



## 中醫藥就醫用藥

### 五大核心能力

## 停、看、聽、選、用



#### ※能力一 (停) 止不當看病、購藥及用藥行為

不隨意購服來路不明藥品，停止「病急亂投醫」的作法，為了自己的健康，有病看中醫用中藥時應找專業中醫師、藥師。

堅持用藥五不原則—「不聽、不信、不買、不吃、不推薦」

1. 不聽地下電台或其他不當藥品廣告。
2. 不信神奇療效的藥品。
3. 不買來路不明的藥品。
4. 不吃來路不明的藥品。
5. 不推薦藥品給其他人。

#### ※能力二 (看) 病請找合格中醫師診治，並應向醫師說清楚

健康是您的權利，保健是您的責任，看病時先瞭解自己身體狀況，清楚表達自己的身體狀況，向醫師說清楚下列事項：

1. 哪裡不舒服，大約何時開始，何種情況下覺得比較舒服等。
2. 有無藥品或食物過敏史，以及特殊飲食習慣。
3. 曾經發生過的疾病，包含家族性遺傳疾病。
4. 目前正在使用的藥品，包含中、西藥或健康食品。
5. 女性需告知是否懷孕、正準備懷孕或正在哺餵母乳。

#### ※能力三 (聽) 專業醫師，藥師說明

聽從專業中醫師、藥師的意見，信任中醫師與藥師的指導與建議。

1. 與醫師、藥師作朋友，生病找中醫師，用藥找藥師。

2. 生病找中醫時，聽從中醫師的意見與建議，不隨意找無醫師執照人員看病。
3. 用藥找藥師，聽從藥師的意見與建議。
4. 使用中藥要聽從中醫師、藥師的意見與建議，不任意更改用藥方法、劑量及時間。
5. 若服用中藥後有不適現象，可以立即向中醫師或藥師反應。

#### ※能力四 (選) 購安全、有效中藥 選擇合格藥品來源或選購有認證的中藥

1. 了解到什麼地方選購中藥。
2. 知道用藥原因及如何選購正確中藥。
3. 知道如何區分及選購合法中藥品、健康食品及一般食品。
4. 知道中藥儲存及使用期限。

#### ※能力五 (用) 中藥時應遵醫囑、講方法 中藥也是藥，同樣有它特別的藥性、療效及毒性，要依照醫藥人員的指導正確使用才安全。

1. 知道中藥使用禁忌。
2. 知道如何正確使用中藥、健康食品及一般食品。
3. 知道中藥正確的使用時機與服用方法。
4. 明白藥物間及藥物食物間交互作用。

