

# 按時按量服藥

依照處方服藥可能會是一項挑戰

參見此圖表以瞭解有用的建議。



問題	應對辦法
<p><b>1 我不需要服藥。</b> – 我感覺很好。</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 即使您沒有症狀，糖尿病、高血壓與高膽固醇也會損傷您的身體。</li><li>• 不要停止用藥，除非已事先諮詢過您的醫師。</li></ul>
<p><b>2 這太複雜了！</b> – 藥片太多！ – 服藥次數太多！ – 我沒辦法全部記清楚！</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 諮詢您的醫師，是否可以將您的某些藥片改為每天服用一次或將不同藥片混合服用（這樣您就可以減少每天服用的藥片）。</li><li>• 請詢問藥劑師是否有藥片收納盒或泡罩包裝。</li><li>• 看醫師時請帶上所有藥瓶，以便醫師確認是否有不再需要服用的藥片。</li><li>• 請致電 <b>311</b> 或向您的醫師或藥劑師索取註明您所有藥物以及服用時間的「服藥紀錄表 (<b>Medication Log</b>)」。</li></ul>
<p><b>3 藥物太貴。</b> – 我負擔不起。 – 我只要少服用就可以持續服用更長時間。</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 詢問醫師您的藥物是否有低成本的仿製藥。</li><li>• 詢問醫師您是否有資格享受免費藥物。許多人都具備資格。</li></ul>

接續下一頁

# 按時按量服藥

問題	應對辦法
<p><b>4 我的藥吃完了。</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 我忘記了續藥。</li> <li>- 我旅行時藥物吃完了。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 請向您的健保計畫查詢您是否可以一次開到最多 3 個月的藥物。</li> <li>• 請向您的藥房或健康計畫詢問，他們是否有提醒服務或遞送後續藥物。</li> <li>• 每週檢查您的藥瓶，看還剩多少藥丸。當您的藥快要吃完時，請打電話給您的醫師或藥師，及時續藥。</li> </ul>
<p><b>5 我就是記不住服藥。</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 請設定鬧鐘來提醒您服藥。</li> <li>• 在您的牙刷或者您每天都使用的物品旁留下提醒。</li> <li>• 使用每日或每週藥盒來收納藥物。</li> </ul>
<p><b>6 這種藥物沒有效果。</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 我覺得它讓我不舒服。</li> <li>- 我現在感覺比以前更糟糕。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 如果您在用藥時出現任何問題或出現副作用，請立即告知您的醫師。如果您的藥物會引發副作用，您的醫師可以給您換其他藥物。</li> <li>• 除非您的醫師或藥師告知您停藥，否則請不要停止服藥。</li> </ul>
<p><b>7 我看不懂藥品標籤。</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 許多藥房都能夠以不同語言或者較大的字體列印標籤，或者將圖片貼在容器上。</li> </ul>
<p><b>8 我覺得很難堪。</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 我不想讓別人知道我在服藥。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 請在辦公室或在家裡找個沒人的空間服藥。</li> <li>• 將藥物放在只有您可以拿到的地方 (但不要忘记您將它們放在哪裡！)。</li> </ul>