

Kashsiung Verenns General Hospital Drug Bulleton

2013年十月第22卷第10期



No. 133



2013年十月第22卷第10期











本期内容

用藥安全資訊

Fluoroquinolones可能讓神經受損

□服Ketoconazole傷肝 用藥前請評估利大於弊?

使用Everolimus等免疫抑制劑藥品 留意染B肝

藥物諮詢問答

如何自行上網查健保事前審查進度?

醫藥焦點新聞

藥師執業處所限制案,釋憲前後的變與不變?

限執業處所違憲算是一顆震撼彈嗎?

北醫藥學世界排名台灣第2、QS世界排行前兩百大

高榮藥品異動

藥劑部大事紀

藥師藝文園地

專業重要 笑臉加分!?

抗生素推廣標章參選作品

藥師是最理想工作?

藥物劑量標示 毫克正名

遊必有方,何必僅限國內?

狂犬病預防順口溜

民眾教育藥文

心血管病患 吃柚要節制

1991年10月創刊

出版年月/2013年十月

出版機關/高雄榮民總醫院

發 行 人/ 莫景棠

總編輯/曾碧萊

編輯委員/李建立、劉宇祥

江妮娜、陳淑梅

李季黛、陳妙婷

孫憲龍、毛志民

出刊頻率/月刊

版面設計/毛志民

電話 07-3422121轉6104

網址 www. vghks. gov. tw/ph

政府出版統一編號:

GPN 4908100246

ISSN 2227-2151

封面攝影/毛志民



黃色小鴨入港都

高雄光榮碼頭

I. 用藥安全資訊

I.1. Fluoroquinolones 可能讓神經受損 (毛志民藥師)

8月15日,美國FDA發布含Fluoroquinolone類抗微生物製劑(Levofloxacin, Ciprofloxacin, Moxifloxacin, Norfloxacin, Ofloxacin, Gemifloxacin)可能造成永久性的神經損傷之風險。

這嚴重神經損傷風險可能發生於使用此類藥不久後,便造成永久性的傷害;但僅發生於此類藥之口服或注射劑型,還不知眼用、耳用外用劑型與此風險是否有關。

參考資料:

Fluoroquinolone Antibacterial Drugs: Drug Safety Communication- Risk for possibly permanent nerve damage [2013/08/15]

Fluoroquinolones 藥品安全資訊風險溝通表 [2013/09/06]

I.2. □服 Ketoconazole 傷肝 用藥前請評估利大於弊? (毛志民藥師) 7月26日,針對含 Ketoconazole 成分□服劑型藥品之肝臟損傷風險,美國 FDA 將限縮使用,而歐盟 EMA 則將暫停販售 (suspend)。

歐盟 EMA 認為含 Ketoconazole 成分口服劑型藥品之肝臟損傷風險大於其治療黴菌感染之效益,建議含此成分口服劑型藥品停售。美國 FDA 針對此成分口服劑型藥品潛在可能致命之肝臟損傷風險,要求限縮該藥品之使用;不可作為治療任何黴菌感染之第一線用藥,只可用於其他抗黴菌藥品治療無效時或無法耐受之特定黴菌感染(包括 blastomycosis,

chromomycosis, coccidioidomycosis, histoplasmosis, 及

paracoccidioidomycosis), 並要求該藥品仿單於警語等處加註相關內容:

- 肝臟損傷: Ketoconazole 可能會引起導致肝臟移植或死亡之肝臟損傷。具急慢性肝臟疾病之病人列為禁忌使用。
- 2. 建議需於服藥前及服藥期間定期監測及評估病人之肝功能。
- 3. 應盡量避免併服其他具肝毒性藥品及酒精。
- 4. 腎上腺問題:Ketoconazole 可能會降低體內 Corticosteroids 的產生而 引起腎上腺功能不全。
- 有腎上腺異常或長期處於壓力情況(如剛開完刀或加護病房照護之病人)之病人,於服藥期間需監測其腎上腺功能。

6. Ketoconazole 與其他藥品產生交互作用而產生危及生命的結果,例如 心律不整。

同成分外用劑型因其經皮吸收的程度較低,歐盟認為可保留於市場;美國 FDA 也說明 Ketoconazole 外用劑型藥品不會造成上述相關問題。 參考資料:

- 1. <u>European Medicines Agency recommends suspension of marketing</u> authorisations for oral ketoconazole[2013/07/26]
- Nizoral (ketoconazole): Drug Safety Communication Potentially Fatal Liver Injury, Risk of Drug Interactions and Adrenal Gland Problems [2013/07/26]
- 3. Ketoconazole 成分藥品口服劑型安全資訊風險溝通表 [2013/08/30]
- I.3. 使用 Everolimus 等免疫抑制劑藥品 留意染 B 肝 (毛志民藥師) 藥物不良反應通報中心接獲疑似使用 everolimus 藥品發生急性肝炎之通報案件,且發現該個案有 B 型肝炎病毒感染之情形。鑒於慢性肝炎為國人重要疾病,故本署提醒醫療人員及民眾注意使用 everolimus 或其他免疫抑制劑藥品(如: TNF-alpha blockers、rituximab等),應注意發生 B 型肝炎病毒感染或再活化之風險。

用藥前,應先瞭解病人是否具肝炎帶原情形(宜測試血清 HBsAg、anti-HBc、anti-HCV 等)。對於 HBV 再活化高風險者(HBsAg+或HBsAg-/anti-HBc+)必須使用具有強烈免疫抑制藥品時,用藥期間及治療結束後數月宜定期檢測肝生化值(ALT、GPT),並密切監視是否出現活動性肝炎之臨床症狀。

參考資料:

Everolimus 成分藥品安全資訊風險溝通表 [2013/08/30]

本主題節錄自衛生署發布之用藥安全資訊,以提醒本院同仁用藥時留意。當醫療人員或病患疑似因為使用(服用)藥品導致不良反應發生時,請立即於"<u>線上藥物不良反應通報系統</u>"通報,本院藥物不良反應相關訊息請參考<u>藥劑部網頁</u>。

II. 藥物諮詢問答

II.1. 如何自行上網查健保事前審查進度?(毛志民藥師)

特殊的人工水晶體、骨髓移植、各種癌症標靶藥物、人工髖關節、膝關



「事前審查」約有85%最終可獲健保給付,以去年的事前審查案件為例,

以各種人工水晶體、人工髖關節、膝關節等特殊醫療器材最多,第二名為失智症、癌症標靶藥物等藥品,第三名則是器官移植、骨髓移植等手術;過去只有主治醫師可以查詢進度,心急如焚的民眾只能問醫師,令彼此煩惱;健保署表示自然人憑證發證數至 102 年 8 月 18 日為止已超過372 萬張,此舉是確保資料傳輸安全、及時、方便之便民服務。

參考資料:

- 1. 健保便民服務 網路查詢事前審查案件進度。中央健康保險署新聞。 [2013/9/3]
- 2. 陳鈞凱。便民新措施-申請癌症標靶藥 健保付不付上網現可查。 [2013/9/3]
- 3. 魏怡嘉。健保事前審查 可上網查進度。自由時報。[2013/9/4]
- 4. 邱俐穎。健保事前審查核准否?民眾上網可查。中國時報。[2013/9/4] ※轉載自高雄榮總醫訊。2013;16(11):X。

III. 醫藥焦點新聞

III.1.藥師執業處所限制案,釋憲前後的變與不變? (毛志民藥師) 6月13日大法官就《藥師法》第11條藥師執業處所以「一處為限」之規 定是否違憲,召開憲法法庭成立以來第8次的言詞辯論庭。

藥師週刊針對此議題有完整的記錄。藥師公會全聯會 6 月 19 日在各大媒體刊登「致大法官的公開信」,表達堅守用藥安全立場。6 月 20 日召開「藥師對民眾的專業承諾,怎能失守?」記者會,共同呼籲應該力挺藥師法第 11 條,把關全民的用藥權。

理事長李蜀平另於 6 月 19 日第 11 屆第 12 次理監事會中表示,力挺藥師法第 11 條立法的精神,堅守一處執業,藥師應共同為全民的用藥安全把關,甚至不惜走上街頭抗爭到底。同日第 11 屆第 32 次常務理監事會、7 月 18 日召開第 11 屆第 33 次常務理監事會中,兩度對有人為了私利,讓全國藥師必須付出許多人力、時間及金錢,傷害及破壞藥師的專業表達遺憾。

7月31日司法院大法官會議作出釋字第711號解釋,宣告藥師法第11條違憲,「藥師只能在單一處所執業」的條文自7月31日起至2014年7月

意見回饋信箱

30 日後失效;大法官認為,藥師法應對「重大公益」或「緊急狀況」時, 設立「必要合理例外規定」,否則形成對職業自由不必要限制,違反憲法 第二十三條比例原則,及工作權保障等憲法意旨。

藥師公會全聯會 8 月 1 日召開因應會議,邀請律師及幹部緊急研商會議, 擬定對內及對外因應方針; 8 月 6 日召開大法官解釋藥師法第 11 條結論 因應小組暨法規委員會議,同日邀集各縣市理事長及數委員會主委,共 同研議大法官對藥師法第 11 條解釋之因應及討論修法內容等,積極展開 修法。

8 月 14 日全聯會第 11 屆第 34 次常務理監事會議中,李蜀平針對藥師法第 11 條大法官宣告違憲,認為是危機也是轉機,將與衛生福利部溝通,積極展開修法;8 月 20 日拜會衛生福利部常務次長許銘能,提出藥師法相關修法建議等四大訴求,期望給予支持,好讓藥師能用專業把關,為所應為的維護民眾用藥的品質與安全。

參考資料:

- 1. 「致大法官的公開信」-全聯會刊登媒體 表達堅守用藥安全立場。 藥師週刊第 1824 期。
- 2. 藥師法第 11 條釋憲爭議 全聯會召開記者會:藥師對民眾的專業承諾 怎能失守? 藥師週刊第 1824 期。
- 3. 藥師公會第 11 屆第 12 次理監事會 李蜀平: 一旦開放藥師多處執業 民眾用藥恐陷危機。藥師週刊第 1825 期。
- 4. 第 11 屆第 32 次常務理監事會:李蜀平:全民用藥安全是全國藥師責任。藥師週刊第 1827 期。
- 5. 9 月健保總額協商事關重大:李蜀平:全體理監事團結一致。藥師週刊第 1828 期。
- 6. 項程鎮、邱宜君、魏怡嘉。藥師限單一處所執業違憲。自由時報。 2013/8/1
- 7. 大法官第 711 號釋憲 後續說明。藥師週刊第 1830 期。
- 8. 針對藥師法第 11 條修法:全聯會成立專案小組因應·藥師週刊第 1830 期。
- 9. 全聯會再度召開因應小組會議:針對藥師法第 11 條積極展開修法。

藥師週刊第 1831 期。

- 10. 全聯會第 11 屆第 34 次常務理監事會議 李蜀平率幹部拚 100 分成績。藥師週刊第 1832 期。
- 11. 全聯會拜會衛福部 提四訴求。藥師週刊第 1833 期。
- ※轉載自 台灣藥學會資訊國際交流暨學習網

III.2. 限執業處所違憲算是一顆震撼彈嗎? (毛志民藥師)

限制藥師執業一處的濫觴源於民國 32 年國民政府所公布的「藥劑師法」(民國 68 年修正為藥師法)之第 9 條規定「藥劑師一人不得執行兩處藥房之業務」,時至今年,恰好經過 70 個年頭。

針對此番釋憲案結果及個人對臉書藥師友人們的反應觀察,讓我想起《孟子》「生於憂患,死於安樂」這你我耳熟能詳的名句;正好比一個人處於習以為常的環境和舉動,會對這種安樂的狀態中感到舒適並且沒有危機感,也就是所謂的「舒適圈」,走出舒適區會增加人的焦慮程度,從而產生應激反應,其結果會提升對工作的專注的程度。

釋憲案出爐前,對此議題表達意見的藥師們中,多數持反對開放一處執業的立場,對一旦開放多處執業所造成的負面影響憂心不已;確定違憲後,藥師們也勇於提出因應之道及看法,亦不乏正面思考良策。或許就結果而言,未必盡如人願,卻是值得我們修習的憲法課,從釋憲案的解釋文、理由書、意見書、聲請書等(網址)下載品讀,便能理解大法官們的思辨和論點,諸如陳新民大法官的「若無新變不為雄」,湯德宗大法官認為「一處執業」終不等於「親自提供專業服務」,難道沒有其他較能兼顧公益(維護國民用藥安全)及私權(藥師執行職業自由)的管理方法?此案實是藥師管理問題。

黃茂榮大法官以為限制規定之規範設計應當是:原則自由,在具體情形,例外加以限制;違憲是因為其未附以必要合理之例外規定,使藥師得在其他處所執業,對藥師執行職業自由,形成不必要之限制。葉百修大法官認為對於藥師「選擇工作及職業之客觀許可要件」之限制,應採取嚴格審查,即須為達成極重要之公共利益,手段須以唯一可達成該公共利益者,並與達成該公共利益具有緊密關聯性始足該當。

羅昌發大法官以為限制藥師於一處執業,使藥師執業地點選擇受更大限制,反而使部分地區更難獲得藥師服務,更遑論確保此等地區藥師之服務品質。且主管機關意欲以限制藥師於一處執業之方式確保人民之健康權,反易懈怠其尋求以更合適之方式確保藥師「親自」提供良好品質醫藥服務之職責;對藥師公會所多數意見未能趁此機會對於未經邀請而主動提供之意見之法律性質,作成前瞻及制度性決定,表示可惜。

孟子曰:「天將降大任於斯人也,必先苦其心志,勞其筋骨,餓其體膚,空乏其身,行拂亂其所為,所以動心忍性,增益其所不能。」釋憲案的這場震撼教育,至少讓更多默默做好份內事的藥師們起而關心這些切身的法律問題,對當下執業環境的丕變有著應變的能力與勇氣。

參考資料:

- 針對藥師法第 11 條之鑑定補充意見。中華民國藥師公會全國聯合會
 函。(102)國藥師平字第 1021079 號。2013/6/10
- 毛志民。藥師執業處所限制釋憲案:值得藥師修習的憲法課。藥師週刊電子報第1831期。
- 3. 黃大法官茂榮協同意見書
- 4. 葉大法官百修協同意見書
- 5. 陳大法官新民協同意見書
- 6. 羅大法官昌發協同意見書
- 7. 湯大法官德宗協同意見書
- 8. 蘇大法官永欽一部協同一部不同意見書
- 9. 陳大法官敏提出,林大法官錫堯、池大法官啟明、蔡大法官清遊、黃 大法官璽君加入之部分不同意見書
- ※轉載自 台灣藥學會資訊國際交流暨學習網
- III.3.北醫藥學世界排名台灣第 2、QS 世界排行前兩百大(毛志民藥師) 「今日北醫電子報」報導北醫「藥學與藥理領域排名」入 QS 世界排行第 150 名,此領域過去僅台大、陽明曾入榜。
- QS 是全球知名高等教育調查機構,依據學術同儕評比(Academic Peer Review)、雇主評比 (Employer Review)、平均論文被引用次數 (Citations

per Paper)以及 H 指標(Hirsch Index)等四個面向,針對世界所有知名 大學在 30 個學科的研究表現進行評比,選出在各個學科領域最好的 200 所大學。

除北醫藥學外,台大藥學也從 2012 年排名第 43 名進升為今年第 38 名,皆顯示兩所大學在「藥學與藥理領域」持續提升教學及研究的成果,受到國際肯定。誠如北醫閻雲校長表示,這次台灣擠進亞洲百大的大學共有 12 所,只有北醫大及長庚是私立學校,其餘均為國立大學,而北醫大僅次於台大、交大、清大、成大及陽明,高居國內第六名,同時也是私校第一名,這對沒有財團支持,也無國家經費補助的私立大學來說,是項難能可貴的成就。

參考資料: 1. QS pharmacy asia 2012; 2. QS pharmacy asia 2013;

3.今日北醫電子報 2013 年 6 月號

IV. 高榮藥品異動 (毛志民藥師整理)

狀態	藥名	狀態	藥名
新進藥品	AKuriT-3 Tab 150/75/275mg Rifampin+Isoniazid+Eth ambutol	新進藥品	Inlyta F.C.Tab 1mg (Axitinib)
新進藥品	Nebido Inj 1000mg (Testosterone)		

V. 藥劑部大事紀 (毛志民藥師整理)

日期	事項	
2013/09/25	恭喜毛志民藥師經評選為藥師公會全國聯合會「102 年度	
	藥師週刊金筆獎」	

VI. 藥師藝文園地

VI.1.1. 專業重要 笑臉加分!?(毛志民藥師)

日前媒體報導「沒笑臉不親切?醫護:專業才重要」,指北市研考會邀請經訓練取得「服務稽核管理師」證照的退休公務員,組成「市政神秘客」, 佯裝病患、家屬到聯合醫院各院區對醫院環境清潔、工作流程和服務態度做評分;結果是「戴口罩的醫護人員,表情緊繃、缺乏笑容。」如此「醫護人員沒笑臉不夠親切」結論,引發醫護人員不滿,認為專業和同理心才是最重要的。

服務業有一句「顧客永遠是對的」的老話。不過,礁溪老爺大酒店總經理沈方正的原則是,當顧客需求出於忠實反映感受,在不影響其他客人權益及正常經營的前提下,都要先認為顧客是對的,然後盡力傾聽、理解他的想法,再找出能滿足他的可行之道。

回顧近兩年有幸負責回應民眾客訴,發現民眾投書內容不再只是因為藥師配錯藥,或是讓民眾等候領藥太久,而是在投訴民眾的主觀感受上,覺得藥師沒有站在民眾這一邊,怠慢了民眾的需要,甚者損及權益,讓原本不舒服的身體,又多受了些折磨而滿肚子怨氣;其實,在醫院服務的醫療人員,需要時時刻刻專注所應做的份內事,不免神情緊繃,在溝通處理過程中,讓民眾適時理解醫療人員所承擔的重任是和人命攸關的,日後對於認真地為您診治的醫師、打針的護理師和配藥的藥師等醫療人員就可能多點包容。

醫療確實不是服務業,然而專業固然重要,應對態度也是患者或家屬所益發在乎的。對身有病痛,急待診治的患者而言,若是醫師嘻皮笑臉的解釋病情可是會被抱怨的;如果是病情穩定、定期回診的病人,則希望多見到些笑臉。不同的情境會期待不同的表情與態度是人之常情。因時

制宜,恐怕是我們大多數人應不斷學習的彈性與包容。

以個人經驗,儘管戴著口罩,還是可以讓病人感受醫療人員服務熱忱的, 曾經有一對定期返院追蹤的姐妹花向我說:跟我領藥很開心,覺得我發藥時充滿笑意與活力。也憶起多年前當我陪著妻子在產房內待產時,看 著醫師和護理師專注的眼神,心情很緊張卻安心。

所以,在個人臉書上貼出醫護人員面戴「微笑口罩」的照片,反諷北市研考會評鑑不公 KUSO 宜適可而止,建議接受訓練的神秘客中如果能加入幾位曾在醫院工作過的退休醫療人員,或許評鑑的結果會讓更多些人服氣。

參考資料:

- 1. 林宜慧、邱文秀。沒笑臉不親切?醫護:專業才重要。中國時報。 2013/08/17
- 2. 沈方正。誰說,顧客永遠是對的? Cheers 雜誌第 139 期。2012/4 ※轉載自 台灣藥學會資訊國際交流暨學習網

VI.1.2. 抗生素推廣標章參選作品 (毛志民藥師)

1. 抗生素管理貴在有心



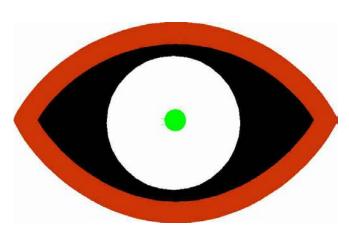
自1928年9月弗萊明發現青 黴素起,人類對於為生物的 戰爭有了歷史性的勝利,但 是這個意外發現所帶來的勝 利,卻隨著抗藥性細菌的出 現,讓抗生素(抗微生物製劑) 的使用需要更謹慎。

概念及意涵:(1)飲水思源: 以傳統培養皿上的敏感性實 驗為設計主角,延續弗萊明 發現青黴素的研究精神;在

選用抗生素時除了取樣正確、抹片在顯微鏡下快速觀察外,敏感性實驗更能讓我們精確地選用合適的抗生素來治療病人。(2)愛心熱情:人類與

微生物的戰爭乃不是你死便是我亡的零合戰爭,除了視病猶親的愛心更要對抗生素管理有足夠的熱忱與忠誠;因此,以抽象圖案呈心形狀,提醒醫者別忘了行醫的初衷和抗生素管理準則。

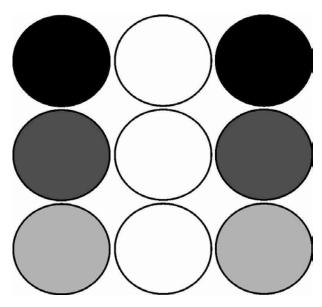
2. 抗生素管理眼見為憑



早在人類還不知有微生物存在的時候,已開始在利用微生物來釀造日常生活所需的食品,例如埃及人 Osyris 創造麥酒,巴爾幹人能製造發酵乳,自1928 年弗萊明發現青黴素起,人類對微生物的戰爭有了歷史性的勝利,但是隨著抗藥性細

菌的出現,讓醫師對抗生素(抗微生物製劑)的選用需要更嚴謹。概念及意涵:「荷魯斯之眼」是一個自古埃及時代便流傳至今的符號,具有神聖的意涵,代表著神明的庇佑,古埃及人也相信此眼能發揮重生作用。本設計借用此眼意涵並簡化之,以綠色「測量紙錠」紀念弗萊明發現青黴素,周圍的抑制圈則以白色呈現,象徵抗生素有效管理需要眼見為憑,需要醫事人員親力親為,才能將暗黑的致病菌滅絕,讓病人重獲新生。

3. 抗生素管理~賓果!



抗藥性細菌的出現,讓醫師選用抗生素(抗微生物製劑)時需要更謹慎,因此以抗生素感受性試驗為設計方向。

概念及意涵:九有長長久九之意, 以九個培養皿的圖樣,極簡地代表 呈現連成一條線的遊戲賓果。以顏 色深淺的差異表現細菌對不同抗 生素的敏感性;在抗生素選用理想 的狀態是完全沒有長菌,所以選用 代表純淨的白色,連成一線,來傳達抗生素管理的中心思想,並提醒醫師要依據抗生素感受性試驗結果選擇抗生素,以避免抗藥性的產生。

VI.1.3. 藥師是最理想工作?(毛志民藥師)

8月23日CoCo藥庫引用美國前一百最理想工作調查,在臉書發布<藥師為票選最佳工作第三名>,讓大學畢業轉眼20年的我,思前想後。

記得在學校讀書時,大家慣稱醫、牙、藥、護和公衛,大概是依據錄取成績排這順序的;幾年前,牙科學長興奮地跟我說,母校新生錄取分數,牙科超過了醫科,這幾年,藥學系錄取新生,也不乏明星高中畢業,據說至少需要 75 級分才能上榜。放榜期間,報紙更能偶見滿級分學子選念藥學的,看起來,藥師工作成為許多年輕人夢想的職業,也吸引了更多優秀學生加入。

美國票選藥師是最理想工作第三名,若以健康照護職業別之排名順序為 牙、護、藥、醫,與台灣學子選填意願遙相呼應,藥師就像是藥物的靈 媒,知道藥物的優勢與缺點,合用時是兩利或兩害,需要哪些巧門讓療 效發揮最佳綜效,避開相剋、相抵或過量、不足等問題。

美國藥師在最理想工作榜名列前茅,係著眼於工作機會及高薪,台灣亦然。台灣藥師的新機會在哪兒?更多創新服務模式不僅是需要藥師團結,更可尋求跨業結盟,結合網路、條碼等科技導入調劑服務、深耕鄉里,唯有讓藥師本職學能滿足民眾所需,藥師也對工作表現滿意,才算得上是最理想的工作。

參考資料: 1. Best Healthcare Jobs - Pharmacist 2. The 100 Best Jobs

- 3. Best Healthcare Jobs
- 4. 鄭惠仁。滿級分棄熱門科系 他念藥學。聯合報。[2011/05/10]
- ※ 轉載自 coco 藥庫網站

VI.1.4. 藥物劑量標示 毫克正名 (毛志民藥師)

最近醫院收到藥廠發函,通知所生產製造藥物的劑量標示,由「公絲」 更改為「毫克」。 雖然「公絲」的意思就是「毫克」,但是對於一般民眾來說,確實不易懂「公絲」這古早說法。原本猜想這些藥廠紛紛地改印為毫克標示,興許是為了和英文中的字首「milli」(千分之一)相對應;這樣的改變,這與教科書一致的「公版」單位名詞,也讓正讀國小的孩子們都能看懂,立意甚佳。

我在谷歌搜尋相關資訊時,意外地發現台北市有位楊老師曾多次向藥政主管單位建議毫克正名,雖然得到的回覆很冷感,他仍鍥而不捨地向報紙投書,該報善盡己責,登載其正見,現在發揮了媒體的正面影響力。 參考資料:

- 1. 楊禮義。藥劑容量 把公絲正名為毫克。人間福報。2013/1/9
- 2. 楊禮義。公絲不易懂 以毫克接軌。人間福報。2013/4/2
- ※ 轉載自人間福報「投書」。2013/9/5

VI.1.5. 游必有方,何必僅限國內?(毛志民藥師)

貴報即時報導「國人去年在國內旅遊次數衰退」,行政院主計總處根據交通部觀光局統計顯示,去年國人出國人數前一年成長,但國內旅遊則負成長。並指若減少在國內旅遊,將失去挹注國內消費的機會。

所謂讀萬卷書不如行萬里路,更多國人有能力出國旅遊,開闊個人視野與國際社會交流,其效益是不能單用消費金額計算的;儘管美景是百聞不如一見,但金屋銀屋,不如自己的狗窩;有些朋友將國外風景即時地張貼在臉書或部落格與親友分享,有些朋友更配合影像或繪畫,寫成旅遊書販售;回國後,充填滿滿的能量更能奮力打拚,持續提升個人能力,創造個人價值,如此遊必有方,何必僅限國內?

參考資料:林毅璋。國人去年在國內旅遊次數衰退。聯合報。2013/9/2

VI.1.6. 狂犬病預防順口溜

動物抓咬受傷時 肥皂立即塗抹上 大量清水清洗淨 優碘消毒速就醫

VII. 民眾教育藥文

VII.1. 心血管病患 吃柚要節制 (毛志民藥師)

王奶奶自從前兩次中風後,每天都吃抗凝血劑「華法林」(Warfarin),最近臂膀上出現大片瘀青,一問之下才知道因為兒子上星期寄來了一大箱柚子,這幾天每天至少都吃了半顆。

或許大家都已經知道葡萄柚(汁)會影響許多藥物的代謝,但是舉凡藥袋標示、用藥指導內容多半沒有把柚子這個時令水果列入,許多患者或其家屬對與葡萄柚同是柑桔屬的柚子感到困惑。

植物學家認為,葡萄柚是柚子與野橘雜交後的水果,可以理解葡萄柚(汁) 內含抑制藥物代謝的成分呋喃香豆素,柚子或白柚中都有,只是含量不同。

國內曾有碩士研究論文針對葡萄柚、柚子、白柚和西施柚果汁進行呋喃香豆素含量測定,發現以葡萄柚果汁含量最高。此外,也有研究指出,桑葚汁、野葡萄汁、紅石榴汁和黑莓汁也會影響藥物代謝,偶爾少量喝通常無妨,但不可以天天喝或當水喝。

今年3月初,一項加拿大研究發現,有超過85種藥物成份,預期會受到葡萄柚所影響,嚴重者可能致命,儘管目前罕見吃柚子導致藥物不良反應案例,但為求謹慎,尤其是有吃抗凝血劑或是降膽固醇藥物司汀(statin)類的心血管疾病患者,要有所克制,吃一、兩瓣柚子解饞、應景即可。 ※轉載自自由時報。2013/9/18