

有效又平安 服藥多用心

用來治療與控制疾病的藥物，為何會和意外事故扯上關係？可能原因如下：

1. 服藥未遵照醫師指示的劑量、頻率或間隔時間
2. 藥物與某些食物有不宜併用的禁忌
3. 藥物副作用

讓我們透過兩個案例做更具體的說明：

案例1

王先生血糖太低，從樓梯上摔下來

王先生是一位患有糖尿病的42歲業務員，平日負責替客戶定期保養機械，還需處理機械發生的異常狀況。某日中午，他吃了飯前服用的降血糖藥物，即接到客戶來電告知機械故障，他馬上趕去處理。努力了3小時，終於將機械修好了，因為已過用餐時間，想起公司晚上有聚餐，於是便以一杯咖啡配幾片餅乾果腹。

文／藥劑部 藥師 蔡獻華

攝影／游家鈞

後來，王先生覺得心跳加快、手會發抖，他不以為意，仍服下晚餐前應服用的降血糖藥物。到了聚餐場所，在等待上菜時，他與同事喝酒談笑，隨後想小解，卻在前往廁所的樓梯上忽然一陣強烈的暈眩，整個人便從樓梯上摔了下來。送醫後，醫師診斷他除了外傷，還有低血糖現象。

● 原因分析

王先生雖然會按時服藥，但是他對糖尿病顯然不夠了解。糖尿病患除了按時服藥，生活作息也要規律，飲食必須定時定量，因為這關係到身體對葡萄糖的處置。當血液中的葡萄糖上升到一定程度，就會促進胰島素分泌，將葡萄糖帶回細胞和肝臟內儲存；相反的，當血液中的葡萄糖下降到一定程度，會促進肝臟內的肝糖分解和葡萄糖新生，這是身體葡萄糖的平衡機制，糖尿病患的這種機制必須靠藥物協助才能取得平衡。

王先生當天準時服藥，但未按時進食，胰島素的供給量大於實際需求，導致低血糖，再加上既喝咖啡又喝酒，才會突然暈倒。

● 低血糖的警訊

何謂低血糖？保守定義是血糖值 < 70mg/dL，但血糖值不能用來描述臨床上的嚴重程度，而應以實際呈現的症狀來定義。低血糖症狀會因人而異，每次發作也可能會有不同的表現，所以必須依照個人經驗過的「個別症狀」來判斷嚴重度。

1. 早期警告：當血糖值 < 70mg/dL，病人會出現自主神經症狀，包括饑餓感、發抖、冒汗、顫動、心悸、脈搏加速、體溫變化、呼吸困難。

2. 危險時刻：當血糖值 < 50mg/dL，會出現中樞神經葡萄糖缺乏症狀，包括思考緩慢、注意力不集中、視力模糊、動作不協調、暈眩、疲倦、嗜睡，意外往往就在此時發生。如果腦神經功能嚴重受損，會產生怪異行為，最嚴重時可能昏迷或抽搐。

3. 注意事項：飲食及藥物都可能影響低血糖自主神經症狀的表現。例如咖啡因本身就會造成某些自主神經症狀（心悸、脈搏加速），可能因而導致誤判；酒精會抑制肝臟內葡萄糖的新生，也會抑制中樞神經的反應，使低血糖症狀無法及時被發現；心血管藥物的乙型阻斷劑（如propranolol），會使早期的自主神經警告症狀不明顯。因此，糖尿病人最好避免上述物質的飲用或併用。

● 低血糖的處置

1. 輕度（血糖值 < 70mg/dL）：食用10-15公克的純葡萄糖或含醣類的食物與飲料（15分鐘後評估症狀是否解除，若未解除須重覆治療），通常都可立刻恢復正常，之後應攝取少量食物。

2. 中度（血糖值 < 50mg/dL）：食用20-30公克醣類，在早期症狀解除後15分鐘內要吃些額外的食物，可能須等30分鐘或以上才能恢復正常生理活動。

3. 重度（血糖值 < 45mg/dL）：立即靜脈注射50%葡萄糖輸注液或升糖素，當病人有了反

應，必須給予含碳水化合物的液體食物，然後再給少量點心。隨後的數小時內，積極監測血糖值，以確保血糖值的平穩，並且預防因過度治療引起高血糖。

4.注意事項：巧克力和冰淇淋含大量脂肪，會延遲糖分的吸收，無法迅速矯正低血糖。另外，代糖無法改善低血糖。

案例2

李小姐服藥後昏昏欲睡，開車發生車禍

李小姐是25歲的專櫃人員，某日因皮膚上冒出一塊塊會癢的紅癩，越抓越癢，只好請假2小時去皮膚科診所醫治。醫師診斷是蕁麻疹，開抗組織胺給她服用，處方藥品包括短效的Actifed一日3次，長效的Loratadine睡前服用，還有一條止癢藥膏。時間接近中午，她怕忘記服藥，在診所先服用1顆短效的Actifed，吃完飯就趕回公司上班。

服藥一個多小時之後，李小姐外出調貨，開車途中一直昏昏沈沈的想睡覺，在注意力無法集中之下，出了車禍。

• 原因分析

這是單純由藥物副作用所引發的意外事件。抗組織胺藥品最常見的副作用就是昏沈想睡，尤其是第一代短效的抗組織胺藥，常用的有Actifed、cyproheptadine、diphenhydramine等；第二、三代長效類藥物就較少發生嗜睡的副作用，現在比較廣為使用，常用的有cetirizine、levocetirizine、loratadine、desloratadine、ebastine等。

藥物副作用的處置

藥物副作用的發生通常與個人體質有關，一旦如此，必須記錄下來（例如個人藥物過敏卡），以防再度如此。當出現昏沈嗜睡、注意力無法集中的副作用時，可以喝些提神飲料（例如咖啡、茶）或直接休息；下次服藥則可改服一半的劑量，看看身體能否適應，若仍無法適應，請回診找醫師換藥。

其他會造成嗜睡、暈眩、注意力不集中的藥物有以下幾類：

- 1.肌肉鬆弛劑：**常用的有chlorzoxazone、baclofen、tolperisone、tizanidine。
- 2.鎮靜安眠藥：**常用的有alprazolam、diazepam、lorazepam、fludiazepam、oxazolam。

治病的藥物使用不當，可能變成穿腸毒藥，所以當必須服藥時，請務必問清楚「我吃的是什麼藥？」「如何服用？」「有沒有要特別注意的事項？」「有無不可吃的食物或不可同時服用的藥？」

「這些藥有沒有副作用？如果有副作用要如何處理？」多提問，多了解，以保障用藥安全。

