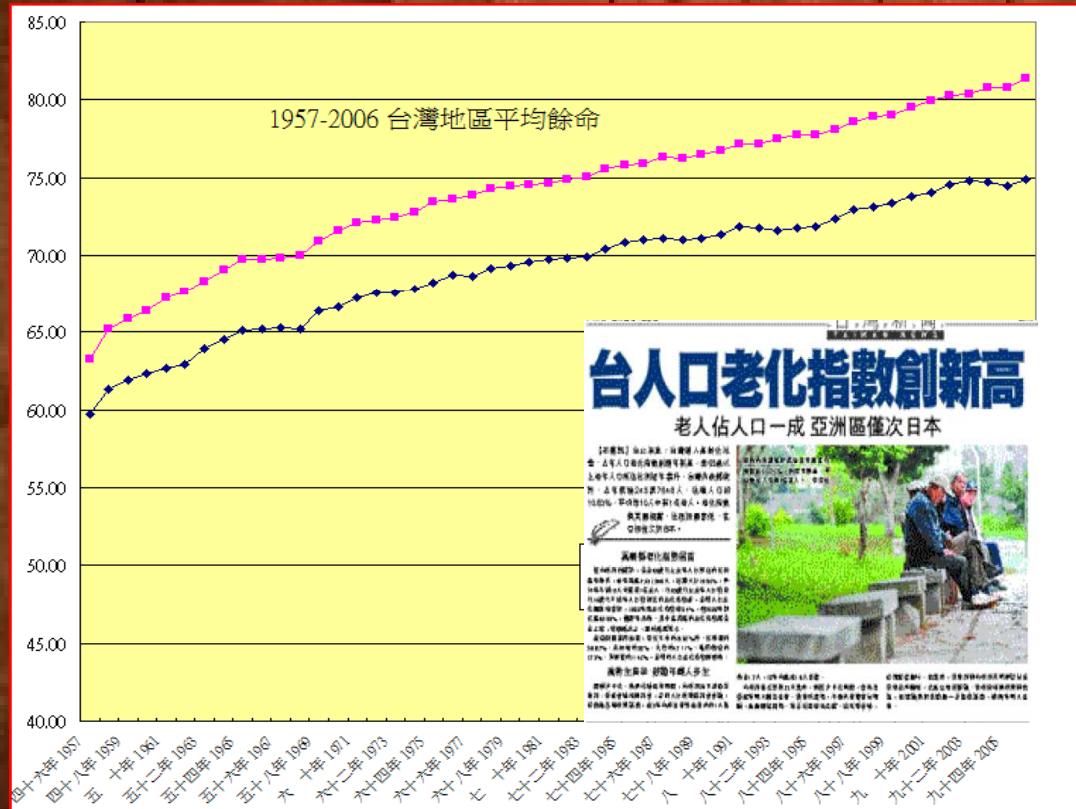


# 中醫藥就醫用藥-高齡者篇2

中醫藥就醫用藥百分百、就是  
藥做到：**停、看、聽、選、用**  
專業

# 台灣人越來越長壽

2010.01.18 內政部統計資料



- 國人平均壽命  
**78.97歲**
- 女性平均壽命  
**82.46歲**
- 男性平均壽命  
**75.88歲**
- **要活的老  
也要活得  
好**

# 抗老化與中草藥

- **老化是正常現象**，包括頭髮變白、聽力視力變差、失眠健忘、頭暈耳鳴、腰膝酸軟、食慾不好吃一點點就飽等現象。**要能服老。**  
»
- 市場上常有宣稱抗老化的中藥勿自行購服，因人人體質不同、不同的藥物間該如何選用，則有賴正確的中醫師診斷及用藥。

# 中草藥的迷思

中草藥比較溫和？

見青就是藥？

中草藥抗老化沒有副作用？

藥不分中西，  
民眾應有「藥即是毒」的觀念

人參

靈芝

六味地黃丸

中草藥也有副作用，其蓄積性、  
毒性的潛伏期對高齡者尤其不可  
等閒視之

聰明做個用藥達人



# 中醫藥就醫用藥五原則- 停看聽選用

- ◆ **停**-停止不當看病、購藥及用藥行為
- ◆ **看**-看病請找合格中醫師診治，並應向醫師說清楚
- ◆ **聽**-聽專業醫藥師說明
- ◆ **選**-選購安全、有效中醫藥品
- ◆ **用**-用中藥時應遵醫囑講方法

# 中醫藥就醫用藥五原則- 停看聽選用



# <原則一> 停止不當看病、購藥及用藥行為

## 1.停止「急病亂投醫」

草藥偏方目前最大的問題  
缺乏大規模有系統的研究，  
民眾道聽途說就自行服用，  
就好像把自己當作白老鼠實驗，  
隨時面臨吃錯藥的危險。

## 2.停止「甲好逗相報」

每個人的體質不  
同，適合自己不見  
得適合別人



# 中醫藥就醫用藥五原則- 停看聽選用



<原則二>

看病請找合格中醫師診治，  
並應向醫師說清楚

## <原則二>**看病請找合格中醫師診治， 並應向醫師說清楚**

### 1.清楚的陳述症狀

不舒服的部位、情況、發生的時間...等

### 2.個人的特殊狀況

藥物過敏、飲食特殊情形

### 3.過去的病史

包括開刀、住院、醫學檢驗結果、有無蠶豆症及家族性疾病

### 4.主動告知醫師在家是否已先行服用藥物

包含藥品名稱、劑量及服藥時間

<原則二>**看病請找合格中醫師診治，**  
**並應向醫師說清楚**

## 5.目前正在使用的藥品

-包括西藥、維他命、健康食品

## 6.其他特殊注意事項

-有些藥品吃了之後會想睡覺，可能會降低您的  
注意力及應變反應。

中醫對老化疾病患者之治療及調理，須先經詳細之診  
斷、辨證論治，再考慮藥物的性味、功用、主治、劑  
量、配合禁忌，最後才能給予處方。

為保障自己身心健康，符合用藥安全，民眾不宜自行購買中藥服用

# 中醫藥就醫用藥五原則- 停看聽選用

<原則三>

**聽**專業醫、藥師說明

## <原則三> 聽專業醫藥師說明

- 以阿茲海默氏病（Alzheimer's disease）為例
- 臨床上有四個比較重要的徵候

記憶障礙：忘記新近發生的事，但是記得古早的事。

認知障礙：對人、事、時、地、物無定向感。

人格障礙：情緒不穩、易怒，缺乏原有之道德與倫理的標準。

精神障礙：幻覺、妄想、行為異常等。

- 中醫在健忘方面的診治因人因症而不同；常用來改善失智症的單味中藥也有異

用藥之前務必請教醫師或藥師

# 中醫藥就醫用藥五原則- 停看聽選用

<原則四>

**選**購安全、有效中醫藥品



## <原則四>選購安全、有效中醫藥品

### 1. 中藥不良反應的通報範圍

1. 中藥製劑
2. 飲片
3. 中醫使用之醫療器材



全國中草藥不良反應通報中心 長庚紀念醫院中醫醫院  
電子郵件：[tcmadr@adm.cgmh.org.tw](mailto:tcmadr@adm.cgmh.org.tw)  
電話：(03)-319-6200 ext. 2676; 2677  
地址：桃園縣龜山鄉333舊路村頂湖路123-1號B1

## 2. 選擇正確的地點購買中藥

中藥局、中醫院診所等合格人員提供服務  
及有品質保證的地點選購

避免到旅遊地點、攤販等非合格地點及人員

## 3. 知道用藥原因及如何選購

正確中藥或食品

**若有問題歡迎向地方衛生機關  
及相關政府機構檢舉**



# 中醫藥就醫用藥五原則- 停看聽選用

<原則五>

用中藥時應遵醫囑講方法

大仁科技大學  
關心您

- 感謝聆聽



祝你  
心想事成



大仁科技大學  
助理教授  
洪明吉  
opium20111205@  
gmai l. com