



 桃園市政府衛生局  
Department of Public Health, Taoyuan

 桃園市政府教育局  
Department of Education, Taoyuan

桃園市藥師公會  
Tao Yuan Pharmacist Association

桃園市龍潭區潛龍國民小學

# 正確用藥講座



講座日期: 113 年 8 月 27 日

舉辦地點: 潛龍國小

講師: 吉康生活藥局 楊嘉慶藥師

桃園市藥師公會 顧問

中央大學哲學所博士生

新生醫專醫保科兼任教師



衛生福利部  
Ministry of Health and Welfare  
促進全民健康與福祉



衛生福利部中央健康保險署  
NATIONAL HEALTH INSURANCE ADMINISTRATION,  
MINISTRY OF HEALTH AND WELFARE



桃園市政府衛生局  
Department of Public Health, Taoyuan



桃園市政府教育局  
Department of Education, Taoyuan

# 珍惜健保資源講座



桃園市龍潭區潛龍國民小學

講師: 吉康生活藥局 楊嘉慶藥師  
桃園市藥師公會 顧問  
中央大學哲學所博士生  
新生醫專醫保科兼任教師

# 個人學經歷

- 武陵高中
- 中國醫藥大學藥學系
- 台灣大學法律學分班
- 台大輔助暨整合療法研習班
- 政大法研所在職專班碩士
- 中央大學哲學所博士班
- 桃園市醫療資源暨公共衛生諮詢委員
- 新生醫專醫保科兼任教師
- 曾任藥師全聯會公益委員會主委
- 曾任桃園市藥師公會常務理事  
煙毒暨法規委員會主委
- 曾獲總統召見反毒有功人士  
(全國唯一藥師)
- 2013年桃園縣 青年創業楷模
- 2024年桃園市優良醫事人員獲獎



# 神農小學堂 十大核心議題

一、正確用藥

二、中藥

三、全民健康保險

四、健康促進

五、疾病管制

六、食品安全

七、心理健康促進

八、毒品及藥物濫用防制

九、衛生教育

十、長期照護暨醫療照護

# 正確用藥 五大核心能力





# 正確用藥教育 教師專業培訓課程

活潑且專業的用藥教育，保障健康



# 課程目標

1. 理解藥品分類與取得途徑。
2. 強調藥品安全使用的重要性。
3. 認識藥物交互作用與保存方法。
4. 應對藥物過敏與副作用。



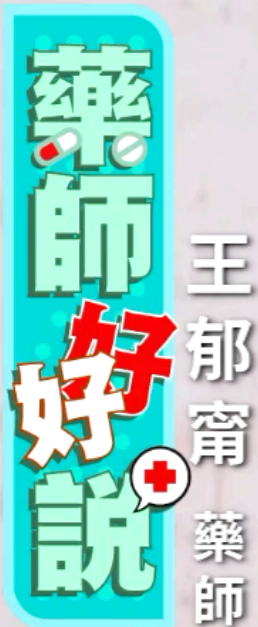
# 藥品的分類與取得

1. 台灣藥品的分級制度：  
處方藥、指示藥、成藥。
2. 合法藥品的取得途徑：  
健保特約藥局、醫院。
3. 新聞案例：  
近期不法商家販賣假藥品的案例，強調正確取得藥品的重要性。

羅氏鮮減肥藥有副作用？藥局可以買到醫師處方的減肥藥？

ft.王郁甯藥師 | 藥師好好說 EP3 精采片段2

<https://www.youtube.com/watch?v=z1uBN7aVgEY> 2024年6月18日



# 台灣的正式的減肥藥-羅氏鮮 + 善纖達2022 / 11 / 25

<https://doctorfit.com.tw/doctors-articles/saxenda-orlistat/>



原美學診所  
L'ORIGINE CLINIC

## 減肥藥物比較

| 名稱    | Xenical® (羅氏鮮)                                    | Saxenda® (善纖達)   | <del>Belviq® (沛麗婷)</del>  |
|-------|---|--|---|
| 藥品    | Orlistat  | Liraglutide  | Lorcaserin  |
| 機轉    | <b>抑制脂肪吸收</b><br>1. 抑制脂肪分解酶作用<br>2. 阻斷油脂消化，減少熱量吸收 | <b>抑制食慾</b><br>1. 抑制胰臟 $\alpha$ 細胞分泌升糖素<br>2. 延遲胃排空速度，降低食慾 | <b>抑制食慾</b><br>1. 刺激位血清素 5-HT <sub>2C</sub> 接受器<br>2. 活化食慾抑制神經元，增加人體飽足感 |
| 使用方式  | 口服  | 針劑<br>(口服藥尚未於台灣通過)   | <b>已經下架</b>   |
| 常見副作用 | 油斑(沾褲)、胃脹氣及排氣、急便、油便、排油、排便增加及排便失禁等。                | 反胃、嘔吐、腹部不適、腹瀉、便秘、消化不良等。                                    | 頭痛、噁心，少數有背痛、上呼吸道感染等。  |

# 超夯「瘦瘦針」嚴重副作用！女吐到食道裂出血

<https://www.youtube.com/watch?v=mTgbgZuyodU> 2024年6月11日



不能不知道



瀋陽

19-32

19:19:38

## 超夯"瘦瘦針"嚴重副作用! 女吐到食道裂出血

交通平權 台北飛台東比澳門還貴 立委:保障居民座位.優惠

<https://exdep.edah.org.tw/bmi/index.php/>

[2020-12-04-06-53-37/2021-02-15-03-20-14?showall=1](https://exdep.edah.org.tw/bmi/index.php/2020-12-04-06-53-37/2021-02-15-03-20-14?showall=1)

義大國際減重暨糖尿病手術中心

## 藥物輔助治療

台灣食藥署目前核准上市，且已通過美國食品藥品監督管理局 (U.S. Food and Drug Administration, FDA) 認可的減重藥物只有兩種：Orlistat(XENICAL®)及 Liraglutide(Saxenda®)。



羅氏鮮的標準處方劑量是一天三次，一次口服120mg，建議隨餐服用 或最遲於飯後一小時內服用，若不進食或當餐無攝取任何油脂則可省略服用。由於 羅氏鮮在減少油脂吸收的同時可能影響脂溶性維生素（維生素 A、D、E、K、β 胡蘿蔔素）的吸收，建議長期使用者可在服用羅氏鮮後至少2小時或睡前補充綜合維生素。

對於慢性吸收不良症、膽汁鬱滯及已知對此藥物成分過敏者禁止服用。

## 合法藥物-Liraglutide善纖達(Saxenda®)

2014年通過FDA認證的減重藥物，2020年台灣食藥署核准上市，主要成分是 Liraglutide，善纖達適用於18歲以上族群且初始身體質量指數(BMI)  $30 \text{ kg/m}^2$ ，或  $27 \text{ kg/m}^2$  至  $<30 \text{ kg/m}^2$  合併至少有一項體重相關共病。

根據臨床試驗的結果，使用Liraglutide 3.0mg每日注射一次並搭配飲食及運動控制後，大約50%的受試者體重減輕了5%，比使用安慰劑及純粹節食運動效果更好。若治療 12週後，病人初始體重並未減輕至少5%，應停止善纖達治療。

使用方式為皮下注射，一天一次，可在餐前或餐後使用，不限白天或晚上，注射劑量建議從0.6→1.2→1.8→2.4→3.0mg慢慢往上調整，讓身體得已逐漸適應以減少胃腸不適感。常見的副作用包括噁心（39.3%）、腹瀉（20.9%）、便秘（19.4%）嘔吐（15.7%）、頭痛（13.6%）等。對於甲狀腺惡性腫瘤/多發性內分泌惡性腫瘤(或家族史)者禁止使用。

<https://exdep.edah.org.tw/bmi/index.php/2020-12-04-06-53-37/2021-02-1showall=1>

## 藥物輔助治療

台灣食藥署目前核准上市，且已通過美國食品藥品監督管理局 (U.S. Food and Drug Administration, FDA) 認可的減重藥物只有兩種：Orlistat(XENICAL®)及 Liraglutide(Saxenda®)。



羅氏鮮的標準處方劑量是一天三次，一次口服120mg，建議隨餐服用 或最遲於飯後一小時內服用，若不進食或當餐無攝取任何油脂則可省略服用。由於 羅氏鮮在減少油脂吸收的同時可能影響脂溶性維生素（維生素 A、D、E、K、β 胡 蘿蔔素）的吸收，建議長期使用者可在服用羅氏鮮後至少 2小時或睡前補充綜合維生 素。

對於慢性吸收不良症、膽汁鬱滯及已知對此藥物成分過敏者禁止服用。

|                  | Orlistat<br>(XENICAL®)<br>羅氏鮮 | Liraglutide 3.0mg<br>(Saxenda®)<br>善纖達 |
|------------------|-------------------------------|--|
| 藥物機轉             | 胰脂酶抑制劑                        | GLP-1 受體促效劑                            |
| 使用頻次             | 一天三次                          | 每天一次                                   |
| 使用方式             | 口服                            | 皮下注射                                   |
| 體重差異<br>(與安慰組比較) | -1.9kg (52 週)                 | -5.8kg (52 週)                          |
| 體重下降>5%          | 28.0%                         | 73.0%                                  |
| 體重下降>10%         | 14.0%                         | 37.0%                                  |
| 體重下降>20%         | 9.3%                          | -                                      |
| 副作用              | 油便、排便次數增加、油狀污漬、忍不住的便意、腹脹      | 噁心、腹瀉、便秘、嘔吐、頭痛                         |

# 藥品的安全使用

1. 正確服藥方法：依醫囑服藥，遵循最低有效劑量原則。
2. 避免自行調整藥物劑量或停藥。
3. 新聞案例：近期報導某些患者自行停藥後導致病情惡化，強調依從性的重要性。

# 三高患者沒服藥卻年買40萬保健品吃 中風險癱瘓 | TVBS新聞

@TVBSNEWS01 2024年5月15日

<https://www.youtube.com/watch?v=a1c90nQye9o>

TVBS新聞台 HD



更多新聞在這裡

## 三高患者沒服藥卻年買40萬保健品吃 中風險癱瘓

掌握新聞脈動 ▶ 訂閱TVBS NEWS 頻道



# 藥物交互作用與保存方法

1. 常見的藥物交互作用，保存藥品的最佳方式（如乾燥陰涼處）。
2. 新聞案例：某些食品（如葡萄柚）與藥物的交互作用，展示實際案例。

# 中秋吃柚子藥注意！



服用下列藥物者，應盡量避免食用柚子。  
或僅能少量食用，且與藥品間隔至少12小時以上，影響較低。

| 分類                      | 舉例  | 與柚子/葡萄柚併用結果                           |
|-------------------------|---|---------------------------------------|
| 1<br>降血脂藥               | Atorvastatin<br>Lovastatin<br>Simvastatin           | 交互作用可能導致肌肉病變、<br>橫紋肌溶解症，<br>甚至發生急性腎衰竭 |
| 2<br>降血壓藥<br>(鈣離子通道阻斷劑) | Felodipine<br>Nifedipine<br>Verapamil<br>Amlodipine | 可能造成血壓過低、心跳過快，<br>嚴重時可能導致缺血性心肌梗塞      |
| 3<br>鎮定安眠藥              | Diazepam<br>Midazolam<br>Triazolam<br>Buspirone     | 提高藥物血中濃度，<br>增加暈眩和嗜睡的可能               |

# 中秋吃柚子藥注意！



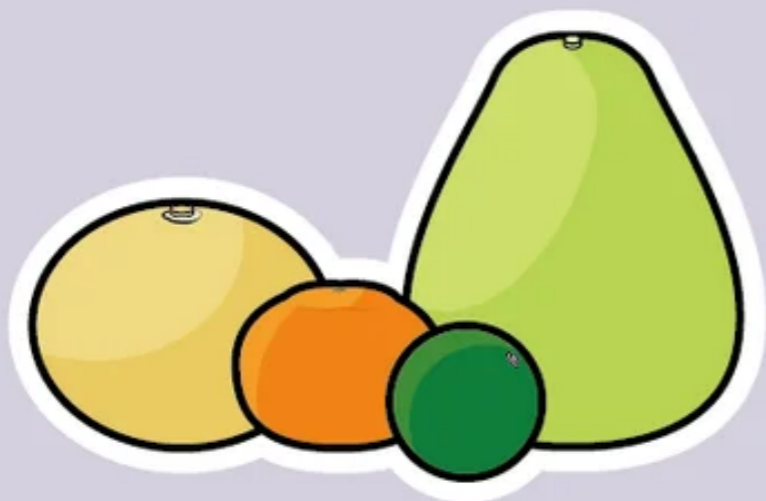
服用下列藥物者，應盡量避免食用柚子。  
或僅能少量食用，且與藥品間隔至少12小時以上，影響較低。

| 分類          | 舉例            | 與柚子/葡萄柚併用結果          |
|-------------|---------------|----------------------|
| 4<br>抗凝血藥   | Warfarin      | 增加出血風險               |
| 5<br>免疫抑制劑  | Cyclosporin   | 可能感到噁心、頭痛、麻痺、抽筋、腎毒性等 |
| 6<br>抗心律不整藥 | Amiodarone    | 心室節律失調、肝功能障礙等        |
| 7<br>抗癲癇藥   | Carbamazepine | 藥物血中濃度增加，提高不良反應風險    |

服血壓藥不能吃柚子 這些飲品也不能混某種藥吃

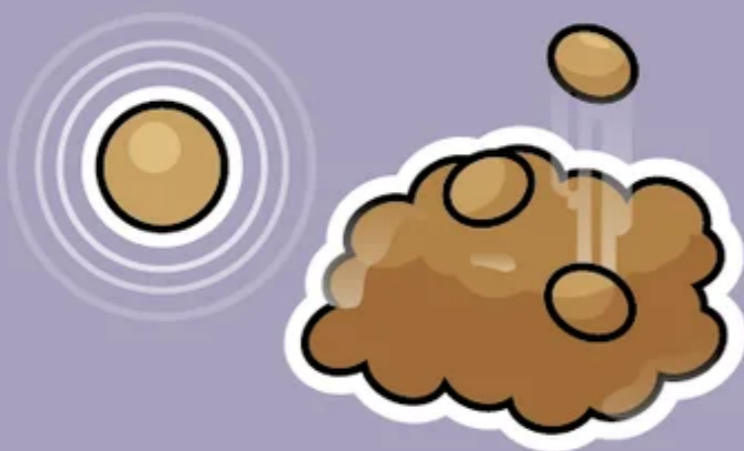
2021-09-02 15:21:17 聯合報 / 記者劉明岩 / 彰化即時報導

[https://health.udn.com/health/story/6012/5717619?from=udn-catenewnews\\_ch1005](https://health.udn.com/health/story/6012/5717619?from=udn-catenewnews_ch1005)



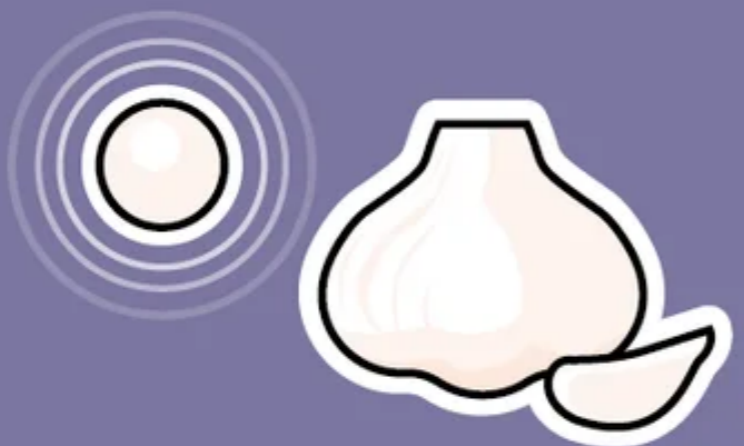
## 柚子、柑橘類水果

正在服用**降血壓藥品**的民眾，應避免與柚子、柑橘類水果**同時服用**。



## 高濃度納豆萃取物

因含大量維生素K，可能會影響**抗凝血藥品**的作用，**服藥期間**應避免食用。



## 高濃度大蒜萃取物

與**抗凝血藥品**併服時，則可能會增加出血的藥品副作用，**服藥期間**應避免食用。

茶

含單寧酸、茶鹼，  
不利藥物吸收！



咖啡

含咖啡因，  
不利藥物吸收！



啥咪?!

小叮嚀：  
還是用白開水配藥吃最好喔！

這4種飲料不能配藥吃

牛奶

有中和作用，  
影響藥效！



果汁

影響藥物代謝及藥效  
(可能造成效果變差或增強)



[https://  
www.facebook  
.com/  
tfda2014.tw/  
photos/  
a.1428910944  
059346/17454  
66645737106/  
?type=3](https://www.facebook.com/tfda2014.tw/photos/a.1428910944059346/1745466645737106/?type=3)

# 藥物過敏與副作用的應對

1. 常見藥物過敏反應及應對措施。
2. 如何識別副作用並及時就醫。
3. 新聞案例：某患者因藥物過敏未及時處理，導致嚴重後果，強調快速反應的重要性。

# 夏季吃藥得當心！藥師：「感冒.過敏藥」恐增中暑風險

@newsebc 2024年7月6日

<https://www.youtube.com/watch?v=4GHuHNF2o8w>

酷暑高溫服藥當心

CBC 東森新聞 HD

最新  
午後豪大雨影響  
松機停地面作業

台北

CBC NEWS | 下載APP看直播 |



# 正確用藥教育的推廣

1. 如何將正確用藥知識傳達給學生與家長。
2. 利用多媒體與社交平台推廣用藥安全。





# 中藥教育與安全使用 ——教師專業培訓課程

深度了解中藥，安全使用中藥



# 課程目標

1. 了解中藥的基礎知識。
2. 強調中藥的安全使用與取得。
3. 識別中藥與西藥的交互作用。
4. 普及中藥保存方法與副作用應對。

# 中藥的基礎知識

1. 中藥的歷史與現代應用：從古至今的發展與變遷。
2. 中藥的分類：草本藥材、動物藥材、礦物藥材等。
3. 中藥的使用方法：煎煮、泡水、研粉等不同使用方式。

全台唯一中藥系停招?中醫大駁斥僅調整系所 憂心畢業後出路 中藥師

無照可考就業沒保障 | 非凡財經新聞 | 20231218

<https://www.youtube.com/watch?v=JVQj8gkL7Co>

非凡新聞 HD



非凡新聞

更多相關新聞 請上非凡新聞官方網站

# 中藥的安全使用與取得

1. 合法中藥取得：如何從合格的中醫診所或藥局取得中藥。
2. 避免購買來路不明的中藥：識別不合格中藥的常見特徵。
3. 使用中藥時的注意事項：劑量控制、使用時間等。

# 食品添加中藥材衛福部擬分類設限納管

<https://www.youtube.com/watch?v=IhImZVARqWM>



百合 銀耳 食品原料用途  
山藥 紅棗 安全性高



當歸 黃耆 僅限茶包型態  
肉桂 決明子 非直接食用



五味子 丹參 需限1日  
番瀉 苦橙 食用量

## 食品添中藥材 擬分類設限納管

台視新聞 HD



# 中藥與西藥的交互作用

- 常見的中藥與西藥交互作用：如人參與抗凝血藥物的相互影響。
- 如何避免中藥與西藥的衝突：應告知醫師正在使用的所有藥物。
- 中西醫結合治療的原則與實踐。

中、西藥可一起吃嗎？可以搭配咖啡或茶嗎？【林芷瑜 中醫師】

[https://www.youtube.com/watch?v=dVI1CG\\_yE0A](https://www.youtube.com/watch?v=dVI1CG_yE0A) 2023年9月16日



大家好我是中醫師林芷瑜



# 中藥的保存方法與副作用應對

- 中藥的正確保存：防潮、避光、遠離高溫的保存原則。
- 如何處理過期或變質的中藥：安全丟棄或回收處理。
- 中藥的常見副作用與應對措施：如某些中藥引起的過敏反應。

# 中藥教育的推廣與實踐

- 如何在校園內推廣中藥知識：利用校園宣傳、講座等形式。
- 針對不同年齡段的學生設計中藥教育活動：讓中小學生了解中藥的基礎知識。
- 與家長合作推廣中藥安全使用：家校合作的方式與策略。



ChatGPT 4o ▾

# 全民健保教育與實務應用 教師專業培訓課程

深度理解健保制度，保障健康權益



# 課程目標

1. 了解全民健保的基本概念與運作。
2. 強調健保資源的有效利用。
3. 認識慢性病管理與健保的應用。
4. 普及健保卡的功能與正確使用。

# 全民健保的基本概念與運作

1. 全民健保的歷史背景：台灣健保制度的發展與現狀。
2. 健保的基本架構與服務範圍：涵蓋門診、住院、藥物、檢查等多項服務。
3. 健保費用與資源分配：費用計算方式與資源分配原則。

總統憂健保點值固定恐破壞制度 添醫療浪費 2024年7月15日

<https://www.youtube.com/watch?v=uhYARZZTVic>

台視新聞HD



黃金現

▲ 1.80

2412.41

13:17:08

立院協商健保點值每點1元 總統喊話:再三思

維安疏失 川普遇襲維安大漏洞 "完美制高點"無人防守

# 健保資源的有效利用

1. 健保資源的合理利用：避免不必要的醫療服務與檢查。
2. 常見的健保資源浪費行為：如不必要的多次就診、重複開藥等。
3. 如何教導學生及家長有效利用健保：針對實際需求選擇合適的醫療服務。

350萬美金的藥值得嗎？血友病將能被徹底治癒？天價藥Hemgenix問世！  
[https://www.youtube.com/watch?v=5\\_iDQhV04s4&t=210s](https://www.youtube.com/watch?v=5_iDQhV04s4&t=210s) 2023年2月13日



350 萬美金史上最貴藥

血友病基因療法



# 世上最貴的藥——血友病基因療法 PanSci · 2023/02/25



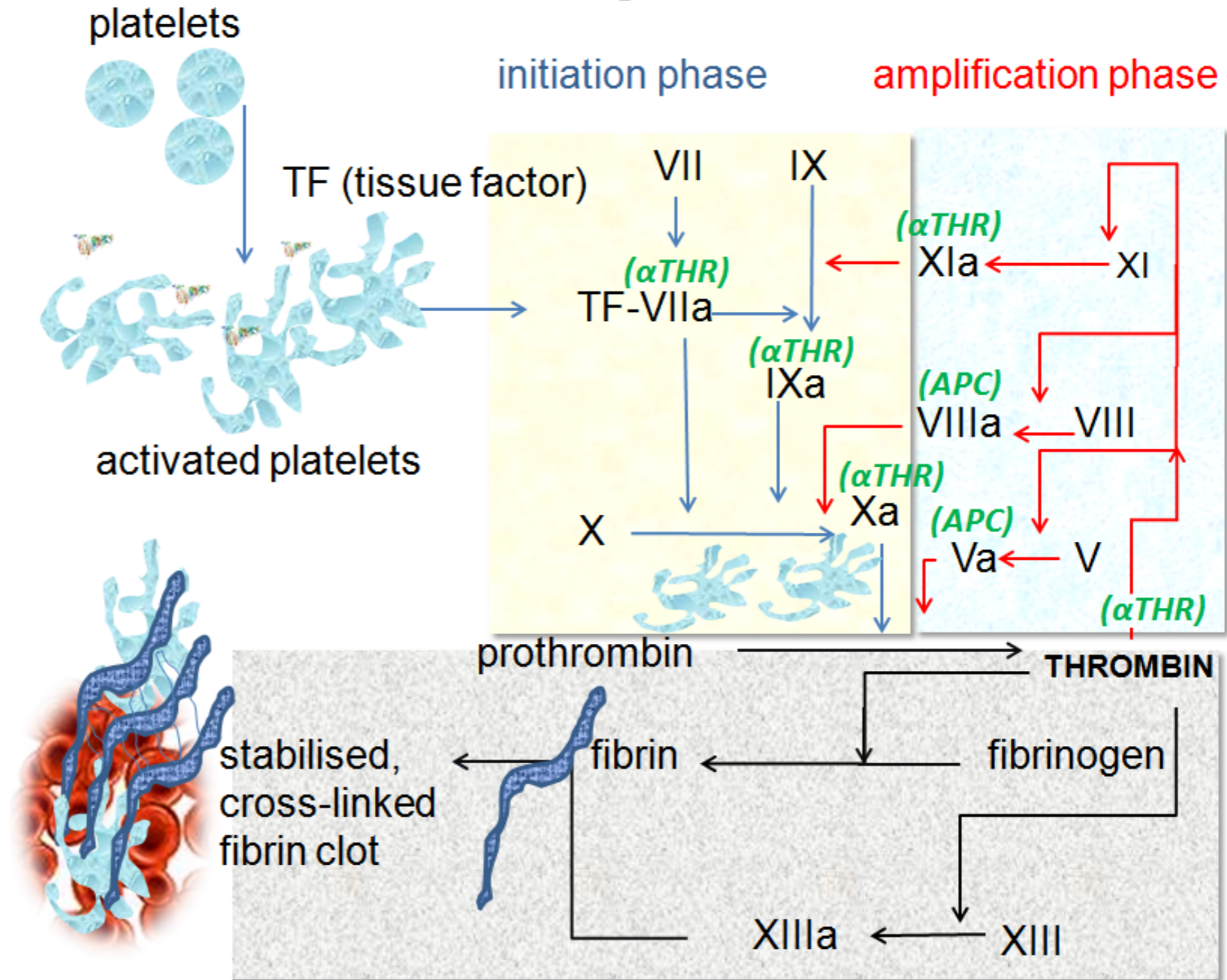
<https://pansci.asia/archives/362193>

## 350萬美元其實並不貴？

現有的療法昂貴、耗時、效果有限、而且還得忍受一輩子。於是新療法出現了！

美國食品藥物管理局 (US Food and Drug Administration) 在 2022 年 11 月批准了一種治療血友病的新藥——Hemgenix：為一種基因療法，透過改造過的腺相關病毒 AAV，將基因運送到患者的肝臟細胞後，就能靠自己製造出凝血因子 IX，讓中重度 B 型血友病患者恢復凝血功能，同時兼顧安全性跟有效性。

## Blood coagulation *in vivo*



血友病新藥1劑1億元 健保署評估納健保 【最新快訊】 2024年8月19日

<https://www.youtube.com/watch?v=Qk392SEGJr4>



最新  
台南民宅瓦斯氣爆  
1男子遭灼傷送醫

資料畫面

台北

記者 陳麗亭

最新

血友病新藥1劑1億元 健保署評估納健保

09:37:30

自由時報 基隆5個月女嬰 疑遭市府系統媒合保母施虐

# 慢性病管理與健保的應用

1. 慢性病的管理與健保支持：健保提供的慢性病管理資源，如連續處方箋。
2. 健保卡在慢性病管理中的角色：方便藥物調劑與用藥記錄的查詢。
3. 如何協助學生及家長理解並有效利用健保資源進行慢性病管理。

1121214全民健康大躍進 智慧健保來相挺 2023年12月15日

<https://www.youtube.com/watch?v=-YcuY0Gs0hs>



衛生福利部中央健康保險署  
National Health Insurance Administration,  
Ministry of Health and Welfare

全民健保

National Health Insurance (NHI)

# 健保卡的功能與正確使用

1. 健保卡的基本功能：就醫、領藥、檢查記錄等多元應用。
2. 健保卡的正確使用與保管：避免遺失、保護個人健康資訊。
3. 如何處理健保卡相關問題：如卡片遺失、資訊更新等。

# 全民健保教育的推廣與實踐

1. 如何在校園內推廣全民健保知識：利用校園宣傳、講座等形式。
2. 針對不同年齡段的學生設計全民健保教育活動：讓中小學生了解健保的基礎知識。
3. 與家長合作推廣健保資源的有效利用：家校合作的方式與策略。



**RIGHT WAY**

Right Way



Right Way



萬物の振動 物理實驗 集體共振力量

Benefit Group Meditation vs abundance

<https://www.youtube.com/watch?v=qLdKwg0Re2g>



メトロノーム同期 (32個)

Synchronization of thirty two metronomes

2012年09月14日, 池口研究室前廊下にて撮影

Filmed at Ikeguchi Laboratory, on September 14, 2012.

Made with  
VideoShow