

組織和管理藥物



在這一AARP獨居聯盟(AARP Home Alone AllianceSM)視訊中，一名焦慮的家庭照顧者正在與護士核對母親的藥物以確保她遵循了指示。本視訊中需要牢記的第一點是：如果您對任何藥物(包括藥丸、噴霧、藥膏、滴眼液、膏藥貼和注射劑)有任何不解之處，務必諮詢開藥醫師、護士或藥劑師，尋求幫助。

第二個重點是，您需要有組織地計劃服藥，以便病患能夠在正確的日期時間按正確的劑量服藥。

- > 護士可能會建議您購買一個可自己填充的藥物分類盒。這種類型的分類盒有許多開口，可按每天的服藥時間和劑量開啟服用。您必須非常小心地補充藥物，通常每週一次。
- > 或者您也可以詢問藥劑師是否能夠為您預先補充藥物並在藥盒上貼好標籤。

更多資訊

聯合醫院基金會的《下一步照顧(Next Step in Care)》手冊中的「藥物管理：家庭照顧者指南」提供了其他重要建議。該免費指南提供英語、西班牙語、中文和俄語版。您可瀏覽

https://www.nextstepincare.org/next_step_in_care_guides/105/Medication_Management/chinese獲得。

以下是我們經授權轉載的一些指南重點。

理解處方

有時，醫生開具的處方讓人摸不著頭腦。醫生處方通常以拉丁文簡寫書寫，只有處方醫生和藥劑師能夠看懂。這些術語通常指示如何服藥，包括劑量和頻率。這些術語都寫在您帶去

藥店開藥的處方單上。儘管您始終應該向藥劑師或醫生問清楚具體的服藥說明，但學會閱讀常見的處方指示也是非常實用的。

處方上常見的術語包括：

- > Sig – 所有處方上都有這一術語，這就是「寫」的意思。這只是處方醫生在告訴藥劑師要準備哪些藥物，並如何為藥瓶(或其他容器)貼標籤。
- > bid – 本藥物每日服用兩次。
- > tid – 本藥物每日服用三次。
- > qid – 本藥物每日服用四次。
- > Q 3 h – 本藥物每三小時服用一次。
- > Qd或OD – 本藥物每日服用。
- > Prn – 本藥物按需服用。
- > PO – 本藥物口服。

提出有關藥物管理的問題

要實現良好的藥物管理，務必做到「不懂就問」。以下是家庭照顧者常常會提出的問題：

關於新藥物

- > 這種藥物叫什麼名字？
- > 為什麼您的家人要服用這種藥物？
- > 您的家人應在每天哪個時段服藥？

- > 這種藥物能夠與食物同服嗎？如果需要空腹服用這種藥物，需要在餐前或餐後幾小時服用？
- > 在服用這一藥物時，是否有忌口，或需要避免一些活動（如駕駛）？
- > 如果藥物處方上寫著「按需服用」，什麼情況才算「需要」呢？
- > 這種藥物可能出現什麼副作用或過敏反應嗎？我要注意哪些跡象？如果病患出現類似問題，我該怎麼做？
- > 這是品牌藥物還是普通藥物？
- > 如果存在可替代品牌的普通藥物，我的家人能夠服用嗎？
- > 這種藥物多少錢？我的藥房有賣嗎？保險承保這一藥費嗎？如果不承保，我要如何以其他方式獲得該藥物？

對於您的家人目前正在服用的藥物

- > 如果我的家人漏服了一次藥，我該怎麼做？我是應該將下一次給藥的劑量翻倍，還是照常給藥？[注意：大多數專家反對翻倍給藥。]
- > 如果病患服用了太多/太少藥物，該怎麼做？
- > 我應該留意哪些副作用的跡象？
- > 病患何時可以停止服用這一藥物？

《藥物管理表》

要組織和管理藥物，離不開準確的用藥情況記錄，即隨時記錄藥物的變化情況。您可填寫並隨時更新《下一步照顧(Next Step in Care)》手冊中的《藥物管理表》，瀏覽：https://www.nextstepincare.org/Caregiver_Home/Medication_Management_Form/。本表格免費且可以四種語言提供。

您也可以使用AARP提供的另一份實用的藥物管理表。該表格名為《我的個人用藥表》。您可瀏覽 https://www.aarp.org/health/drugs-supplements/info-2007/my_personal_medication_record.html 獲得。本表格有英語版和西班牙語版。

如有問題，隨時提出

組織和管理藥物非常棘手，但只要您建構保持一個良好的體系，處理起來就容易得多了。但是，如果您有任何疑慮或問題，不要猶豫，立即致電處方醫生、護士或藥劑師。

AARP公共政策研究所
由Carol Levine，聯合醫院基金會(United Hospital Fund)提供