藥師週刊電子報 僅供線上閱覽
本刊圖文未經同意不得轉載
Pharmacist Weekly

國內郵資已付
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

Federation of Taiwan Pharmacists Associations

第2485期 2026.11.09~11.15

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 萬聖節送暖
3版 FAPA專輯
5版 收假低落別輕忽 適應障礙症的治療與照護

2026亞洲藥學會曼谷盛大登場 臺灣藥師再獲國際殊榮！

展現臺灣藥師專業價值 & 國際影響力





↑ 2026第31屆FAPA年會11月5日於泰國曼谷盛大開幕，理事長林憶君率領254位臺灣藥師參與盛會。

【本刊訊】2026年第31屆亞洲藥學會（Federation of Asian Pharmaceutical Associations, FAPA）年會11月5日於泰國曼谷盛大開幕，藥師公會全聯會理事長林憶君率領254位臺灣藥師參與盛會，與亞洲各國藥學專家及藥界領袖交流。

全聯會發言人、臺北市藥師公會理事長黃彥儒榮獲亞洲藥學界極具代表性的專業獎項「石館獎」（Ishidate Award），表彰其長期深耕社區藥局、推動藥事專業服務的卓越貢獻，不僅彰顯臺灣藥師的專業實力，也讓國際看見臺灣社區藥事照護的重要成果。

林憶君指出，臺灣社區藥局長期扎根基層，透過專業用藥諮詢、慢性病照護及健康促進等服務，持續拓展藥師在醫療照護體系中的角色。此次黃彥儒獲得國際肯定，再次證明社區藥局不僅是民眾取得藥品的場所，更是守護民眾健康的重要據點。全聯會將持續推動藥師專業發展、深化社區藥事照護服務，讓藥師的專業能量在基層醫療與公共衛生領域發揮更大效益。

此次亞洲藥學會年會匯聚來自亞洲38國、近2,000位藥學專業人士，促進各國在藥事政策、專業教育及健康照護創新等領域的交流與合作。全聯會表示，將持續深化與亞洲各國藥學組織的合作，以「專業領航、權益保障、永續發展」為核心，全面提升藥事服務品質，讓臺灣藥師的專業成果在國際舞台上被更多國家看見，實踐「藥師在的地方，就是安心的所在」的理念。

FAPA理事會 擘劃2030藥事發展藍圖



↑ FAPA召開閉門理事會議，邀集亞洲各國藥學專業組織代表。

◎文／藥師李懿軒

亞洲藥學會（Federation of Asian Pharmaceutical Associations, FAPA）於11月3日在泰國曼谷第31屆年會期間召開閉門理事會議，邀集亞洲各國藥學組織代表，共同檢視2023至2026年發展成果，並研議2027至2030年的發展方向、專業計畫及國際合作策略。全聯會理事長林憶君出席，展現本會對國際藥事交流的重視。

四年改革 擘劃路線圖

本屆FAPA理事會（2023~2026）以「Stronger and Better, Together」為精神，過去四年間完成多項組織改革，包括建立一會一票制度、制定專業倫理原則、強化財務管理及成果監測，並推動《2024~2034亞洲藥學發展路線圖》。透過臺北、首爾及曼谷三屆大會，以及2025年於菲律賓舉辦的首屆亞洲全民健康覆蓋藥學高峰會，擴大跨國交流與政策影響力。

路線圖聚焦病人安全、藥事體系強化及健康促進三大領域，推動六項核心計畫，涵蓋藥袋標示、無菌危害性藥品處理、藥學教育安全文化、全民健康覆蓋、災害應變及社區藥局健康促進。未來將納入藥物安全監測、多重用藥與減藥、藥品短缺及供應安全，並發展疫苗接種、戒菸、糖尿病預防與健康老化等社區藥事服務指引。

臺灣角色 舉足輕重

全聯會於2023年主辦FAPA臺北大會及首場執行委員會議，並參與推動藥袋標示計畫，促進病人用藥安全；臺灣藥學會亦提高年度會費，支持國際合作。在專業領導方面，張豫立博士將於2027年接任FAPA會長，持續推動危害性藥品安全處理；藥師李懿軒續任社區藥學委員會主席，展現臺灣在區域藥事政策與社區藥學發展的貢獻。

32屆峇里島接棒 迎向數位時代

針對世界藥學會（FIP）提出的合作備忘錄邀請，FAPA將建立明確的夥伴合作準則，以維護組織獨立性及會員共同利益。

會議亦介紹2027至2030年新任領導團隊，並確認第32屆FAPA大會將於2028年10月17日至21日在印尼峇里島舉行，主題為數位時代的永續醫療及藥師跨域照護。面對高齡化、藥品供應韌性及醫療數位轉型等挑戰，FAPA將持續整合各國專業力量，讓藥師在病人照護、公共衛生及健康體系發展中扮演更積極的角色。

（本文作者為全聯會副秘書長）

藥師週刊電子報 僅供線上閱覽・版權所有・本刊圖文未經同意不得轉載・禁止以各種形式複製列印

藥師週刊電子報 僅供線上閱覽 本刊圖文未經同意不得轉載

萬聖節送暖！藥師守護社區健康

基市嘉年華闖關學健康！表揚社區藥局深耕ICOPE

◎文／基隆市記者楊博仁

基隆市衛生局於10月18日，在可飽覽基隆港美景的麗都蝶客花園舉辦「南得好時光 萬聖嘉年華」年度健康成果展。現場結合萬聖節慶，規畫「健康闖關」與「六力互動體驗」兩大主題區，吸引逾500名市民同樂，深化家庭健康識能。

副市長邱佩琳與衛生局長張賢政親自出席，公開表揚年度衛生保健優良獎項得主，肯定民間專業力量。其中，深耕基層的宏仁藥局與禎宸藥局雙雙獲獎。兩家藥局配合推動長者內在能力檢測（ICOPE），發揮高可近性優勢，於第一線協助長者進行認知、行動、營養、視力、聽力及憂鬱（心理力）等六力篩檢與轉介，成效卓著。

此次受獎展現社區藥局已從傳統調劑延伸至預防保健，可預期未來會有更多藥師參與公共衛生服務，成為市民最信賴的健康好鄰居。



↑「南得好時光 萬聖嘉年華」年度健康成果展。

高市藥師化身志工 陪伴慢飛天使歡樂前行



↑高雄市藥師公會陪伴發展遲緩兒童歡度萬聖節。

◎文／藥師羅旭峯

10月30日萬聖節前夕，高雄市藥師公會理事長杜仿裕率同公益暨公關委員會等8位志工前往高雄博正兒童發展中心。除了挹注捐款外，並肯定與支持該中心長年投入早期療育工作的辛勞與貢獻，藉由一日志工提前陪伴發展遲緩兒童一同歡度萬聖節。

萬聖節不只是裝扮、遊戲與歡笑的節日，更是引導孩子學習人際互動、表達情緒及認識周遭環境的好機會。對發展遲緩的孩子而言，每一次主動的互動、每一個勇敢的嘗試，以及每一張綻放的笑臉，都可能是成長路上的重要一步。

志工們以溫暖的笑容與耐心，透過陪玩及鼓勵，引導孩子自在參與活動，讓他們在友善的環境中建立自信，體驗與人分享的喜悅。透過充滿節慶氣氛的活動中，感受歡樂與關懷，也為特別的日子增添溫馨難忘的回憶。

杜仿裕表示，一場活動或許短暫，但愛與陪伴所帶來的溫暖，卻能在孩子心中留下深刻印記。公會將持續秉持服務社會的精神，讓藥師的專業與愛心走入社區，守護每一個需要支持的家庭，陪伴「慢飛天使」勇敢前行，讓友善、包容與關懷成為社會最美麗的風景。

（**本文作者為高雄市藥師公會常務理事**）

苗栗萬聖派對 藥事宣導活動





↑苗栗縣藥師公會參與萬聖派對親子嘉年華活動。

◎文／苗栗縣記者顏群芳

今年萬聖節，苗栗縣藥師公會獲邀至頭份參與活動，現場不僅發送可愛吊飾與糖果更設攤傳遞用藥知識，充實大家的肚子和腦袋。

這場由苗栗縣政府主辦的萬聖派對親子嘉年華活動於10月31日在頭份登場，邀集各親子友善團體，共聚歡慶萬聖節。每位小朋友都精心打扮成不同的角色，穿梭在會場、參與各關卡活動。公會也透過有獎徵答，依年齡層設計不同題目，讓大家更加認識藥品的正確使用方式，將藥師專業深植民心。

理事長梁文翰大力支持此項公益藥事宣導活動，他表示參與各項社區活動，能逐步讓公部門和民眾看見藥師，更加了解藥師角色與用藥常識，落實「用藥找藥師」的理念，讓藥師成為民眾可信賴的社區夥伴。



藥師週刊電子報 僅供線上閱覽．版權所有．本刊圖文未經同意不得轉載．禁止以各種形式複製列印

藥師週刊電子報 僅供線上閱覽 本刊圖文未經同意不得轉載

第31屆FAPA年會開幕

Pharmacists in Action Across Asia



↑泰國藥學會會長致歡迎詞。 ↑FAPA 會長致詞。

↑會員團體旗幟依序進場，台灣旗幟亮相開幕典禮。



↑貴賓啟動開幕儀式。

◎文／藥師張綜瑋、蘇柏名

2026年第31屆亞洲藥學會年會於泰國曼谷盛大舉行，吸引來自全球38個國家、近2,000名藥學專業人士參與，收到近600篇摘要，安排逾100場口頭報告及500多篇海報。本屆以Pharmacists in Action Across Asia: Ensuring Safe Health Care through Innovation and Collaboration」（亞洲藥師齊行動：以創新與合作確保醫療照護安全）為主題，聚焦病人安全、藥物可近性、人工智慧（AI）、遠距藥事服務及傳統醫學整合等議題，展現亞洲藥師面對醫療環境變遷的專業行動力。

科技賦能 專業判斷不可取代

泰國藥學會會長Dr. Suvit Teerakulchon表示，COVID-19疫情加速遠距醫療及自動化調劑發展，也促使藥師重新思考科技在病人照護中的角色。FAPA總會長Dr. Yolanda Robles強調，面對快速變動的醫療環境，藥師應持續掌握新知、善用科技，並將交流所得轉化為實際行動。泰國前高等教育科學研究暨創新部部長Dr. Suvit Maesincee指出，未來藥學將從醫療照護走向全人健康、從提供藥品轉向創造健康價值，並強調「科技是工具，更好的健康才是目標」。AI雖能協助辨識可能的藥物交互作用，仍需仰賴藥師了解病人狀況並做出專業判斷，未來應結合人類智慧、人工智慧與道德智慧。

臺灣專業成果獲肯定

開幕儀式中，24個會員團體依序舉旗進場，臺灣代表團登場時獲得現場熱烈掌聲，展現臺灣藥師長期參與國際藥學交流所累積的能見度與情誼。本屆FAPA Awards中，臺北市藥師公會理事長黃彥儒藥師及康照洲教授分別獲頒社區藥學組、社會與行政藥學組石館獎（FAPA Ishidate Award），肯定兩人在各自專業領域的長期投入，也展現臺灣藥師與藥學專業在亞洲舞台上的影響力。

跨國界交流 共築亞洲藥學未來

本屆大會從AI科技、遠距藥事照護與病人安全，到跨國研究合作及專業經驗分享，呈現藥學未來不僅是科技進步，更包含人文關懷、專業共享與跨國合作。開幕活動融合泰國傳統文化與現代科技，也傳遞「The world is a family, and we will not leave anyone behind」的精神。當科技持續改變醫療樣貌，藥師仍應堅守以病人為中心的核心價值，透過創新、合作與知識共享，亞洲藥師攜手打造更安全、更具韌性的藥事照護體系。

（本文作者分別為員林基督教醫院藥師、台北市記者）

2026 FAPA Awards 得獎名單

石館獎	醫院與臨床藥學組	Ubonwan Sapoo（泰國）
	社區藥學組	Bluce Huang黃彥儒（臺灣）
	藥學教育組	Dr. Shigeo Yamamura（日本）
	科學組	Dr. Uy Dong Sohn（韓國）
	工業藥學與行銷組	Pramote Cholayudth（泰國）
	社會與行政藥學組	Prof. Jaw-Jou Kang康照洲（臺灣）
年輕藥師獎		Dr. Mac Ardy J. Gloria（菲律賓）
傑出貢獻獎		Prof. Emeritus Sompol Prakongpan（泰國）、Dr. Kwang-Hoon Choi（韓國）
終身成就獎		Dr. Olivia M. Limuaco（菲律賓）



↑開幕表演以泰國長鼓搭配舞蹈帶動現場氣氛。

拳力以赴、舞動無國界！FAPA 2026泰式文化之夜嗨翻曼谷





↑第31屆亞洲藥學會議（FAPA 2026）於11月5日舉行歡迎晚宴。

◎文／台中市記者謝宜倪

第31屆亞洲藥學會（FAPA 2026）於11月5日在泰國曼谷舉行歡迎晚宴（Welcome Reception），來自各國的藥學專業人士暫時放下緊湊的學術議程，在泰國傳統文化、美食與音樂中，展開熱絡的國際交流。

晚宴以精彩的泰拳（Muay Thai）展演掀起高潮。表演者以俐落的踢擊與攻防動作，搭配大型LED螢幕的火焰及閃電特效，呈現一場震撼的視覺饗宴。主持人熱情邀請各國藥師上台體驗泰拳出拳與防禦招式，並與表演團隊合影，現場歡笑聲不斷。

現場另安排專業攝影師，為與會者拍攝泰式風格藝術照，帶走獨特的異國紀念。樂團獻上薩克斯風、吉他與歌唱演出，藥師們隨樂聲熱情共舞，晚宴洋溢歡樂氣氛。

全聯會理事長林憶君率領臺灣藥師熱情參與，並於會場邀請來自印尼、菲律賓、韓國等姊妹會藥師共襄盛舉，一同參與臺灣之夜。

藥師週刊電子報 僅供線上閱覽．版權所有．本刊圖文未經同意不得轉載．禁止以各種形式複製列印

藥師週刊電子報 僅供線上閱覽 本刊圖文未經同意不得轉載

心理健康月 藥師不缺席



↑115年心理健康月啟動記者會。

簡式健康量表（BSRS-5）：

項次	症狀	完全沒有	輕微	中等程度	厲害	非常厲害
1	睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒	0	1	2	3	4
2	感覺緊張或不安	0	1	2	3	4
3	覺得容易苦惱或動怒	0	1	2	3	4
4	感覺憂鬱、心情低落	0	1	2	3	4
5	感覺比不上別人	0	1	2	3	4
6	有自殺的想法	0	1	2	3	4

說明：第6題「有自殺的想法」為附加題，不列入前五題計分，若該題分數2分以上時，建議尋求精神醫療專業諮詢。

★0-5分 一般正常範圍 身心適應狀況良好。
★6-9分 輕度情緒困擾 建議找家人或朋友談談。
★10-14分 中度情緒困擾 建議尋求心理諮商或精神醫療。
★15分 以上重度情緒困擾 建議尋求精神醫療諮詢。

◎文／嘉義市記者商錦文

嘉義市政府於大同福利園區舉辦「115年心理健康月啟動記者會」，嘉義市藥師公會理事長林岫加率41家藥局代表出席。

衛生局長廖育瑋指出，衛福部每年公布的國人十大死因調查，自殺已經在113年重回排行榜的行列，且115年1至5月資料警示，嘉義市10至24歲青少年自殺通報率有升高的趨勢。為此，今年心理健康月特別聚焦青少年心理，規畫7場校園講座與1場音樂會，協助學生建立情緒調適能力。推出「安心店家」計畫，邀請藥局於門口張貼心理健康資訊，方便民眾快速取得相關資訊及心理支持、服務管道，將心理健康服務融入日常，展現公私協力守護市民身心的成果。

國際生命線台灣總會輔導總會長黃俊森表示，許多面臨情緒困境者往往不會主動求助，導致防治機制陷於被動，呼籲民眾若發現周遭親友言語情緒異常，應發揮警覺主動尋求專業協助。

林岫加指出，115年度有41家藥局參與心理健康月活動，歡迎大家多多運用。掃QR CODE有心情溫度計（簡式健康量表，BSRS-5）可以檢測情緒困擾的程度。在簡式健康量表分數達15分以上有重度情緒困擾時，會建議尋求精神的協助。

如有心理困擾，可撥打衛福部1925安心專線（24小時免付費）或生命線1995尋求協助。

弱勢計畫精進到宅照護 深耕全人關懷



↑「弱勢家庭暨獨居老人藥事及全人健康照護計畫」月例會。

◎文／藥師王威堃

為持續提升藥師對於高齡與弱勢族群的照護品質，大臺中藥師公會與臺中市藥師公會輪流舉辦「弱勢家庭暨獨居老人藥事及全人健康照護計畫」月例會。本次課程針對「長輩消化道健康」與「多重用藥評估」兩大臨床實務核心，規畫兼具理論與實作經驗的專業課程，讓參與計畫的藥師齊聚一堂。

從入到出，長輩消化道營養照顧

高齡者的營養攝取與消化吸收，直接影響其免疫力與整體健康。課程邀請營養師張尹瑄講授「從入到出，長輩消化道營養照顧」。

飲食攝入的挑戰：長輩常因牙口不佳、吞嚥困難或唾液分泌減少，導致進食意願低落，甚至引發吸入性肺炎。課程幫助藥師評估長輩的進食狀況，並給予食物調整與營養補充的專業建議。

腸胃消化的把關：針對高齡者常見的胃酸分泌不足、腸胃蠕動變慢，藥師需注意消化藥物與保健品的交互作用。

排泄輸出的照護：探討慢性便秘、腹瀉等「輸出端」問題，大部份是居家用藥（如鴉片類止痛藥、特定抗組織胺）常見的副作用。藥師透過全面檢視「從入到出」的生理流程，能更精準地提供生活型態調整與建議。

高齡用藥評估與案例分享

隨著年齡增長，長輩常因罹患多種慢性病而面臨「多重用藥（polypharmacy）」與潛在不適當用藥（potentially inappropriate medications, PIMs）的風險。

系統性用藥評估：藥師朱育瑩深入解析如何運用Beers Criteria或STOPP/START準則，在居家訪視時快速篩檢出高風險藥物。

真實實務案例拆解：透過第一線到宅訪視的真實個案，現場拆解長輩因重複就醫導致重複用藥，或是將藥物副作用誤認為新症狀而引發「用藥瀑布」的經典案例。

跨團隊轉介與溝通：分享如何條理化整理藥歷，透過雲端藥歷與醫師、長照機構進行雙向轉介溝通，成功幫長輩「減藥」，恢復生活品質。

透過消化道營養照護與臨床用藥評估的雙管齊下，參與計畫藥師將能以「全人角度」，看見民眾真正的需求。攜手為臺中長者織起更綿密、更具溫度的健康守護網！

（**本文作者為大臺中藥師公會常務理事**）



藥公告

活動預告欄

新北市藥師公會

新北市藥師公會第71屆藥師節慶祝大會

活動日期：
116年01月12日（週二）18：00(17：00報到）

報名及截止日期：
115年11月23日（週一）10：00至12月04日（週五）16：00(額滿即止）

活動地點：
新莊典華會館6樓世紀盛典廳（新北市新莊區中央路469號6F）

版權所有 本刊圖文未經同意不得轉載 禁止以各種形式複製列印

藥師週刊電子報 僅供線上閱覽 本刊圖文未經同意不得轉載

花蓮縣藥師公會結合藝文 宣導用藥安全





↑花蓮市公所舉辦日本太鼓花魁精彩表演，並安排用藥安全宣導。

◎文／花蓮縣記者趙瑞平

花蓮縣藥師公會於10月27日配合花蓮市公所，於花蓮遠東百貨前廣場舉辦日本太鼓花魁「鼓動洄瀾．舞耀風華」國際演藝團隊表演晚會，並於演出前進行用藥安全宣導。

花蓮縣藥師公會前理事長趙瑞平擔任講師，向現場1,000多位民眾介紹電子處方箋，並特別說明花蓮縣為全臺第一個試辦電子處方箋的縣市，讓民眾了解如何持電子處方箋至鄰近健保特約藥局領藥，並由藥師提供正確用藥指導；隨後進行有獎徵答，獲得民眾熱烈回響。

花蓮市長魏嘉彥關心民眾健康，透過藝文活動結合用藥安全宣導，讓民眾在欣賞精彩演出之餘，也能增進正確用藥知識。晚會結束後，魏嘉彥表示，未來將持續與花蓮縣藥師公會合作，深入各社區辦理多元藝文活動及用藥安全宣導，讓健康知識更貼近市民生活。

收假低落別輕忽 適應障礙症的治療與照護

◎文／藥師劉俊良

當連假進入尾聲，迎之而來的開工日或上學，可能會使有些上班族和學生出現情緒低落、提不起勁，甚至伴隨失眠或食慾不振等「收假症候群」的現象[1]。

事實上收假症候群並非正式的醫學診斷名詞，大多數人的症狀都會隨著時間改善並重新適應日常生活。倘若症狀持續存在並影響社會功能、超出單純收假情緒低落的範疇，且與可識別的壓力源（如返回職場、工作負荷）在時間上密切相關，臨床上則應考慮適應障礙症（adjustment disorder）的可能。

適應障礙症則是個體面對工作困境、家庭問題等明確生活壓力源後，出現不成比例的情緒或行為反應，並造成顯著痛苦或社交、職業及個人功能受損。常見症狀包括情緒低落、焦慮、睡眠障礙及注意力不集中，與重度憂鬱症或廣泛性焦慮症具有相似之處，增加鑑別診斷的難度。多數病人的病程具有自限性，但部分個案可能持續惡化，甚至發展為其他精神疾病[2]。因此若症狀持續、加劇或影響日常功能，應尋求專業評估治療。

一、藥物治療的實證仍有限

目前適應障礙症的藥物治療缺乏高品質研究支持。相關隨機對照試驗數量有限，且部分研究存在樣本數不足及偏誤風險等問題，臨床上主要使用抗憂鬱藥或抗焦慮藥，但仍依病人主要症狀、共病、病程及個別風險評估使用藥物，以緩解相關症狀[2]。

二、抗憂鬱藥與抗焦慮藥的應用考量

選擇性血清素再回收抑制劑（selective serotonin reuptake inhibitors, SSRIs），可能改善焦慮與憂鬱症狀。抗憂鬱藥通常需要數週才能發揮作用，與適應障礙症可能自行緩解的病程存在落差，應審慎評估用藥必要性，避免增加不必要的藥物負擔。

對於急性焦慮或失眠，benzodiazepines（BZD）類藥物（如 lorazepam, alprazolam）及其他抗焦慮藥可能提供短期症狀緩解，但無法根治壓力適應問題。BZD類藥物另有依賴與成癮風險，使用時應審慎評估。研究顯示，non-BZD抗焦慮藥etifoxine的抗焦慮效果與苯二氮平類相當或略低，但仍須依據個別病人狀況評估治療選擇[2,3]。

三、心理治療優先，藥物個別治療

相較於藥物治療，目前心理治療具有較明確的實證支持，尤其認知行為治療（cognitive behavioral therapy, CBT）及網路認知行為治療（iCBT），在改善焦慮與憂鬱症狀方面均展現良好效果。因此，臨床宜優先考量心理治療，並結合支持性照護；藥物則依症狀及個別需求，作為輔助或短期對症治療[2,3]。

四、結語

無論是可自行緩解恢復的收假症候群，還是需要藥物與心理治療的適應障礙症，藥師在過程中，除了檢視處方適切性與可能風險，提醒病人避免自行增減或停用藥物，追蹤療效、不良反應情形等，也可協助病人理解藥物並非唯一的治療方式，鼓勵適當的心理支持、規律作息與必要的專業轉介，透過跨專業合作與持續追蹤，提供更適切的病人照護。

參考資料：

1. 開工倦怠、提不起勁？6招和「收假症候群」說掰掰！https://www.top1health.com/article/90975
2. Casey P, Pillay D, Wilson L, et al：Pharmacological interventions for adjustment disorders in adults. Cochrane Database of Systematic Reviews 2020, doi: 10.1002/14651858.CD010530.pub2.
3. Cowansage KP, Milligan T, Morgan MA, et al：Treatments for adjustment disorder: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Psychiatry Res. 2025, doi:10.1016/j.psychres.2025.116739

（**本文作者為衛福部嘉南療養院藥師**）

藥英 PRACTICAL ENGLISH

INHALER USE

◎文／藥師何暐



正確使用吸入劑（Proper Inhalation Technique）



metered-dose inhaler (MDI)
定量噴霧吸入器



mouthpiece ['maʊθˌpis]
吸入劑吸嘴



canister ['kænɪstɚ]
藥罐、加壓藥罐

When using your **metered-dose inhaler**, exhale fully first. Place the **mouthpiece** in your mouth and close your lips tightly around it. As you press down on the inhaler, begin to inhale slowly and deeply through your mouth, not your nose.

使用定量噴霧吸入器時，請先充分呼氣。將吸嘴放入口中，並以雙唇緊密含住吸嘴。按下吸入器的同時，開始用嘴巴緩慢而深長地吸氣，不要用鼻子吸氣。

藥師週刊電子報 僅供線上閱覽．版權所有．本刊圖文未經同意不得轉載．禁止以各種形式複製列印

藥師週刊電子報 僅供線上閱覽 本刊圖文未經同意不得轉載

中藥學堂

八正散中利水祛濕藥對車前子與滑石（四）

◎文／藥師何永奕

五、現代藥理研究

現代研究顯示，車前子含多醣、黃酮、多酚及黏液質等成分，具有利尿、抗炎、抗氧化、調脂及腎保護等作用。研究指出，車前子多醣可透過調控NLRP3 inflammasome，改善痛風性腎病大鼠之腎損傷，顯示其對腎臟發炎反應具有調節潛力。另有綜述指出車前子於泌尿系統疾病之臨床應用日益受到重視。滑石由矽酸鎂組成，現代研究多集中於其吸附、保護黏膜、減少刺激及外用抗炎應用，在泌尿道濕熱證治療中仍具輔助價值。整體而言，車前子與滑石於利尿、抗炎及改善局部刺激方面具有一定互補性，與傳統醫籍所述「清熱利濕、通淋止痛」之功相呼應。不過由於兩藥性寒滑利，對於脾虛或腎陽虛患者應慎用，以免損傷正氣。[4、5、6、7、10]

六、結論

車前子與滑石為典型清熱利濕藥對，其配伍自宋代方書逐漸成熟，並於八正散中展現代表性意義。兩藥一清一利，相須為用，使濕熱從小便而解，兼具通淋止痛之效。現代研究亦顯示其具有利尿、抗炎與腎保護等潛力。八正散迄今仍為治療泌尿系統濕熱證之常用方，顯示傳統藥對理論具有持續臨床價值。未來若能進一步以藥理與臨床試驗驗證其作用機制，將有助於中醫方劑現代化發展。

（全文完）

參考資料：

4. 楊喜梅、馮靜文、張磊等。車前子在泌尿系統疾病中的藥理作用機制及臨床應用研究進展。上海中醫藥雜誌。2025；59（10）：94-100。
5. 高晴、杭行、劉晨冉等。重構本草—滑石。吉林中醫藥。2025；45（8）：965-967。
6. 范穎、梁茂新。滑石潛在功能的發掘與利用。現代中醫藥，2015；35（5）：137-139。
7. 劉雲帆、王茜、張一昕等。張錫純滑石用藥經驗探析。四川中醫，2025；43（10）：17-22
10. Zhao H, Xu J, Wang R, et al. Plantaginis Semen polysaccharides ameliorate renal damage through regulating NLRP3 inflammasome in gouty nephropathy rats. Food Funct. 2021;12（6）：2543-2553.

（本文作者為中國醫藥大學附設醫院藥劑部中藥科藥師）

臨床藥學交流

Acetylcysteine顆粒劑的正確使用方法

◎文／藥師陳佳玲

藥師在發藥時常常遇到民眾詢問，acetylcysteine顆粒劑（俗稱的小鳥粉），使用時是直接倒嘴巴中還是要泡水溶解再使用呢？

Acetylcysteine可切斷痰液中醣蛋白的雙硫鍵降低痰液黏稠度、使痰易於咳出；此外也可作為acetaminophen中毒的解毒劑。民眾較常遇到的劑型為顆粒劑及發泡錠，發泡錠一定要泡水再使用，但顆粒劑應該如何使用較為適合呢？理論上泡水溶解後服用會比直接倒在嘴巴中更為恰當。

泡水溶解的原因：

1.呼吸道和肺部對異物較為敏感，粉末直接倒入口中易誤入呼吸道，引發保護性的劇烈**嗆咳**，容易引起不適感。

2.Acetylcysteine帶有**硫磺味**，對於這個味道不喜愛的人，倒入口中會引起噁心感，反而降低服藥意願。

3.直接倒入口中，很難保證所有粉末都成功被吞下。可能有一部分會卡在口腔內壁、牙齒上，或在嗆咳時被噴出，導致實際服下的**劑量不足**，影響治療效果。

4.顆粒劑是水溶性粉末，泡水溶解後使用，好處是**吸收快**，對喉嚨不適有較快的舒緩效果。

泡水溶解時要注意，因為高溫會使其有效成分變質，降低藥效。建議使用涼開水或溫開水溶解再使用較好。使用方式如下，準備一個容器，先將顆粒劑倒於容器中，加入100cc的涼開水或溫開水，攪拌溶解後飲用即可。

藥師溫馨提醒：

要注意acetylcysteine不得與含酒精飲料併用，且加水泡製後應盡快服用完畢。Acetylcysteine極易吸濕，若拆封後未一次使用完畢，應放在乾燥處儲存。

資料來源：

1. 愛克痰藥品仿單
2. Acetylcysteine for Patients Requiring Mucous Secretion Clearance: A Review of Clinical Effectiveness and Safety. Canadian Agency for Drugs and Technologies in Health; 2019 Jun 14.
3. N-acetylcysteine in Kidney Disease: Molecular Mechanisms, Pharmacokinetics, and Clinical Effectiveness. Kidney Int Rep. 2024 Jul 20;9(10):2883-2903
4. https://www.drugs.com/cons/acetylcysteine-oral.html

（本文作者為郭綜合醫院藥劑科前副主任）

藥師週刊電子報 僅供線上閱覽．版權所有．本刊圖文未經同意不得轉載．禁止以各種形式複製列印

藥師週刊電子報 僅供線上閱覽 本刊圖文未經同意不得轉載









藥師週刊電子報 僅供線上閱覽・版權所有・本刊圖文未經同意不得轉載・禁止以各種形式複製列印

藥師週刊電子報 僅供線上閱覽 本刊圖文未經同意不得轉載

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
- 賺更多 | 內部支援機會多，可增加額外所得
- 可排休 | 彈性排休，規劃年度休假旅遊
- 離家近 | 全台展店，可離家近，也可離家遠
- 晉升快 | 開店快、晉升機會多
- 可創業 | 品牌授權、創業加盟，實現財富與時間自由
- 0壓力 | 不想業績壓力，也可以專職調劑
- 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173位
尚餘27位名額 等您來加入



創造夥伴更成功的人生

藥師週刊電子報 僅供線上閱覽．版權所有．本刊圖文未經同意不得轉載．禁止以各種形式複製列印