



社區藥物教育輔導會

Community Drug Advisory Council

藥物安全與毒品

註冊社工 黃偉杰先生

—

我們的使命



社區藥物教育輔導會

Community Drug Advisory Council



1

提高社會
對濫用藥物
問題的關注



2

協助服務使用者
發展社交技能，
拒絕濫用藥物的
引誘



3

向社會大眾
推廣健康生
活模式

講座內容

1. 介紹安全用藥小貼士及藥物的分類
2. 探討常見用藥迷思、毒品的最新趨勢和謬誤
3. 學習辨識濫藥問題，協助孩子遠離毒害

活動前問卷



https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpOLSfa8AzozoHLN3sOOV96MHwMf-hyY_luHozxmedrqUxjIVtnag/viewform

容易接觸到的藥物



A



B



C



D



藥房與藥行的分別

	藥房	藥行
使用「藥房」名銜	√	x
使用「Rx」標誌	√	x
當值藥劑師駐店	√	x
可配發醫生處方藥物(在藥劑師監督下)	√	x
銷售藥劑師專售的受管制藥物	√	x
銷售一般藥物, 如傷風感冒藥	√	√

藥物分類

第一類藥物

這類藥物必須在註冊藥劑師監督下按醫生處方配售，例如降血壓藥、抗糖尿病藥和鎮靜劑，這些處方藥是用來治療嚴重疾病，不正確的劑量或使用不當，可能會危害健康。 **Prescription Drug** 處方藥物

第二類藥物

這類藥物不需要醫生處方，但必須在註冊藥劑師指導及監督下銷售。這類藥物必須謹遵其用法和用量使用，以免危害健康。 **Drug under Supervised Sales** 監督售賣藥物

第三類藥物

這類藥物可以在沒有藥劑師駐守的藥房或藥行銷售，例子包括傷風藥、退燒藥和止痛藥。這類藥物通常用於治療或舒緩輕微病癥，而其副作用也較少。儘管如此，市民必須謹記，這類藥物如使用不當，也可能帶來不良副作用。如有疑問，請向你的醫生查詢，而不應自行胡亂用藥。

安全使用藥物 的重要性

呀仔好似病病
地.....自己買藥
俾佢食???



安全使用藥物的重要性

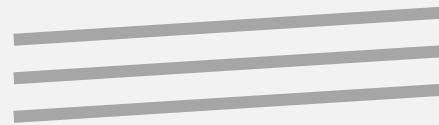
- ✓ 藥物要使用得當才可發揮**治療功效**
- ✓ 避免引起**不良藥物反應**
- ✓ 在未能對症下藥的情況下而服藥，有可能**延誤病情**
- ✓ 善用多管齊下的生活調適方法，可**減低用藥的數量及份量**，避免副作用。



**MEDICINE
SAFETY**

兩歲女疑誤服抗抑鬱藥

【本報訊】繼前日屯門一名3歲女童懷疑誤服精神科藥物，昨晚黃大仙采頤花園又有
一名兩歲女童懷疑
誤服家中的抗抑鬱藥，被家人發現
昏倒廳間地上，報警送院急救後，情況嚴重，留醫兒童深切治療病房醫生提醒家長
兒童誤服藥物後果嚴重，應**小心存放藥物**
，避免小童觸及。



粗心父餵錯藥 1歲女誤服蟑螂藥 致心肌肝腎損傷

湖北武漢28歲趙先生，周二(12日)剛起床後，迷糊間對1歲女兒**誤餵蟑螂藥**，導致心肌及肝腎輕度損傷



父親一時粗心大意，誤將蟑螂藥當作奶粉。(五聯網)

常見用藥迷思

呀仔好似病病
地.....自己買藥
俾佢食???



1.「服藥越多越快好！」



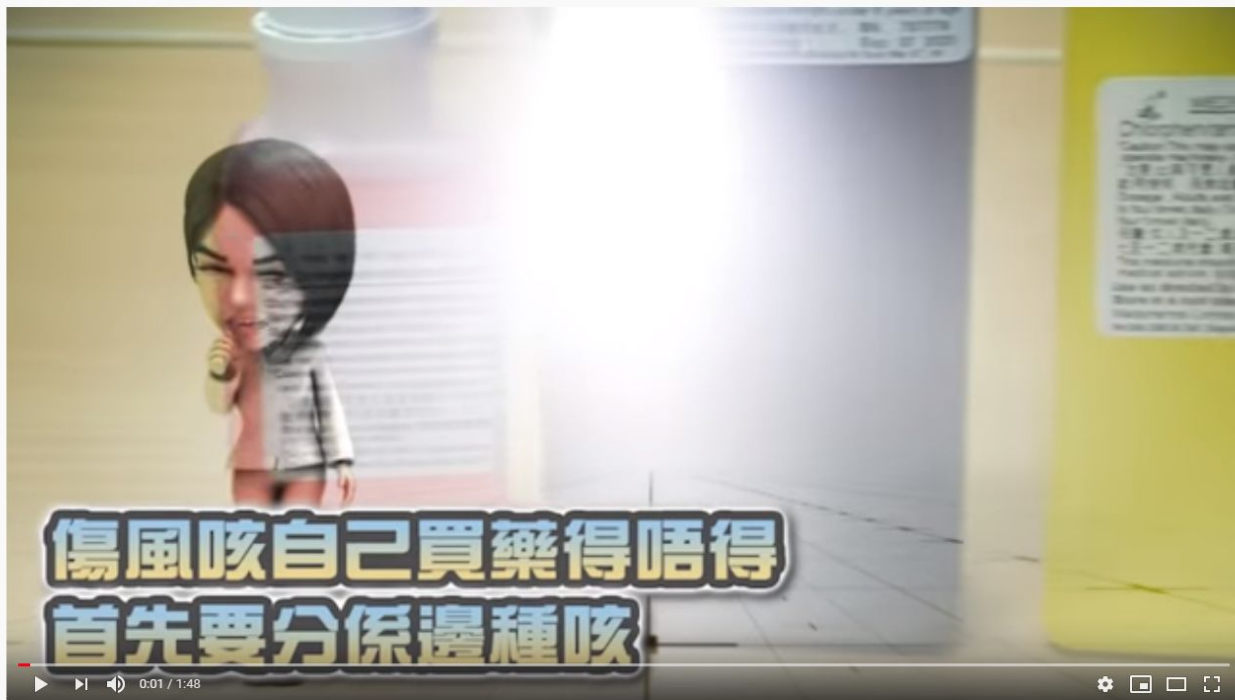
- 劑量太小，達不到治療目的
- 劑量太大，有可能會引起藥物中毒



- 服用經過醫生的診斷才處方的藥物
- 跟據**醫療指示**服藥



傷風咳自己買藥得唔得？



傷風咳自己買藥得唔得
首先要分係邊種咳

2. 服西藥喝果汁行不行？



- 服藥最好用**清水**，以免飲品中的酸鹼值或類黃酮素影響藥效甚至產生毒性



2. 服西藥喝果汁行不行？



- 不建議配茶喝
- 茶葉中含有單寧酸及生物鹼，例如咖啡因，會引起酸鹼反應，不利吸收且**影響藥效**

3. 可否弄碎藥片才服用？



- 部份藥物表面有特殊塗層
- 保護胃部或避免藥丸遭胃酸侵蝕，胡亂磨碎會影響藥效。



3. 可否弄碎藥片才服用？

- 切開藥丸是較可取的做法

- 一般藥丸如中間有橫紋，
代表可以切開一半



- 並非所有藥丸皆宜切碎，特別是長效藥，恐防影響藥效

4. 膠囊是不是藥的一部分？因為有些孩子吞不下去，可以不吃嗎？



膠囊是...

- 保護藥物的藥性不被破壞
- 保護消化器官和呼吸道



4. 膠囊是不是藥的一部分？因為有些孩子吞不下去，可以不吃嗎？

可打開膠囊

- 保健藥

不可打開膠囊

- 抗生素：
腐蝕或者灼傷食道
- 腸溶性膠囊：
藥粉在胃中就被吸收，
達不到藥效
- 和緩釋性膠囊：
藥效不能慢慢釋放

5. 弄濕了的藥丸，可不可以曬/
吹乾/用微波爐烘再吃？



受潮後藥性已改，
不宜再用。



6. 忘了服藥可以補吃嗎？



症狀緩解的藥品
(如：止痛劑、鎮咳劑)

- 忘了服藥沒有關係

治療或預防的藥品
(如：高血壓、糖尿病用藥)

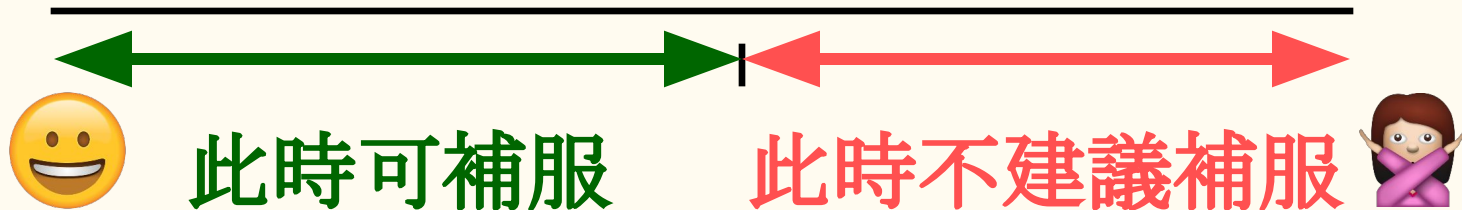
- 在短時間內想起立即服用
- 接近下次服藥時間(超過兩次服藥時間的中點)，則跳過不用，下次恢復正常時間服藥
- 除非有醫師特別指示，勿使用雙倍量



正常服
藥時間
8:00

二次給藥
時間中點
10:00

正常服
藥時間
12:00



注意！！下次服藥時使用正常劑量
切勿服用二倍劑量

7. 現在醫生給我的藥丸是一排排的，每粒都用錫紙封實的 (以前樽裝，沒有封紙)，我可否拆開封紙，將藥丸放在藥盒？



- 錫紙包裝有防止太陽照射及防潮作用
- 錫紙包裝上一般清楚印有批號及有效日期



7. 現在醫生給我的藥丸是一排排的，每粒都用錫紙封實的 (以前樽裝，沒有封紙)，我可否拆開封紙，將藥丸放在藥盒？



- 分配到散裝藥物，應存放在**密實袋/密實盒**
- 藥盒並非完全密實，防潮作用不大
- 應盡量將藥物保存在原本的包裝內，**有需要時才取出**



8. 我有一罐仍未開封的止痛藥，但有效期(Expiry date)將至。想問一般過了保質期是否仍可服用？存放於雪櫃可否保效長些時間？



- 一般原樽或排裝藥物，有效日期(Expiry date)會列印在包裝上
- 未開封並不代表保質期可延長



8. 我有一罐仍未開封的止痛藥，但有效期(Expiry date)將至。想問一般過了保質期是否仍可服用？存放於雪櫃可否保效長些時間？

有效日期是...

- 廠方可保證在有效日期前藥物品質，包括有效成份的流失率、毒性、含菌量及外觀有所保證

- 過了有效日期，服用後有可能出現反效果



9.「抗生素」病徵消失是否就可以停用？

抗生素是...



- 治療細菌感染
- 可以殺死細菌或使其停止繁殖
- 不同種類的抗生素可用作治療不同的細菌感染。



9.「抗生素」病徵消失是否就可以停用？



不適當使用抗生素...



- 引致耐藥性
- 當細菌、病毒、真菌和寄生蟲等微生物發生改變，使用於治療所引起感染的藥物變得無效

10. 保健食品，一定對身體有益無害！



保健食品 - 介於食品與藥品之間

- 攝取過量濃縮成分，若人體沒用到，營養素將累積在內臟、無法代謝，久了也會產生毒素，影響肝臟、腎臟

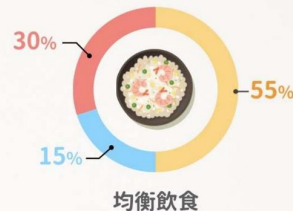


10. 保健食品，一定對身體有益無害！

- 均衡飲食，已可提供身體所需的各種養份
- 未必每一種「保健食品」都經過大規模的科學研究去確定它的功效及副作用

均衡飲食的三大營養素攝取比例

■ 碳水化合物 ■ 蛋白質 ■ 油脂



毒品

毒品=藥物？

毒品的定義：

- 非治療用途
- 具成癮性
- 通常為精神科或麻醉類藥物

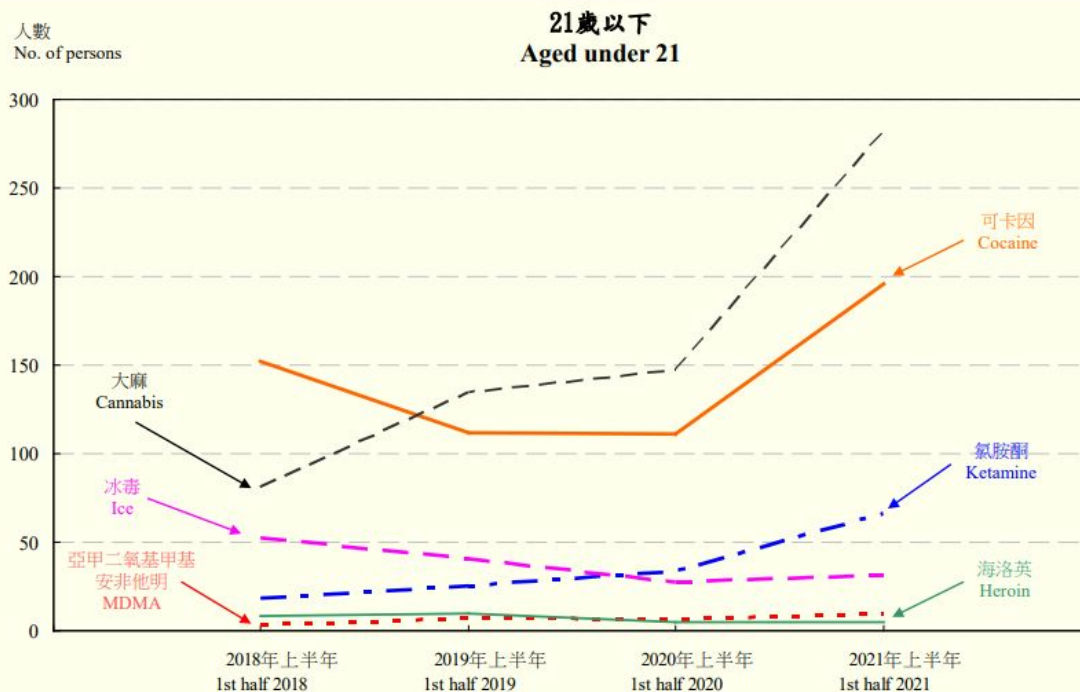
或

《危險藥物條例》附表所列明的藥物

香港最新吸毒情況(2020年)

- 被呈報的21 歲以下吸毒者人數：525 (較2019年上升6%)
- 學生佔被呈報青少年吸毒人數：35% (較2019年上升9%)
- 反映青少年吸毒有增加的跡象

香港最新吸毒情況



註釋：因為某一被呈報吸食毒品者可吸食多於一種毒品，所以被呈報吸食不同毒品種類的人數不應加起來。
Note: Since a reported drug abuser may abuse one or more types of drugs, the numbers reported for abusing different drugs should not be added together.



最常被高小學生吸食毒品

資料來源：
二零一七／一八年學生服用藥物情況調查
(26-03-2019)

1



咳水 / 咳丸
40%

2



搖頭丸
17.6%

3



可卡因
16.3%

可卡因

俗稱: 可樂、汽水、滴滴

類別: 興奮劑

產地: 南美洲(哥倫比亞)

來源: 源自古柯樹的樹葉

醫療用途: 不常用(局部麻醉)



霹靂可卡因

- 加入梳打粉和水
- 火燒時會產生爆裂聲
- 純度介於75%至100%之間
- 抽菸方式較快使毒品抵達腦部，只需10秒便產生快感
- 但快感只歷時15分鐘
- 十分容易成癮
- 成癮機會遠較一般的可卡因猛烈、強勁



可卡因吸食方法

1. 鼻腔吸入



2. 溶於水中，再用針筒注射



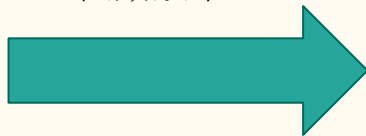
3. 加入煙草中吸食(霹靂可卡因)



吸食可卡因後...

- 異常歡欣的感覺
- 心跳及血壓上升
- 敏感、多疑
- 焦慮或驚惶
- 被迫害的感覺
- 肌肉抽痛、眩暈、手震

長期效果



- 暴躁
- 妄想
- 記憶受損
- 情緒失調
- 精神病患

卡痛 (Kratom)

海關首次檢獲違禁帽柱木鹼 市值約 667 萬 美國新興毒品似綠茶粉

2021/10/04 - 16:49 1.6k



資料來源: 立場新聞

卡痛 (Kratom)

- 學名：帽柱木鹼
- 2021年8月13日被列入《危險藥物條例》附表一
- 帽柱木鹼是一種名為美麗帽柱木的植物的主要化合物，如被濫用，或會出現噁心、便秘、尿頻、食慾不振、癲癇、幻覺及斷癮徵狀等身體反應。
- 不法商家稱卡痛可以：舒緩疼痛、提神醒腦
- 原用於戒藥癮治療，為海洛英的替代品

如何辨識子女是否濫用藥物

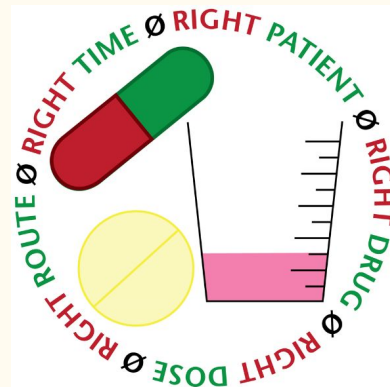
1. 情緒極度不穩定
2. 明顯食慾的下降
3. 尿頻, 並有尿道炎症狀
4. 經常感到疲倦、精神恍惚或反應遲緩
5. 經常索取金錢

如懷疑子女有毒品問題

1. 切勿
 - 自行處理
 - 責難子女
 - 逃避
2. 正視子女吸毒背後的原因，例如：
 - 是否受朋輩影響
 - 遇上學業問題
3. 關心和了解他們的需要，並教導子女
 - 有關毒品的禍害
 - 如何面對逆境，不要誤以為吸毒能解決問題
4. 應迅速尋求協助

安全用藥守則

- ❑ 切勿自行更改份量或停止服藥
- ❑ 若不按時服藥，就難以控制病情
- ❑ 不要隨意換藥
- ❑ 切勿互相使用處方藥物



安全用藥守則

- ❑ 用藥後如有**不良反應**，應立即**停藥**，盡快**攜同所服藥物求診**
- ❑ **覆診時...**
 - **告訴醫生服藥後的反應**
 - **如實報告醫生少吃多吃的份量**



安全用藥守則

□從不同食物中吸收各種營養和維他命

頭條日報 任睇 NO.1

即時新聞 日報新聞 揭真版 專欄 Popnews 娛樂影視 財經網 生活消費 馬經網 Blogcity

請輸入搜尋字句 **搜尋** 熱門：港聞 出動 紅圈站 連環爆 慘劇風波

即時新聞 **港聞** 港聞 娛樂 中國 國際 地產 財經 體育

【健康talk】維他命丸保健美容？暗藏健康風險咪亂食

f G+ t d e 2018-04-24 18:09 列印 文字大小



1/1 營養師指，任何藥物不論中、西藥物及補充劑，均可能對身體造成負擔。

一些大家看似平常、無甚風險，甚至以為健康的飲食習慣，其實有可能潛藏危機。以港人最常接觸的維他命丸為例，雖打着「保健」旗號，但如長期不當應用，也有機會對身體造成損害，例如導致肝臟中毒、增加腎結石風險等。



【消委會】維他命咪亂食！孕婦攝過量葉酸BB或自閉

0:20 / 2:03

【消委會】維他命亂食！孕婦攝過量葉酸BB或自閉
收量次數：2,327 次，發佈日期：2018年9月19日

13 學 0 分享 儲存 ...

讀萬書新聞 HK Apple Daily
1,514 位訂閱者

訂閱

m...o...mp4 y2mate.com - o...mp3

維他命C

建議每日攝取量

男性:90毫克

女性:75毫克

過量可致惡心腸胃痙攣 腎病患者慎服

維他命C為水溶性營養素，過量攝取一般會被排出體外，維他命C每日可耐受最高攝入量為2000毫克，過量攝取或會導致惡心、腹瀉及腸胃痙攣等問題。黃蘊芝提醒，腎病患者如長期攝取高劑量維他命C，有機會產生草酸鈣而導致腎結石。

維他命C含量較高蔬果

食物	分量	維他命C含量	
紅燈籠椒	生	1碗	190毫克
	熟	半碗	97毫克
青燈籠椒	生	1碗	120毫克
	熟	半碗	63毫克
羽衣甘藍	生	1碗	75毫克
	熟	半碗	11毫克
橙(中型)		1個	70毫克
奇異果(中型)		1個	64毫克
士多啤梨		半碗	50毫克
西蘭花(熟)		半碗	50毫克
木瓜		半碗	45毫克
菠蘿		1片	40毫克

明報

過量服用維他命的壞處

過度服用份量

過量服用可能出現的症狀

只要有均衡的飲食，從食物中攝取的維他命已經足夠維持身體的新陳代謝，並不需要服食額外的維他命

維他命C

維他命E

士瀉

家庭教育小遊戲 - 藥物標籤

西醫李健康
地址：香港健康道1號地下
電話：2521 2880

姓名：_____ 日期：_____

每日服 _____ 每次服 _____

每隔 _____ 服 1 次

特別資料：

藥名：_____

社區藥物諮詢委員會
Community Drug Advisory Council

UNIVERSITY OF HONG KONG
香港大學

如何閱讀藥物標籤

The diagram illustrates a medicine label for AUGMENTIN SYRUP 156MG/5ML. Red lines connect Chinese labels to specific parts of the label:

- 劑型** (Formulation): AUGMENTIN SYRUP 156MG/5ML
- 一般儲存方法** (General storage method): 小心放置, 以免兒童誤服
- 劑量** (Dose): 60 ML
- 配藥數量** (Dispensed quantity): 60 ML
- 藥物名稱** (Drug name): AUGMENTIN SYRUP 156MG/5ML
- 使用方法** (Usage method): 餐前即口服每日三次, 每次<5>毫升
- 用途** (Indication): 抗生素; 請按指示用完此藥
- 特定儲存方法** (Specific storage method): 存放於雪櫃內; 使用前搖勻
- 病人姓名** (Patient name): 病人九二
- 配藥醫院/診所** (Dispensing hospital/clinic): 將軍澳醫院 (VII/WKS2)
- 藥物代碼** (Drug code): AUGM02
- 注意事項** (Precautions): 5毫升等於一標準藥匙
- 配藥日期** (Dispensing date): 20/11/2015
- 個案編號** (Case number): SOPD1510340S, MED 0003_02

Additional information on the label includes: 將軍澳醫院 (VII/WKS2), OT connie_m*** 1/1, and a barcode.

藥物標籤

- ✓ 藥物名稱
- ✓ 用途
- ✓ 每日服用次數
- ✓ 每次服用劑量
- ✓ 服用方法
- ✓ 預知的副作用
- ✓ 療程時間
- ✓ 如忘記服藥的安排
- ✓ 儲存方法
- ✓ 可否跟飯餐服藥

如有不明白或核對出錯誤，
請立刻向配藥員、藥劑師或醫生查詢

藥水劑量

- 5 毫升 (ml) = 1 標準藥匙 (5ml spoonful)
- 2.5 毫升 = 半標準藥匙
- 7.5 毫升 = 1.5 標準藥匙
- 10 毫升 = 2 標準藥匙等



家庭教育小遊戲 - 藥物標籤



社區藥物教育輔導會
Community Drug Advisory Council

中文 | English



- ☆ 最新消息
- 👉 機構簡介
- 🌱 服務介紹
- 📖 教學資料
 - 濫用藥物情況
 - 藥物資料
 - 中學教材
 - 小學教材**
- ❤️ 家長天地
- 🖋️ 社區資源
- 🖱️ 其他連結
- ✉️ 聯絡我們

小學教材

活動名稱	Bye Bye 壞習慣
適用年級	初小學生
活動目的	加強學生對健康生活的了解； 協助學生認識健康生活的重要性。

下載工作紙 

藥物標籤你要知



適合初小學生，
此遊戲讓學生認識藥物標籤及正確用藥的重要性。

依時服藥

- 簡單藥物記錄：可於服藥後在當天的日曆上加上記號
- 配合日常生活：將服藥時間安排與一些生活習慣一起進行



依時服藥

- 擺放藥物地點：**當眼而安全**的地方
- **鬧鐘**提示



依時服藥

- ❑ 飯前食: 飯前起碼半小時
飽肚食: 剛剛吃完飯;
飯後服: 餐後一至二小時

- ❑ 遇有些藥丸每次只需服半粒, 需助孩子用餐刀輕輕分成兩半, 方可讓他服食



配藥 / 購買藥物

- ✓ 必須到有**標誌的藥房**和有**藥劑師駐場**的藥房
- ✓ 必須張貼駐店藥劑師的**執業證書**和**相片**
- ✓ 堅持選購**醫生處方**的「牌子」
- ✓ 購買藥物後，必須向藥劑師了解**清楚藥物的服用方法**



安全儲存藥物守則

親子

藥物儲存
要小心!



以免影響藥物
有效性 + 安全性!



安全儲存藥物守則

- ✓ 藥物應存放在陰涼及乾爽地方(理想溫度是攝氏25°C) 除特別註明, 不應放在廚房浴室或雪櫃內
- ✓ 大部份藥物都不宜在雪櫃內貯存, 因為有些藥物經雪凍後容易受潮, 導致影響藥性和藥效



安全儲存藥物守則

- ✓ 藥物應存放在兒童看不到及接觸不到的地方，最好放在高於1.5米或以上的位罝
- ✓ 藥物要獨立存放，與食物分開儲存
- ✓ 藥物應存放在有正確標籤的容器內，服藥後亦應該將藥物放回有正確標籤的藥袋內



安全儲存藥物守則

- ✓ 口服與外用藥物應分開放置
- ✓ 若需要切割藥丸的話，注意最好只切割當時所需分量，並不要一次過切割大量藥丸，因為經切割的藥丸可能會較易變質



安全儲存藥物守則

- ✓ 定期檢查藥箱中藥物有效
- ✓ 日期
- ✓ 已過期的藥物、已變質的藥物(變色/發出異味)、標籤變得模糊的藥物及已開蓋一個月的眼藥水、眼藥膏都不應繼續使用。



安全儲存藥物守則



打開藥樽的時候，內有棉花，
應怎樣處理？

- 棉花的作用：減少藥物於運送期間所受的撞擊力
- 藥樽開封後棉花有機會吸收更多濕氣，建議市民應該**丟掉棉花**

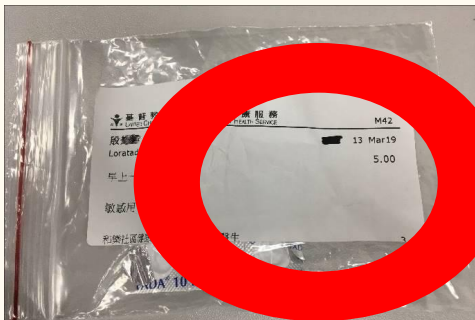
在家庭推行藥物教育的重點

1. 建立正確的藥物觀念

家庭是預防子女濫藥問題的第一度防線，
父母應該**以身作則**

透過日常生活，教導子女自小養成**正確使用藥物的價值觀及習慣。**

方式1:運用相片教導**藥物**是什麼, 以及使用原則



不可以隨意食用不明來歷的東西!



方式2:運用相片及配對教導藥物的分類



醫病

影響健康

藥物

非法

合法



方式3:

使用相關影片分辨安全使用藥物的行為



方式4:使用工具學習藥物知識



在家庭推行藥物教育的重點

2. 發展生活技能

父母可為子女樹立良好的榜樣，協助子女自小培養健康生活的習慣。

自小教導子女**明辨是非**，以**積極的態度**去面對生活的逆境及困難。

在家庭推行藥物教育的重點

3. 建立良好的親子關係

良好的家庭關係有助抗衡朋輩或潮流文化的影響，有助減低子女濫藥的危機。

父母與子女應自小建立良好的溝通習慣，聆聽子女的心聲及意見

在家庭推行藥物教育的重點

4. 防患於未然

父母必須重視**藥物教育**的需要，時刻裝備自己，增加自己對濫用藥物的課題的認識

新大麻毒品包裝成「棒棒糖」

星島日報
SINGTAO



區海峽區副理陳嘉敏與警員（左），與區內區議員在全中區藥房大商場，定角村區議會。



【綜合報導】星島日報報導：聖誕新年假期將至，警方發現新式大麻毒品「K2」及「大麻糖」正在青少年場所散播，更以香料罐樽等包裝，令青少年「防不勝防」。

資料來源：星島日報 16/12/2013

考試亂服**聰明藥**致發育遲緩

這種所謂的「聰明藥」，
真正的用途，本來就不是
用來補腦的！



藥劑師 麥志偉

註：「聰明藥」用於治療兒童專注力不足及過度活躍症



成績不似預期，不少家長都會擔心子女有學習障礙，早前更有人指兒子患專注力不足後即要求開藥，只求服藥後追上學習進度。不過，聲名為「小小藥罐子」的藥劑師麥志偉指出，在用藥上真有一種「聰明藥」Methylphenidate，能夠改善大腦專注力，增強記憶力。不過，如果服用者本身沒有過動症、專注力不足及過度活躍症，為考試亂服「聰明藥」可致發育遲緩。

溫馨提示

如對該藥物有不明白的地方

- ◆請立刻向配藥員、
- ◆藥劑師或醫生查詢



Q & A

活動後問卷



<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpOLsdxmdXOBsZEJZFRHdHo482PTyR6b1afoUOKx-2iObxsUiEvJw/viewform>

Thank you