

飲酒與進補 用藥安全 OK?

每逢歲末年初聚餐，滿是美酒佳餚，甚至還有暖呼呼的中藥補湯；但千萬別忽略藥袋上的叮嚀。酒精、食物與藥物的「隱形碰撞」，輕則讓藥效打折，重則產生毒性，為大家整理「聚餐用藥安全全攻略」供參。

首先，眾人以為吃藥與喝酒錯開兩小時就安全，其實是常見誤區！酒精會影響肝臟代謝，藥物甚至會受酒精「牽絆」在體內停留數天；研究顯示，高達 45% 的常用藥物會與酒精產生交互作用。

聚餐常見的「酒精地雷」藥物有止痛退燒藥（如：乙醯胺酚）與酒精併用會顯著增加肝毒性風險；消炎止痛藥（如布洛芬）搭配酒精易引發胃出血或胃潰瘍；酒精會放大身心科與安眠藥的鎮靜作用，導致嗜睡、暈眩甚至呼吸抑制，應嚴格避免駕車；特定抗生素（如甲硝唑）併用酒精會引起嘔吐、心悸等強烈的「類戒酒反應」，停藥後，24 小時內應滴酒不沾。

其次，台灣人愛進補，但慢性病患者若隨意混用中藥或保健食品，風險極高。如：紅麴成分與西藥「司汀類」降脂藥相似，併用會加倍肝毒性與橫紋肌溶解症（症狀為肌肉無力、痠痛）的風險。服用

抗凝血藥者，應避開當歸、丹參、川芎、紅花；這些中藥會增強藥效，大幅增加鼻血、皮下瘀青甚至腦出血的危險。甘草常出現在中藥方劑，長期大量使用會造成鈉滯留與低血鉀，導致血壓升高或心律不整。

除了酒精，食物也會影響藥物吸收：高油脂大餐會使血糖與血脂控制不穩，甚至改變藥物吸收；高鈣、高纖食品（如乳製品、燕麥）可能吸附抗生素或甲狀腺素，建議與藥物錯開 2 - 4 小時。此外，請務必以白開水送服，避免用茶、咖啡、果汁或運動飲料配藥，減少交互作用。

最後，聚餐前確認藥袋，標註「避免飲酒」或「影響精神」的藥品務必遵守；欲服用中藥或保健食品前，請先告知醫師或藥師現有的西藥清單；聚餐後若有異常瘀青、解黑便、肌肉無力或極度嗜睡，應立即停藥並就醫。

用藥安全不打折，聚餐才能更盡興！如有疑問，歡迎隨時諮詢藥師。

（文 / 藥學部 藥師 毛志民）



聽歌學藥

2026 高雄榮總 新年快樂 賀年詩

高耕生醫勤創新年
雄深策馬開豐年
榮達首當良善快
總傳領先效能樂