

如何正確使用止痛藥

疼痛是保護身體的本能反應，民眾常因疼痛問題自行購買成藥，但是卻不知道止痛藥如果服用過量或是吃錯種類也是會造成問題。非經醫療診斷或正確用法而濫用藥物，是造成臺灣醫療問題的主因之一，民眾因止痛藥服用過量而洗腎的案例更是層出不窮。

民眾至藥局可購買到的止痛藥簡單分成兩類：乙醯胺酚或是非類固醇消炎止痛藥 (Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drug，也可簡寫成 NSAID)。乙醯胺酚 (Acetaminophen) 就是大家熟知「普拿疼」的成分，以成人為例每日不能超過 4000 毫克。非類固醇消炎止痛藥的主要作用是緩解發炎症狀，且同時具止痛功能，像是阿斯匹靈、diclofenac 或是 ibuprofen 都是屬於這一類。止痛藥長期使用或服用超量可能會傷腎或傷肝，甚至約有 20% 的病人使用 NSAID 會產生消化道潰瘍，嚴重者會合併出血或穿孔等併發症，但有的民眾因為擔心用藥過量，就選擇不同品牌的止痛藥一起吃，卻忽略商品名雖然不同，但成分卻是相同，還是會造成藥品服用過量問題。

為了避免止痛藥濫用，行政院衛生署推動**正確用藥五大核心能力**，期望民眾具備用藥知能，避免藥物濫用。除非無法立即就醫，或經醫療專業人員確認可自行購買指示藥或成藥，急性疼痛應尋求就醫，一旦疼痛緩解，應與醫療專業人員討論停藥。平常應保持良好生活習慣，避免依賴藥品。遵守**用藥五不原則**：**不聽、不信、不買、不吃來路不明或未經許可的藥品，不推薦藥品給他人**。若藥袋標示需要時服用，應詢問醫藥專業人員，勿自行增減用量及頻次，疼痛消失即可停用。

民眾須有正確用藥觀念，才能保障自身安全。對於用藥如有任何問題，可洽詢醫師或藥師，共同善用資源，創造優質用藥環境。

以上內容無法代表該類藥品的全部資訊，如您有任何用藥疑問，
請向醫師或藥師詢問，我們將竭誠為您服務

新竹馬偕紀念醫院藥物諮詢專線：(03) 6889595-2243



正確使用



止痛藥 不過量

五不

1 不過量

不過量使用乙醯胺酚解熱鎮痛藥指示藥品，成人24小時內不要服用超過4000毫克，12歲以上適用成人劑量。6歲以上未滿12歲，適用成人劑量之1/2。3歲以上未滿6歲，適用成人劑量1/4。3歲以下嬰幼兒，請洽醫師診治，不宜自行服用。

2 不喝酒

使用止痛藥應避免飲酒，因可能造成肝損害。



3 不併用

不要同時服用二種以上含乙醯胺酚藥品，以避免過量使用會造成肝損害。

4 不空腹

長期使用非類固醇抗炎止痛藥可能出現腸胃不適，胃腸出血，宜與食物一起服用或在飯後服用。

5 不亂買

不聽、不信、不買、不吃、不推薦。
不買來路不明藥品。如需購藥應至有藥師執業之合法藥局購買。



指導單位：衛生福利部食品藥物管理署、教育部

承辦單位：國立臺灣師範大學

協辦單位：中華民國藥師公會全國聯合會、財團法人醫院評鑑暨醫療品質策進會