二次				
一天一次	每天固定一個時間			

(如有三餐時間不正常的狀況，領藥時可以諮詢藥師)

## 正確用藥五大核心能力三：

### 用正確 每次服藥時間

- 飯前（空腹）：吃飯前1小時或飯後2小時
- 飯後：吃飯後1小時內



- \* 糖尿病用藥及特殊情形應遵醫囑或藥師指導服用  
(例如利尿劑最好不要在睡前服用)
- \* 兩種以上眼藥水，請間隔5-10分鐘使用

# 正確用藥五大核心能力三：

## 忘記吃藥怎麼辦？



注意：下次服藥時使用正常劑量，切勿服用二倍劑量

你或家人有看過或買過嗎？



資料來源：TVBS、華視



# 正確用藥五大核心能力四：

## 愛自己 做身體的主人

### 非法藥物廣告現形

- **誇大不實，花錢傷身**

指可增高、減肥、豐胸、壯陽，強調為高科技產品，純天然無副作用等誇大廣告詞

- **誤信廣告，延誤治療**

引用不實文獻資料，強調可根治癌症、慢性病如高血壓、糖尿病，延誤正常就醫

- **來路不明，安全堪慮**

利用網路、地下電台、電視購物通路行銷

# 正確用藥五大核心能力四：

## 愛自己 用藥五不原則



不聽信別人推薦的藥



不信有神奇療效的藥



不買地攤、夜市、網路、遊覽車上所販賣的藥。



不吃別人贈送的藥



不推薦藥品給其他人

## 正確用藥五大核心能力四：

# 愛自己 學會辨識合法藥品

- 應於合法地點取得藥品
  - 掛有許可證照之醫院或診所、合法藥局
  - 不可以在攤販、夜市、遊覽車、休息站買藥
- 認明藥品許可證字號
- 基本資料詳細刊載
- 藥品分級標示清楚
- 上網查詢最方便
- 網址：

[http://www.doh.gov.tw/cht2006/index\\_populace.aspx](http://www.doh.gov.tw/cht2006/index_populace.aspx)



# 國內不法藥物之型式

## • 藥品類

- 未經核准之藥品
- 經核准但非屬原製造者之藥品
- 標示誇大不實之藥品

## • 食品

- 食品摻加西藥
- 食品 / 健康食品宣稱療效、誇大不實

## • 中草藥

- 未經核准不知名”黑藥丸”
- 摻加西藥之（草）藥

經衛生署檢驗發現，被檢驗出摻加西藥成分以標榜具「壯陽」、「減肥」及「消炎鎮痛」作用之三類產品最多。

# 行政院衛生署不法藥物專區

The screenshot shows a Microsoft Internet Explorer browser window displaying the website <http://www.doh.gov.tw/IllegalMedicine/false.htm>. The page header features the Food and Drug Administration logo and the text '行政院衛生署食品藥物管理局' and '不法藥物專區'. A navigation menu on the left includes '功能選單' with options like '不法藥物查緝', '偽禁藥辨識圖檔', and '藥廠授權經銷商資料庫'. The main content area is titled '偽禁藥辨識圖檔' and contains a list of 25 items, each with a name and associated image links. The browser's taskbar at the bottom shows various open applications and the system clock at 4:49 PM.

行政院衛生署不法藥物查緝

## 偽禁藥辨識圖檔

- 大幸正露丸 (SEIROGAN) | 圖1 | 圖2 | 圖3 | 圖4 | 圖5
- 百靈佳樂可舒腸溶糖衣錠 5公絲 (DULCOLAX E.S.C. TABLETS 5MG (BISACODYL)) | 圖1 | 圖2
- 羅氏鮮 (Xenical) | 圖1
- 亞培 諾美婷膠囊 (REDUCTIL CAPSULES) | REDUCTIL真偽藥辨識說明
- 使蒂諾斯 10公絲膜衣錠 (STILNOX) | 如何分辨Stilnox之偽禁藥.ppt
- 威而鋼膜衣錠 (VIAGRA FILM-COATED TABLETS) | 威而鋼真假藥變識圖
- 犀利士膜衣錠 (CIALIS) | 圖1 |
- 柔沛膜衣錠 (PROPECIA F.C. TABLETS) | 圖1 | 圖2 | 圖3 | 圖4 | 圖5 | 圖6 | 圖7 | 圖8 | 圖9
- 脈優錠 (NORVASC TABLETS) | norvasc真偽藥辨識說明
- 善存膜衣錠 (CENTRUM F.C.TABLETS) | 圖1 | 圖2 | 圖3 | 圖4
- 善胃得錠 (ZANTAC TABLETS) | 圖1 | 圖2
- 銀寶善存膜衣錠 (CENTRUM SILVER F.C.TABLETS) | 圖1 | 圖2 | 圖3 | 圖4 | 圖5
- 樂酸克膠囊 20公絲 (LOSEC 20MG CAPSULES) | 圖1 | 圖2 | 圖3 | 圖4 | 圖5 | 圖6 | 圖7 | 圖8 | 圖9 | 圖10 | 圖11
- 熱威樂素錠 (ZOVIRAX TABLETS 200MG) | 圖1
- 膚潤康益福軟膏 (FLUCORT-F OINTMENT) | 圖1 | 圖2 | 圖3 | 圖4 | 圖5
- 維骨力 (VIARTRIL-S CAPSULES) | 圖1 | 圖2 | 圖3 | 圖4 | 圖5
- 骨力膠囊(硫酸固可沙明)(CASEAL CAPSULES[GLUCOSAMINE SULFATE]ST) | 圖1 | 圖2
- 樂威狀 (LEVITRA) | 圖1
- 保栓通 (Plavix) | 圖1

<http://www.doh.gov.tw/IllegalMedicine/false.htm>

# 合法藥物廣告辨識



圖片來源：youtube

藥物許可證字號

廣告核准字號

例如：  
衛署藥廣字第○○○○○○○○號  
北市衛藥廣字第○○○○○○○○號  
高市衛藥廣字第○○○○○○○○號

圖片來源：社團法人臺灣打擊不法藥物行動聯盟

# 如何查詢「不實藥物廣告」？

行政院衛生署  
違規藥物·化粧品廣告民眾查詢系統

基本查詢 | 最新違規列表 | 廣告規定案例 | 相關連結 | 使用說明

基本查詢

親愛的訪客 您好

相關連結

- 行政院衛生署
- 國民健康局
- 疾病管制局
- 管制藥品管理局
- 中央健康保險局
- 藥物食品檢驗局

完成 Internet

<http://illegal-ad.fda.gov.tw/mental/index.php>

一般民眾-行政院衛生署 - Microsoft Internet Explorer

檔案(F) 編輯(E) 檢視(V) 我的最愛(A) 工具(T) 說明(H)

網址(D) [http://www.doh.gov.tw/cht2006/index\\_populace.aspx](http://www.doh.gov.tw/cht2006/index_populace.aspx) 移至

Windows Live 好友動向 個人檔案 郵件 相片 行事曆 MSN 分享 登入

線上申辦服務專區  
統計資料  
性別主流化專區

**常用查詢**

- 醫事人員執業資料查詢
- 醫事機構開業登記查詢
- 貿易便捷化作業進度查詢
- 藥物、化粧品廣告申請專區
- 西藥、醫療器材、含藥化粧品許可證查詢
- 藥物辨識資料查詢**
- 食品違規案件查詢
- 各縣市救護車資料查詢
- 醫材GMP與QSD認可查詢
- 遊說法專區
- 民眾申請案流程查詢

真相說明 影音白板 news!

衛教影音 專區

起雲劑遭塑化劑 污染專區 new! 專線(02)2787-8200(20線)

more>>

**焦點新聞**

- 2011/06/17 關心孩子們的健康，讓校園不再有菸害
- 2011/06/17 食品藥物管理局說明有關Baxter Healthcare (Asia) Pte. Ltd公司自主回收1批Highly Concentrated Potassium Chloride注射液，國內並未輸入該公司所回收的藥品
- 2011/06/17 夏日運動防中暑 補充水分最重要
- 2011/06/17 東南亞旅遊熱門景點柬埔寨吳哥窟爆發登革熱肆虐疫情，民眾出國時應小心防範蚊蟲叮咬
- 2011/06/16 針對美國FDA發布更新防曬產品之標示管理規定 食品藥物管理局提出說明

more>>

**本署公告**

- 2011/06/16 公告辦理「100年度一般護理之家評鑑計畫」

署長信箱  
署長心靈饗宴

衛生署健康電子報

健康電子報訂閱  
請輸入您的信箱

訂閱 取消訂閱

政府資訊公開

觀看全部宣傳訊息

起雲劑遭塑化劑污染專區  
消費者服務專線 02-27878200

衛生署近3年 施政績效

一年期醫師畢業後 一般醫職訓練計畫

[http://www.doh.gov.tw/cht2006/index\\_populace.aspx](http://www.doh.gov.tw/cht2006/index_populace.aspx)



查詢

[回主畫面](#)

請輸入查詢條件			
許可證字號	<input type="text"/> 字第 <input type="text"/> 號	顏色	<input type="text"/>
中文品名	<input type="text" value="普拿疼"/>	外觀尺寸	<input type="text"/>
英文品名	<input type="text"/>	刻痕	<input type="text"/>
申請商名稱	<input type="text"/>	標記	<input type="text"/>
製造廠名稱	<input type="text"/>	特殊氣味	<input type="text"/>
形狀	<input type="text"/>	特殊劑型	<input type="text"/>
排序方式	<input type="text" value="許可證字號"/>	<input type="button" value="開始搜尋"/> <input type="button" value="重新輸入"/>	

本查詢系統提供全文檢索功能，您只要輸入查詢關鍵詞彙，系統會自動進行資料比對，只要含有查詢詞彙的資料皆會被搜尋出來，並顯示在畫面上。



**物外觀**

[許可證詳細內容](#)

[詳細處方成分](#)

[仿單/外盒資料](#)

[授權使用](#)

[離開](#)

\*\*\*衛署藥輸字第023623號\*\*\*

中文品名 普拿疼加強錠

英文品名 PANADOL EXTRA CAPLETS

藥物辨識詳細資料

外觀尺寸

特殊劑型

顏色 白色

特殊氣味

刻痕

形狀 長圓柱形

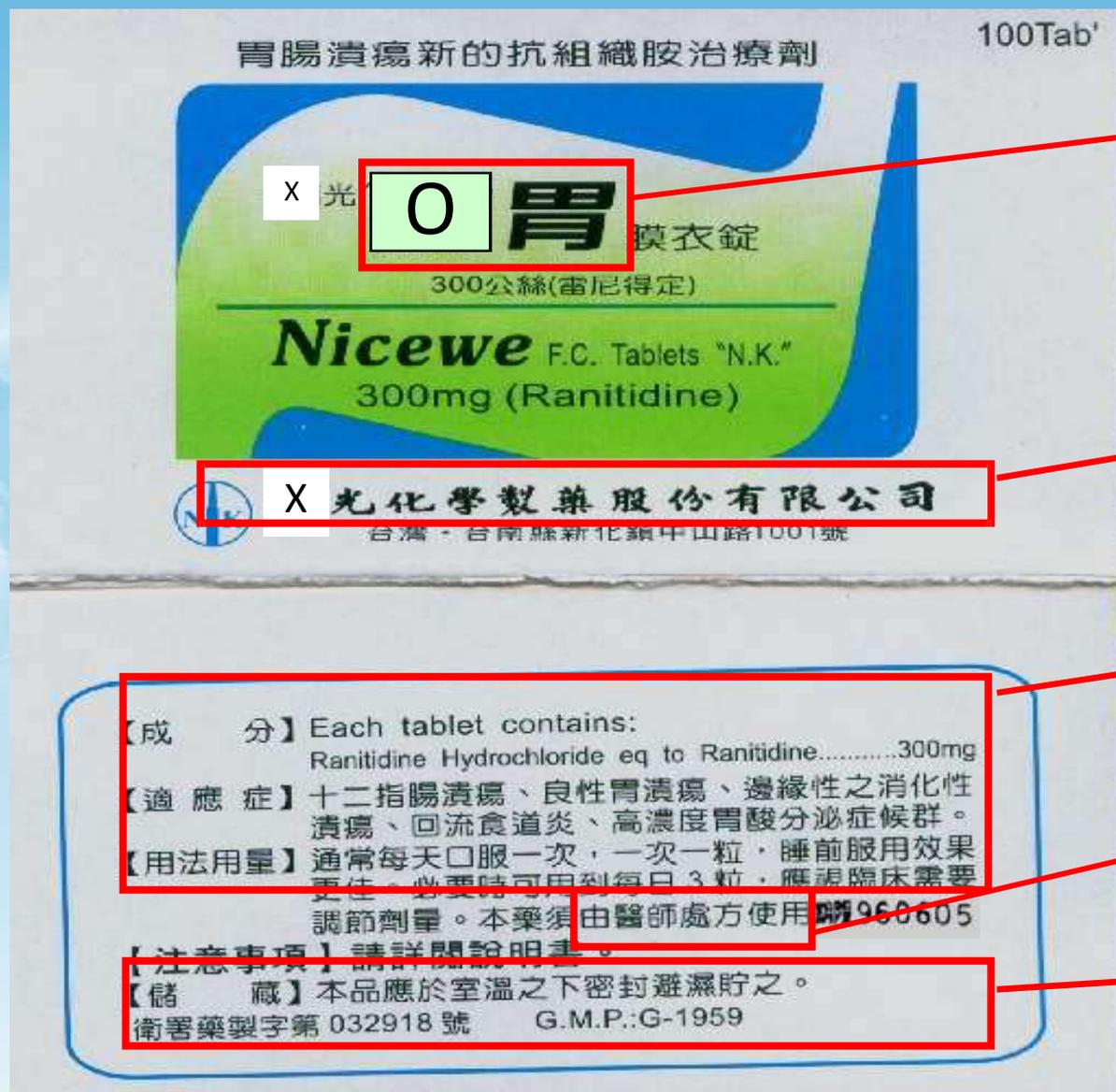
標記一 PANADOL, EXTRA

標記二 葛蘭素史克3

藥物辨識外觀圖片



# 合法藥品應有下列資訊



中文品名

廠商名稱  
廠商地址

主要成份、含量  
適應症、用法用量

藥品分級

製造日期或批號  
許可證字號  
保存期限

# 正確用藥五大核心能力五： 交朋友與醫師藥師作朋友

- 有病看醫師、用藥找藥師
- 將認識的醫師或藥師的聯絡電話記在緊急電話簿內，作為健康諮詢之用。

例如：

- 不知道怎麼用藥時
- 服藥後不舒服時
- 幫忙家人領慢性病連續處方箋時
- 買成藥時
- 有人推銷藥品時

# 正確用藥五大核心能力五：

## 交朋友與醫師藥師作朋友

- 選擇合格的社區藥局，就能獲得正確的諮詢服務，保障家庭用藥安全！

### 佩帶藥師執業執照



### 健保特約藥局標示



# 正確用藥五大核心能力

## 健康奇蹟的祕密武器

說清楚



用正確



對明白



愛自己



交朋友



# 感謝

- 教材製作

- 台北醫學大學附設醫院藥劑部
- 馬偕紀念醫院藥劑部
- 中華景康藥學基金會
- 振興醫療財團法人振興醫院藥劑科
- 阮綜合醫院藥劑科
- 財團法人彰化基督教醫院藥劑部
- 長庚醫療財團法人嘉義長庚紀念醫院藥劑科
- 國立成功大學醫學院附設醫院藥劑部
- 奇美醫療財團法人柳營奇美醫院藥劑科
- 長庚醫療財團法人高雄長庚紀念醫院

參考資料: 行政院衛生署國民健康局

<http://www.bhp.doh.gov.tw/BHPnet/Portal/>



# 祝您 健康~

謝謝聆聽  
敬請指教

Thanks a Whole Bunch

