

郵資已付  
高雄郵局許可證  
高雄免字第425號  
退件請退回  
板橋國慶郵局



第2451期 2026.03.16~03.22

# 藥師週刊

《每逢週一發行》  
1960.4.30創刊

發行人/林憶君 社長/蕭輔元 總編輯/黃寶珠 執行秘書/劉瑞耀 記者/蔡秋鳳  
發行所：中華民國藥師公會全國聯合會 社址：104台北市民權東路一段67號5樓  
投稿 e-mail: pharmist@taiwan-pharma.org.tw 網址: http://www.taiwan-pharma.org.tw  
電話: (02)2595-3856 傳真: (02)2599-1052 承印: 益響實業有限公司 (02)2389-0021  
版權所有·本刊圖文非經同意不得轉載 行政院新聞局局版北市誌第323號 中華郵政北台字第888號執照登記為雜誌交寄

**重點推薦** 2版 南投縣政府加碼400萬 守護長者用藥安全 | 2版 藥師、獸醫跨專業對話 人藥用於非經濟動物管理實務 | 4版 新版美國飲食指南 藥師在預防醫學與衛教指導

## 藥價調查機制研議暫停三年 全聯會：短期可緩解缺藥

# 籲強化藥物韌性 優化藥事服務制度

【本刊訊】3月5日健康台灣推動委員會於會後裁示，研議暫停現行「藥價調查機制 (Drug Expenditure Target, DET)」三年。對此，藥師公會全聯會表示，長期以來藥價持續調降，部分藥廠因此縮減供應或退出市場，導致缺藥問題長期存在。當藥品供應不穩定時，民眾無藥可領，影響臨床治療穩定與用藥安全，因此政府研議暫停藥價調查三年，短期內確實有助於緩解藥品供應壓力。

### 全面盤點台灣藥品供應體系

今年4月1日藥價調整仍將如期實施，整體調整金額約36.15億

元，平均調幅1.65%，雖為近年最低，但仍可能對第一線藥局的庫存管理以及民眾領藥安排造成影響。全聯會認為暫停「藥價調查機制 (DET)」三年，雖能提供制度檢討與調整的時間，但更重要的是在此期間全面盤點台灣藥品供應體系，建立更具韌性的藥品供應制度，確保民眾用藥不因市場波動而受到影響。

### 支持三同學名藥

在政策方向上，全聯會建議政府將藥價制度改革與「藥物韌性」政策結合，強化關鍵藥品與常用藥品的穩定供應。藥界支持政府將資源投入推動「三同學名

藥 (同成份、同劑量、同劑型)」政策，鼓勵國內藥廠提升製造與研發能力，提高本土藥品供應比例，同時建立更即時透明的藥品供應監測機制，讓醫療院所與社區藥局能即時掌握藥品供應狀況，以降低缺藥風險。

### 優化藥事服務制度

此外，藥價制度改革不應只停留在價格調整，更應重新檢視醫療體系中專業服務的價值。建議在暫停藥價調查期間，健保制度逐步將資源由「購買藥品」轉向「購買專業服務」，並適度優化藥事服務費，例如研議增設「管制藥品管理費」，以反映管制藥品

調劑、管理與申報的實際作業成本，避免基層醫療院所與社區藥局在提供相關服務時出現入不敷出的情形，進而影響民眾取得藥品的權益。

### 暫停藥價調查是制度調整起點

研議暫停藥價調查只是制度調整的起點，未來仍需建立兼顧病人安全、產業發展與專業價值的長期藥價制度，透過穩定藥品供應、強化國內製藥能力，以及提升藥事專業服務，才能打造以病人安全為核心的健保體系，確保民眾在任何情況下都能獲得穩定、安全且高品質的用藥照護，藥師與政府一同守護民眾健康。

## 國健署「腎臟病早期無聲，健康不能等」記者會

# 社區藥局藥師鼓勵民眾善用健檢 8招護健康

【本刊訊】國民健康署於3月10日辦理「腎臟病早期無聲，健康不能等」記者會，並發布三高的預防與管理，國健署推動成

人預防保健服務，並自114年擴大服務族群，免費提供30~39歲民眾每5年1次、40~64歲民眾每3年1次、65歲以上民眾每年1次的成人預防保健，同時透過「腎病識能衛教指導」，經由醫師說明及提醒，使民眾了解自身腎功能狀況，並

強化自我健康管理。國健署長沈靜芬表示，社區藥局藥師可鼓勵民眾多加利用健檢資源，提早發現自身腎臟狀況，並養成八項護腎好習慣，預防慢性腎臟病的發生。

8招護腎	
飲食要均衡	以六大類原型食物為主，多攝取蔬果、全穀類等植物性食物，避免高油、高糖、高鹽飲食，減輕腎臟負擔。
飲水要充足	每天補充足夠水分 (約2,000 c.c.)，幫助腎臟代謝、維持健康。
運動身體好	養成規律運動習慣，每週累積至少150分鐘中等強度身體活動，如快走、游泳、騎自行車等，幫助體重控制與新陳代謝。
體重控制好	維持健康體位 (BMI 18.5 kg/m <sup>2</sup> -24 kg/m <sup>2</sup> )，降低三高發生。
定期量血壓	牢記「722」量血壓密碼，「7」連續七天量測、「2」早上起床後、晚上睡覺前各量一次、「2」每次量兩遍，清楚掌握血壓變化狀況。
戒菸保健康	吸菸會減少腎臟血流，並損害腎功能，及早戒菸有助於守護健康，可利用國民健康署免付費戒菸專線 (0800-636363) 尋求專業協助。
按指示吃藥	依醫囑用藥，並避免長期服用止痛藥及來路不明藥物。
三高要控制	有三高的民眾，應培養健康生活習慣，並配合醫師接受治療。

(資料來源：國健署)

### 高警訊藥品-貼紙

歡迎索取

藥師公會全聯會製作「高警訊藥品-貼紙」，如有需要之會員，歡迎填表單或電洽索取，以利用藥安全之提醒。

02-25953856\*198

# 南投縣政府 加碼400萬 守護長者用藥安全



↑南投縣送藥到府服務，守護長者用藥安全。

◎文／南投縣記者邱麗慧

為持續強化高齡友善照護與弱勢族群醫療可近性，南投縣政府在縣長許淑華大力支持下，115

年度持續推動全國首創的「免費送藥到府服務」，並將經費由原本70萬元大幅再加碼400萬元（經費用罄為止），透過數位化申請與藥局媒合機制，將藥品安全送到家，讓長者與身心障礙者免奔波也能安心用藥。

南投縣政府衛生局長陳南松指出，送藥到府不只是「把藥送到家」，而是將藥師專業一併送進家庭，由藥師把關用藥安全、提供必要用藥說明與諮詢，對高齡長者及身心障礙者而言，是兼顧便利與安全的重要支持。

衛生局說明，凡設籍南投縣，符合以下條件者皆可提出申請：一、65歲以上（原住民55歲以上）獨居長者。二、75歲以上（原住民65歲以上）身心障礙者。經醫師開立處方後，即可透過線上系

統申請，全程免費、不增加任何費用負擔。南投縣政府持續以智慧醫療結合高齡友善政策，攜手在地藥局與醫療體系，打造更貼近民眾需求的公共衛生服務。衛生局也呼籲，符合資格的民眾或家屬踴躍利用，讓照護資源真正走進家庭，減輕照顧壓力，守護縣民健康。

有關「免費送藥到府服務」相關資訊，可撥打諮詢專線 049-2230518，或掃描QR Code進行線上申請，亦可加入「南投縣政府健康樂活 Line@」，即時掌握最新健康與用藥訊息。

衛生局說明，凡設籍南投縣，符合以下條件者皆可提出申請：一、65歲以上（原住民55歲以上）獨居長者。二、75歲以上（原住民65歲以上）身心障礙者。經醫師開立處方後，即可透過線上系

統申請，全程免費、不增加任何費用負擔。南投縣政府持續以智慧醫療結合高齡友善政策，攜手在地藥局與醫療體系，打造更貼近民眾需求的公共衛生服務。衛生局也呼籲，符合資格的民眾或家屬踴躍利用，讓照護資源真正走進家庭，減輕照顧壓力，守護縣民健康。

有關「免費送藥到府服務」相關資訊，可撥打諮詢專線 049-2230518，或掃描QR Code進行線上申請，亦可加入「南投縣政府健康樂活 Line@」，即時掌握最新健康與用藥訊息。



# 藥獸醫 跨專業對話 人藥用於非經濟動物管理實務



↑高雄市藥師公會於2月4日召開跨專業討論會。

◎文／高雄記者曾雅婷

近期「藥局得依獸醫師開立購藥證明，供應人用藥品予犬貓

及非經濟動物使用，且無須另申請動物用藥品販賣業許可證」一事，引發社區藥局高度關注。隨

著政策即將上路，相關法規適用與實務操作仍存諸多疑問。

高雄市藥師公會理事長杜仿裕率常務理監事，與高雄市獸醫師公會理事長馮宗宏暨幹部代表，以及高雄醫學大學藥學系教授陳崇鈺，於2月4日在高雄市藥師公會召開跨專業討論會，針對人用藥品用於犬貓及非經濟動物之執行細節與法規面向進行交流。

依農業部《人用藥品用於犬貓及非經濟動物之使用管理辦法》第13條第2項規定，藥商販賣動物保護用藥應登載並申報。

在實務層面，藥局依購藥證明販售藥品並依法申報、保存文件三年，方向相對明確；惟獸醫診所如因臨床需求欲向藥局購買少量藥品，其可行性與單據形式仍有疑義。另藥品標示須載明飼主、動物資訊、用法用量及「不得供人使用」等事項。

本次會議開啟對話契機，雙方公會擬將推派代表成立「人用藥品用於非經濟動物」運作小組，並規畫繼續教育課程，期盼在符合法規前提下，建立清楚可行的合作模式，共同為毛小孩用藥安全把關。

# 臺中市藥師公會 會員代表大會 三年三大策略



↑公會於3月8日舉辦會員代表大會暨春酒聯誼。

◎文／台中記者陳昱仁

臺中市藥師公會於3月8日舉辦第33屆第2次會員代表大會，適逢農曆春節過後，會後也同步

舉辦春酒聯誼餐會，理事長許程平於代表大會致詞，細數去年接棒理事長後的相關活動，與日本公益社團法人日本藥劑師會和一

般社團法人京都府藥劑師會兩大團隊跨國締結、臺中市藥師公會80週年慶祝活動與80週年特刊撰寫，再次強調公會未來「三年三大策略」：落實ESG永續發展、推動藥學生總量管制及改善執業環境與缺藥問題。

會中有會員代表提到「加速推動中藥醫藥分業」議題，中藥議題一直以來都是公會極力關注的議題之一，像去年「318解釋令」所引起的爭議，都必須建立在合法合規與守護民眾用藥安全得前提之下，衛福部、藥師團體與中藥產業團體三方在國民健康、文化傳承、利益衝突如何達成共識，也是未來全聯

會和各地藥師公會能一起努力的公共議題之一。

會員大會圓滿落幕下，緊接著春酒聯誼餐會，理事長邀請臺中市食安處處長傅瓊慧蒞臨指導，強調與公會一直以來有良好的溝通管道、相關業務能相互合作，也同時拜個晚年和祝福在座女性藥師國際婦女節快樂；餐敘期間四大委員會分別舉辦趣味活動，診所與產銷委員會是「玩骰子得大獎」而醫院與藥局委員會是「賓果遊戲」，都增添餐會歡樂的氣氛，最後在理事長和公會幹部合唱「我只在乎你」的歌聲中，春酒也畫下完美的結尾。

# 藥用植物美學 藥師 & 池坊華道的邂逅



↑臺中市藥師公會舉辦「讓藥用植物點亮生活-永續花藝工作坊」。

◎文／台中記者柯倩宇

臺中市藥師公會瀟灑沁人心脾的草木清香，一場融合藥學專業與池坊華道美學的盛會在此展開。中藥發展委員會邀請池坊華

道正教授二級許淑珠講師，蒞臨指導「讓藥用植物點亮生活-永續花藝工作坊」。本次活動響應環保永續願景，將藥師平時熟悉的藥用植物轉化為指尖藝術。透過美

學視角，藥師們重新詮釋藥用植物的生命之美，在實踐永續價值的同時，也為生活注入芬芳色彩。

在花材挑選上，許淑珠巧妙結合美觀和藥用價值：以能清利咽喉、疏散風熱的「薄荷」作為香氣基調；線條結構由具消炎功效的「雪柳」擔綱，利用其柔軟且富韌性的枝條，在瓶中勾勒出優美的律動感；色彩焦點選用清熱解毒、養肝明目的「菊花」，並輔以具節慶氛圍的「紅果金絲桃」與「小銀果」交織妝點，展現豐富的層次美感。此外，亦加入觀賞性極佳的「仙客來」，雖其塊莖含生物鹼，誤食可能引起頭暈、嘔吐或腹瀉

等症狀，但透過藝術創作，卻能轉化為作品中孤傲綻放的視覺焦點，體現「毒」與「藥」的一體兩面。

許淑珠表示，插花不單是藝術創作，更是一場與自我的深度對話。在色彩與香氣的交會中，創作者得以表達情緒、釋放壓力，並在靜謐中與自己達成和解。活動現場洋溢溫馨祥和的氣氛，藥師們在創作過程中互相觀摩、交流素材，在一剪一插間，慢下心靈的步調，最終完成一件件充滿個人風格與生命溫度的花藝作品。

## 「痛風症的膳食療養」美食開煮



↑中藥實務班第七期課程「痛風症」於2月1日開課。

◎文／嘉義市記者商錦文

中藥實務班第七期課程「痛風症」於2月1日開課。上午痛風

症的膳食療養暨實作，下午藥洗和膏劑。參加的學員包含中醫診所執業的夥伴、中藥業者、國術

館業者、藥師和熱愛漢方藥材調養的民眾。

講師商錦文指出，痛風是由於普林代謝異常導致血中尿酸值增高，形成尿酸鹽結晶沉積在關節腔或周圍軟組織，所引起的發炎反應。

血液中尿酸濃度，一般以空腹血清尿酸值作為標準，男性超過 7.0 mg/dL，女性超過 6.0 mg/dL 就會被視為偏高。緩解痛風症狀發作的關鍵在：讓體液盡量偏鹼性和增加尿酸的排除量。常用的藥材有：土茯苓、萆薢、薏苡仁、蒼朮、茯苓、金錢草等。

課程中介紹的食療膳食有：四

神燉土雞湯、沙參玉竹燉雞湯、百合薏仁粥、土茯苓萆薢瘦肉湯、萆薢冬瓜燉排骨湯。高尿酸症食療烹調時必須遵守：

1.先燙後煮：肉類去皮切塊汆燙，倒掉燙燙水，之後再烹煮。

2.不喝肉湯：肉類的湯汁或濃縮肉汁是普林最集中的所在，有痛風症狀者應嚴格的避免飲用。

3.避開高普林的部位：內臟類（心、腎、肝、胰臟）與肉皮（雞皮、豬皮），應該要避免。

課程最後在學員品嚐親自切肉、洗藥材、烹煮的藥膳後，畫下圓滿的句點。

## 嘉市精油 & 擴香石 DIY 香氛療癒藥師身心



↑嘉義市藥師公會舉辦「精油和擴香石實作 DIY」課程。

◎文／藥師邱玉娟

為促進藥師身心健康、友誼交流，嘉義市藥師公會診所藥師

委員會舉辦「精油和擴香石實作 DIY」課程，透過香氛實作，引導藥師在繁忙的專業工作之餘，學

習放鬆身心、提升生活品質。

本次課程屬實作性質，診所藥師委員會主委邱玉娟表示，藥師長期處於高專業、高壓力的工作環境，透過多元課程協助同仁紓壓、充電，對於持續提供優質藥事服務具有正向助益。

課程由藥師張宜蓁擔任講師，說明精油的基本特性、擴香石製作原理及日常應用方式，並帶領學員親手完成專屬擴香石作品。張宜蓁指出，適當運用香氛可營造舒適環境，有助於舒緩情緒與壓力，對藥師族群的身心調適具有實際幫助。

參與藥師們反應課程內容實

用且氣氛輕鬆，不僅學習到精油相關知識，也在互動交流中增進情誼，為歲末年終增添一段溫馨療癒的時光。

理事長林岫加指出，未來將持續規畫兼顧專業成長與身心健康之多元活動，期望藥師在守護民眾健康的同時，也能妥善照顧自身，打造更永續的專業環境。



# 新版美國飲食指南 藥師在預防醫學與衛教指導

◎文／藥師林豆豆

## 一、前言：從「健康公平」回歸「營養科學」的重大轉向

最新版的《2025~2030年飲食指南》(Dietary Guidelines for Americans)相較於上一版(2020~2025年)，其中最大的差異是從「營養素管理」到「原型食物優先」，強調攝取足夠水分、減少攝取加工食品，並著重於如何透過飲食預防甚至改善慢性病，另外也鼓勵攝取無加糖的全脂乳製品。

## 二、臨床衛教決策流程

為幫助病人落實飲食規範，可依據下列六大步驟執行，以成年人每日2,000卡路里飲食建議：

### 第一步：蛋白質優先

1. 每日蛋白質目標：1.2~1.6 g/kg。
2. 優先選擇高營養價值、多元來源的蛋白質。
3. 以烤、煮、炒取代油炸。

### 第二步：避免加工食品

1. 每日攝取糖分上限：每餐<10 g。
2. 避免過多精緻澱粉、額外添加糖分。
3. 避免過度加工、過鹹或過甜的食品。
4. 避免人工甜味劑、色素、防腐劑等化學添加劑。

### 第三步：蔬果與全穀纖維

1. 每日攝取2~4份全穀類。
2. 攝取五彩蔬菜、水果。
3. 每日攝取3份蔬菜與2份水果。
4. 優先選擇高纖維穀類。

5. 盡量選擇整顆水果而非果汁，果汁應稀釋並限量。

### 第四步：健康油脂與乳製品

1. 每日總熱量全脂脂肪上限<10%。
2. 優先選用飽和脂肪酸，如橄欖油。
3. 每日3份乳製品。
4. 首選全脂、無糖乳製品。

### 第五步：腸道健康

1. 高度加工食品會破壞微生物平衡。
2. 攝取發酵食品(如泡菜、味噌、優格)與高纖維食物來改善消化與代謝。

### 第六步：其他

1. 減少酒精攝取。
2. 每日鈉攝取量上限2,300 mg(14歲以上)。

## 三、飲食指南建議攝取表(以2,000卡路里為例)

類別	每日建議份量	食用份量(每一份量)
蛋白質	3-4份	3盎司肉/魚/海鮮、1顆蛋、1/2杯豆類、1盎司堅果/種子、2茶匙堅果、3盎司大豆
乳製品	3份	1杯牛奶、3/4杯優格、1盎司起司
蔬菜	3份	1杯生食或煮熟、2杯綠色蔬菜
水果	2份	1杯新鮮水果、1/2杯果乾
全穀類	2-4份	1/2杯煮熟的燕麥/糙米/藜麥/大麥/蕎麥、1片麵包、1片玉米餅
油脂	4.5份	1茶匙橄欖油或奶油

## 四、特殊族群飲食重點筆記

### (一) 0-4歲嬰幼兒

- 前6個月：應純母乳哺育；母乳不足時使用加鐵配方奶。
- 補充品：純母乳哺育或每日配方奶低於32盎司者，出生後即需補充維生素D(400 IU/day)。

- 6個月~12個月：可逐步開始攝取固體食物。
- 12個月：停用配方奶，改為全脂牛奶以支持腦部發育。
- 避免攝取糖分。

### (二) 11~18歲青少年

- 鈣、維生素D：因此時期為骨骼生長高峰期，應補充鈣、維生素D。
- 鐵：由於月經來潮，女性應加強攝取鐵。
- 避雷區：限制含糖飲料與能量飲料，避免高度加工零食。

### (三) 孕婦與哺乳婦女

- 懷孕期：補充鐵、葉酸、碘。應攝取雞蛋與低汞omega-3魚類(如鮭魚、沙丁魚、鱈魚)。
- 哺乳期：需攝取富含維生素B12的蛋豆魚肉類及含維生素A蔬菜。

### (四) 60歲以上高齡者

- 代謝特性：熱量需求降低，但對蛋白質、B12、維生素D與鈣的需求不減反增。
- 水分補給：口渴感會隨年齡下降，藥師應提醒長者主動飲水，有助藥物代謝。

### (五) 素食者/純素者

- 應定期監測鐵、B12、維生素D與碘的濃度，必要時給予補充品。

## 五、結語

作為藥師，除了提供病人正確的藥物，若能透過推廣「攝取原型食物」的飲食準則，相信我們能更有效地幫助病人預防與減緩慢性疾病，並提升整體的健康餘命。

(本文作者為三軍總醫院北投分院藥師)



## 健保給付新藥情報 博適坦膜衣錠

### 博適坦膜衣錠 (Bostini Film-coated Tablets 100, 400, 500 mg)

健保代碼	成分及含量	藥商名稱	廠商建議價	健保支付價	核價方式	生效日期
AC61944100	bosutinib 500 mg	美時化學製藥股份有限公司	1,436元	1,436元	十國藥價最低價	115/2/1
AC61945100	bosutinib 400 mg		1,436元	1,436元		
AC61946100	bosutinib 100 mg		319元	319元	規格量換算	

◎文／藥師施如亮

## 一、簡介：

本項藥品是一種第二代酪胺酸激酶抑制劑(TKI)標靶藥物，主要用於治療慢性骨髓性白血病(CML)，適用於新診斷或慢性期、加速期或急性期且對過去療法(任一或多種TKIs)具抗藥性或缺乏耐受性之費城染色體陽性(Ph+)CML成人病人。目前治療CML的TKIs，依研發時序分為三代：第一代為imatinib；第二代包含dasatinib、nilotinib與bosutinib；第三代則是ponatinib。

## 二、健保共同擬訂會議決議：

1. 依據間接比較(Matching-Adjusted Indirect Comparison, MAIC)研究顯示，本案藥品相較於其他二代TKI，在疾病無惡化存

活期(Progression-free survival, PFS)具有統計顯著優勢(bosutinib vs. dasatinib: HR=0.63, 95% CI:0.44-0.90, p<0.05; bosutinib vs. nilotinib: HR=0.54, 95% CI:0.38-0.76, p<0.01)，可提供臨床新的治療選擇，爰同意納入健保支付項目，屬第2B類新藥。

2. 核價方式：400 mg以十國藥價最低價(比利時)核予每粒1,436元，500 mg核予與400mg等價，100 mg以500 mg依高低規格換算核予每粒319元。

## 三、給付規定：

9.132.Bosutinib(如Bostini):(115/2/1)

### 1. 第一線使用：

- (1)治療新診斷的費城染色體陽性之慢性期慢性骨髓性白血病的成人病人。
- (2)限每日最大劑量400 mg。

### 2. 第二線使用：

(1)治療患有慢性、加速或急性期慢性骨髓性白血病，對先前經imatinib 400 mg(含)以上治療後有抗藥性或無耐受性的成人病人。

(2)需檢送病歷及對imatinib耐受性不良或無效的證明。

(3)每日最大劑量500 mg，惟接受起始劑量而未達到維持血液學、細胞遺傳學或分子反應，且未出現第3級或以上不良反應的病人，可進行遞增劑量，每日以最大劑量600mg為限。

### 3.1~2項規定內之疾病診斷或追蹤。

### 4. Bosutinib、nilotinib與dasatinib不得合併使用。

資料來源：

1141218\_全民健康保險藥物共同擬訂會議藥品部分第79次會議紀錄



(本文作者為前中央健康保險署醫審及藥材組組長)

# 失靈的生理時鐘 日落症候群成因與治療

◎文／藥師劉俊良

日落症候群 (Sundowning syndrome, SS) 是指認知功能障礙病人 (特別是失智症病人) 在傍晚、夜間或光線變暗時，出現心理狀態惡化或行為病理性改變的現象，病人通常出現躁動、焦慮或幻覺等。雖然這在臨床實務中普遍，但它目前尚未被列入國際疾病分類 (如 ICD 或 DSM) 中，因此醫師通常是根據經驗與觀察進行判別。

日落症候群並非單一疾病實體，而是一種與失智症相關的行為症候群，可能是多種生理與環境因素共同作用的結果，以下表格為說明：

造成因素	說明
生理時鐘失調	大腦中負責調節生理時鐘的視交叉上核 (SCN) 因神經退化而受損，導致病人失去根據時間調整活動強度的能力。
褪黑激素減少	失智症病人的松果體可能出現鈣化，導致調節睡眠的褪黑激素分泌不足，引發夜間過度活躍。
遺傳因素	研究發現攜帶 apolipoprotein E (APOE) ε 4 基因 (失智症的主要風險基因) 的病人，出現日落症候群的機率較高。
環境與行為因素	包含日間光照不足、白天過度小睡 (導致晚上不累)、環境噪音或雜亂的作息，都會加重症狀。

日落症候群的治療應採取個人化與多型態的方式進行，針對病人的具體臨床表現 (如認知退化、憂鬱、精神病症狀等) 選擇藥物治療與非藥物治療介入，以下為說明：

藥物治療			
藥物類別	代表藥物	適應症	注意事項
提升認知藥物 (Procognitive drugs)	Donepezil、Memantine	針對伴隨認知功能惡化與空間定向障礙的日落症候群，除了改善認知外，也有助於改善睡眠架構與品質。	Donepezil 會增加 REM* 睡眠，可能導致惡夢或異睡症，建議於早晨服用以降低風險。
具鎮靜效果的抗憂鬱藥 (Sedative Antidepressants)	Trazodone、Doxepin、Escitalopram、Clomipramine	適用於伴隨憂鬱、焦慮、激越行為或失眠的病人。	雖然能減輕病人的情緒激越並幫助入睡，但若劑量或使用時機不當，其副作用 (如白天嗜睡、增加病人跌倒及發生謔妄) 可能會加重病情。
褪黑激素 (Melatonin)	Melatonin	針對晝夜節律失調 (如在錯誤時間進行正常活動) 的病人。	可改善主觀睡眠品質，但對於預防謔妄的效果目前尚存爭議。
抗精神病藥 (Neuroleptics)	Olanzapine 等第二代抗精神病藥物	針對嚴重的精神病症狀 (幻覺、妄想)、攻擊性與激越行為。	雖能減輕照護者負擔，但會導致白天嗜睡與注意力下降，可能進一步惡化認知功能。
安眠藥 (Hypnotics)	苯二氮平類 (Benzodiazepines)、Z-drugs (如 Zolpidem)	用於短期治療失眠。	非必要才用於失智症病人，因會顯著增加跌倒、骨折、中風、謔妄及認知退化的風險，且容易陷入藥物依賴的惡性循環。

\* REM (快速動眼期, Rapid Eye Movement)

非藥物治療介入		
治療類別	具體介入措施	效益與目的
睡眠衛生管理	1. 消除或減少白天小睡。 2. 維持固定的上床與起床時間。 3. 白天避免待在臥室內。 4. 建立規律且結構化的日間作息。	改善睡眠品質，減少夜間覺醒與行為混亂。
身體運動	1. 每日至少進行 30 分鐘的體力活動 (特別是戶外活動)。 2. 每週與照護者散步 120 分鐘 (下午進行效果更佳)。	顯著降低發生日落症候群症狀的頻率與強度。
光照治療	1. 早晨進行為期 4 週、每日 2 小時的額外光照。 2. 在照護機構內使用含有藍光的照明系統。 3. 增加白天的陽光曝露，改善日間光線不足的問題。	調整生理時鐘、提升睡眠持續時間並減少焦慮。
環境優化	1. 確保睡眠環境具備良好的隔音與遮光效果。 2. 維護舒適的睡眠環境空間。 3. 減少環境中的刺激因素 (如雜亂的作息或光線昏暗導致的幻覺)。	減少病人因環境因素導致的恐懼、定向力障礙與激越行為。
治療性活動	1. 音樂治療。 2. 以活動為基礎的輔助治療 (Activity-based therapy)。 3. 虛擬實境 (Virtual Reality) 的應用。	提供感官刺激與心理安定，緩解行為症狀。

治療日落症候群就像是調整一個失靈故障的生理時鐘，使用非藥物介入像是重新校準齒輪，雖然費時費力，卻能讓時鐘恢復自然運作；而藥物治療則像是強力按住指針，或許能暫時讓它停在正確的位置，但長期下來可能會損壞內部的機械構造。倘若家中長輩出現相關症狀，家屬可紀錄時間及行為表現，適時尋求醫療協助，以提升病人的生活品質與降低照護者的負擔。

參考資料：

1. Reimus M, Siemiński M : Sundowning syndrome in dementia: mechanisms, diagnosis, and treatment. J Clin Med. 2025, doi:10.3390/jcm14041158


(本文作者為衛福部嘉南療養院藥師)

藥師週刊114年合訂本每本售價1000元

胃一送一 贈送113年合訂本 送完為止


請速郵政劃撥 19614351 戶名 社團法人中華民國藥師公會全國聯合會

★即日起在電子報上，只要點文末的連結，就能聽到優美的朗讀聲，將例句讀給您聽。




◎文／藥師陳芷凌


## 瘦瘦針 (Weight-loss injections)



appetite [æpəˈtaɪt]  
食慾



nausea [nəʊziə]  
噁心



vomiting [ˈvɒmɪtɪŋ]  
嘔吐

Weight-loss injections mimic natural hormones to reduce **appetite** and enhance metabolic health. While effective for weight loss, they often cause early gastrointestinal side effects like **nausea** or **vomiting**. 瘦瘦針透過模擬激素抑制食慾並改善代謝健康，讓熱量控制更輕鬆；然而，使用者初期常面臨噁心或嘔吐等腸胃不適。



## 中藥學堂

### 原來 感冒可以吃中成藥！ 藥局常見漢方解析(下)

◎文／藥師蕭力禔

#### 常見感冒症狀可使用之非處方中成藥(續)

**銀翹散**：以金銀花、連翹為君藥，具清熱解毒之效，適用於溫病初起所見之發熱、頭痛及咽喉腫痛等症狀，市售產品如「順○堂喉○寧散」即源自此方，其商品名稱亦凸顯其緩解喉嚨疼痛的特色。

**葛根湯**：以辛溫解表、發汗解肌見長，適合惡寒無汗、項背強急(指頭部至後背肌肉僵硬痠痛)之患者，藥局常見的廣告藥品「明○治○風○顆○粒」即為葛根湯合併西藥成分的複方製劑。

**十神散**：亦為臨床常用的感冒方劑，適用於發熱惡寒、頭痛無汗，合併咳嗽、鼻塞等多種常見症狀，市售產品如「深○感○氣○順○散」。

**川芎茶調散**：以川芎為君藥，具祛風止痛之效，並搭配細辛、薄荷、荊芥、防風等藥材，引藥上行、清利頭目，適用於各類外感型頭痛。市售多款中藥感冒液即源於此方，亦可應用於緩解藥物過度使用性頭痛(medication-overuse headache, MOH)或反彈性頭痛。

此外，川芎茶調散祛風通竅的特性，對鼻炎症狀亦具治療效果，廣告藥品「黃○壽○鼻○清○膠○囊」即為此方加減而成。辛夷散主要治療鼻塞、涕出不止，適合緩解流鼻水、鼻塞等各類鼻炎症狀，市售產品如「順○堂清○寧○散」及「深○鼻○爽○丸」皆屬此類。俗語有云「醫生驚治嗽，土水驚抓漏」，意指咳嗽治療不易，然而咳嗽卻是中成藥的強項之一，其中最具代表性的方劑為寧嗽化痰湯，可應用於各種急、慢性咳嗽，相關市售產品包括「愛○治○化○痰○散」及「壽○化○止○嗽○散」等。

除選擇合適的非處方中成藥外，社區健保藥局藥師亦應留意潛在的藥物交互作用與用藥安全風險，例如含麻黃成分之製劑，於心血管疾病患者使用時需特別謹慎，並應避免與MAO抑制劑併用。若病人經治療後仍持續發燒、咳嗽不止，或出現胸痛、譫妄、氣喘等警訊症狀，應立即轉介至醫院或診所進一步評估與治療。

(全文完)

#### 參考資料：

- 賴永昌；陳玉蘭. 社區藥局藥師常見疾病與治療. 臺北市：合記出版社股份有限公司, 2011. 9789861267517.
- 林昭庚. 中醫健保十大藥方臨床應用之探討. 臺北市：衛生福利部, 2012.

(本文作者為德安藥局藥師/中國醫藥大學藥學碩士)

## 臨床藥學交流

### 美國內科醫師學會指引： 陣發性偏頭痛的藥物預防

◎文／藥師許博淳、吳承誌

美國內科醫師學會(ACP)於2025年2月發布陣發性偏頭痛治療指引<sup>1</sup>，藥物選擇需考量病人的頭痛頻率、急性治療使用天數、急診就醫率、失能程度、生活品質及副作用，並結合病人偏好、經濟狀況與生育狀態由低劑量開始使用。針對每月偏頭痛急性發作1-14次的成人族群，可分為數種預防策略：

#### 一、初始單一療法：

治療選項包括β-腎上腺素受體阻斷劑(metoprolol、propranolol)、抗癲癇藥物(valproate)、血清素-正腎上腺素回收抑制劑(venlafaxine)與三環抗憂鬱劑(amitriptyline)。

#### 二、替代單一療法(用於無法耐受初始單一療法或效果不佳)：

降鈣素基因相關肽(Calcitonin gene-related peptide, CGRP)受體拮抗劑、降鈣素基因相關肽單株抗體

#### 三、其他預防策略：

若初始單一療法與替代單一療法皆無效或無法耐受，則可考慮抗癲癇藥物(topiramate)。需注意懷孕婦女可能增加其兒童的神經發育障礙、自閉症類群障礙、智能障礙、注意力缺陷過動症等之風險。

開始進行藥物治療之前，建議可減少造成急性偏頭痛發作的風險因子；補充水分與維持規律睡眠與運動等生活型態介入策略需納入與病人的討論項目，同時也需評估病人是否於急性偏頭痛發作時使用合適強度的藥物進行症狀治療。此外，由於開始執行長期的偏頭痛預防策略後，症狀改善會逐步出現，通常需要數周才會較為明顯，病人衛教重點亦需強調藥物使用順從性。

#### 參考資料：

- Qaseem A, Cooney TG, Etzeandia-Ikobaltzeta I, et al. Prevention of Episodic Migraine Headache Using Pharmacologic Treatments in Outpatient Settings: A Clinical Guideline From the American College of Physicians. Ann Intern Med. 2025 Mar;178(3):426-433.

(本文作者為高雄長庚醫院藥劑部藥師/高雄醫學大學藥理學科碩士、高雄長庚醫院藥劑部臨床藥學副科主任/國立成功大學臨床藥學與藥物科技研究所碩士)

# 用藥安全暨反毒宣導向下扎根 健康新世代



↑台南市南瀛藥師公會參與「用藥安全及健康生活不要毒宣導講座」。

◎文／台南記者謝玉娟

台南市南瀛藥師公會日前由理事長沈博仲帶領藥師前往國立白河高級工商職業學校，舉辦兩場「用藥安全及健康生活不要毒宣導講座」，內容涵蓋正確用藥五大原則、常見用藥迷思、濫用藥物的風險，以及新興毒品的辨識與防範等主題，在互動答應中，提醒學生切勿因好奇或同儕影響而誤觸毒品，

同時培養拒毒的勇氣與判斷力。

現場氣氛熱絡，學生反應踴躍。並了解藥物並非「吃越多越好」，也不是「他人可以用自己就能用」，進一步強化安全用藥與反毒意志，沈博仲表示，未來將持續走入校園及社區，推動用藥安全與反毒宣導，期盼透過教育向下扎根，共同守護青少年的健康與未來。

## 榮藥八十 健康 PASS 榮獲金獎



↑公會舉辦「八十週年標語徵選競賽」，以文字回顧藥師專業與價值。

◎文／藥師曾樹城

臺中市藥師公會舉辦「八十週年標語徵選競賽」，以文字回顧藥師專業與價值。筆者所提標語「榮藥八十 健康 PASS」有幸獲選金獎，深感榮幸，並藉此分享其創作理念。

在學生時期，「ALL PASS」往往比「第一名」更令人期待；進入醫療體系後，更深刻體會到，醫療並非追求滿分，而是讓每一道關卡都能安全通過。藥師的角

色，正是在關鍵時刻避免風險、維持治療穩定，而非追求戲劇化的療效。當一張處方被正確解讀、一位民眾獲得耐心說明、一次用藥被適當調整，那些看似平凡的瞬間，其實正是人生順利過關的時刻，這正是「健康 PASS」的意義。PASS 不是最好，卻最關鍵，代表治療仍在正軌、生活得以持續。

藥師的專業，不僅在於知識與技術，更在於判斷與分寸，知

道何時該給、何時該停，避免過度，守住安全。這樣的精神，正呼應東方醫學所重視的「中道」，即不偏、不過、不添新苦。

回顧公會八十年歷程，藥師始終低調而堅定地為醫療把關，讓民眾安心過關。「健康 PASS」不只是標語，更是一份專業的承諾。願未來每一關，藥師都在；每一次用藥，都讓生活順利 PASS。

## 挺藥師陳進男邁進臺南市議員



↑藥師陳進男(右)參加里民活動，宣導用藥安全觀念。

◎文／台南記者陳美秀

今年藥師陳進男將投入臺南市東區市議員選舉，扎根基層，了解民眾需求。

因為高齡化社會及新冠疫情凸顯藥師在醫療體系的角色，陳進男提出藥事相關政見：一、強化公共衛生與用藥安全，推動社區藥局升級為健康守門員；二、改善長照、弱勢及高齡者的福利，建立更完善的居家醫療體系；三、環保與永續發展，減少工業汙染對市民健康的衝擊。

期望當選後督促市府建立

臺南市用藥安全教育規畫，建立更多的管道守護民眾用藥安全，督促政府防災計畫應結合社區藥局藥師的專業，增加社區防災韌性效能，提升空汙監測和綠色醫療設施，讓臺南成為健康宜居城市。

藥師陳進男畢業於台大藥學系及台大農藝所生物統計組碩士班，曾任衛生署藥政處(即今「衛福部食藥署藥品組」)助理審查員，現任中華民國藥師公會全聯會記者及中藥發展委員會委員，平時關心民眾用藥問題。藥師直接參與政治，除了可以將藥師理性務實的特質帶到公共事務之外，也有更多發聲管道來影響公共事務，對國民健康相關政策的法案推動會更加犀利務實。

### 115 臺灣藥事報導獎 徵稿中

報名資格：凡發表、刊登及播出於平面(國內報紙、雜誌、網路媒體)、聲音(含傳統調頻電台、網路電台及新傳播媒體等主要以聲音傳播之相關媒體)及影音(含有線、無線電視台及網路媒體之影片及聲音)中之新聞報導與醫藥評論。

組別：平面組、聲音組、影音組

報名日期：3月6日(五)起至6月8日(一)日收件截止

詳細的報名方式洽藥師公會官網



中華民國藥師公會全國聯合會  
Federation of Taiwan Pharmacists Associations

# 兒少超高比例化粧現況與建議

◎文／彰化縣記者黃鈴貴

據近期報載，有民間團體對兒少使用化粧品化妝一事作網路調查，近七成受訪者使用過。其中，高中職學生近八成，國小學生也近五成使用過。這現象顯示現在的兒少（兒童<12歲、青少年12~18歲），因時代的變遷，在韓流和社群媒體的推波助瀾下，審美觀和價值觀受影響，愈來愈注重外表的修飾，化妝已漸成他們的日常。但繼之而來的問題，一是兒少對化粧品的使用辨識力不足，二來是兒少的皮膚較脆弱，易受劣質、不適膚質的化粧品影響，輕則導致過敏、各種皮膚炎，重則影響發育和身心健康，所以教育他們用合格、用對的化粧品和正確的使用是相當重要的。

## 化粧品是什麼

根據《化粧品衛生安全管理法》第三條規定，化粧品是指施於人體外部、牙齒或口腔黏膜，用以潤澤髮膚、刺激嗅覺、改善體味、修飾容貌或清潔身體之製劑。但若依其他法令認屬藥物者，則不在此限。

## 化粧品的管理分類

113年7月1日起：化粧品不再區分為一般化粧品、特殊用途化粧品（舊稱含藥化粧品；廢除查驗登記），統一稱為化粧品。

115年7月1日起：所有化粧品上市前，皆須完成產品登錄、建立產品資訊檔案（PIF）、製程需符合化粧品優良製造規範（GMP）。

## 合格化粧品標示

容器若太小，得將部分標示事項以掛牌或說明書方式呈現。

項目	注意事項
1.品名	產品名稱
2.用途	使用目的
3.用法及保存方法	使用方式及存放
4.淨重、容量或數量	實際內容物含量
5.全成分名稱	成分名稱（可為中文或英文），含量1%以上應由高到低排列
6.使用注意事項	使用提醒
7.製造或輸入業者資訊	名稱、地址及電話；輸入產品需標示原產地
8.製造日期及有效期間/保存期限	須用壓印或不褪色油墨印刷或打印
9.批號	便於追溯
10.其他公告事項	依食藥署公告，成分、產品類別等規定，各別訂定之標示事項

## 化粧品販售管道

販售通路	通路類型
1.實體	(1)藥妝店、藥局 (2)美妝店、超市 (3)傳統的美容美髮材料行 (4)百貨專櫃或專賣店 (5)美容沙龍 (6)皮膚科診所
2.網路	(1)電商平台 (2)品牌官網 (3)社群媒體與直播
3.其它	(1)直銷 (2)批發、代理商

## 現況與建議

（一）食藥署針對兒少化粧品安全使用，已採下列措施：

- 1.產品管理：訂定《供兒童使用之化粧品安全指引》，主要是對製造廠商的規範。
- 2.宣導教育：發行《法寶漫說》一系列漫畫本、《粧妞和粧尼》有聲書繪本、《粧點青春完美GO粧》等圖文書。

（二）有兒少團體呼籲，請食藥署盡快制定淺顯易懂的「兒少化粧品友善選購指引」，協助家長和孩子理解如何選購、使用合格且適合的化粧品。

（三）但法規的制定和宣導教

育（學校、媒體），需要時間，畢竟緩不濟急，當務之急，建議先選擇可供諮詢的實體販賣場所購買，較有安全保障：

- 1.藥妝店或藥局：有藥師可諮詢。有開架式化粧品（保養品、彩妝）或醫學美容保養品。
- 2.百貨公司專櫃或專賣店：有美容師可當場指導試用。
- 3.皮膚科診所：有醫師指導和諮詢。

## 參考資料：

1. 衛福部食藥署化粧品法規諮詢服務平台 [https://cosmeticregulation.org.tw/rules\\_info.php?ms=ZXFFSUQ9Mzc2](https://cosmeticregulation.org.tw/rules_info.php?ms=ZXFFSUQ9Mzc2)
2. 衛福部食藥署《供兒童使用之化粧品安全指引》 <https://www.fda.gov.tw/TC/siteListContent.aspx?sid=1894&id=41449>
3. 衛福部食藥署化粧品衛生教育資訊專區 <https://www.fda.gov.tw/TC/siteList.aspx?sid=3746>
4. 衛福部食藥署化粧品登錄平台～民眾查詢 <https://cos.fda.gov.tw/TCAL/cospq/cospq0101f.jsp>

（本文作者為弘光科大化粧品科研所碩士/乙級美容證照）

## 大樹藥局

今周刊發表 台灣百大上市櫃生技公司

# 徵藥師

工作可以有夢想 人生可以被改變

## 全台擴大招募

醒師  
專案

開店  
創業

### 8大理由 值得你加入大樹

- ✓ **可累積** | 2年調劑資歷
- ✓ **可排休** | 彈性排休，規劃年度休假旅遊
- ✓ **晉升快** | 開店快、晉升機會多
- ✓ **0壓力** | 不想業績壓力，也可以專職調劑

- ✓ **賺更多** | 內部支援機會多，可增加額外所得
- ✓ **離家近** | 全台展店，可離家近，也可離家遠
- ✓ **可創業** | 品牌授權、創業加盟，實現財富與時間自由
- ✓ **可轉型** | 輔導藥局轉型加盟

## 教你開一家會賺錢的店

2024年度加盟店

平均月淨利

# 40萬

誠摯邀請

### 藥師店東名額200位

完訓人數已達168位

尚餘

# 32

位名額等您來加入

創造夥伴更成功的人生