

【旅遊正確用藥】

假期出遊時，戶外環境的變化容易造成感冒或受到意外傷害。每一種疾病都有分成急救藥和平時的常用藥物，建議能預先算好出遊的天數，並將藥量帶足，一般來說大概需要準備1~2倍的預備藥量，以防突發狀況。

針對旅遊常用藥物的使用注意事項說明如下：

- 一、最常需要準備的感冒藥、止咳藥，大多含有使人愛睡之成分。若自己開車，感到睏意或頭重腳輕時，應停下來休息或請別人代自己開車。
- 二、最常用的防暈車、暈機、暈船藥，最好在乘車前30分鐘服用，若等症狀出現再服用，效果就不明顯。
- 三、最常用於治療被蟲子螫傷的藥物為含腎上腺皮質激素軟膏，它是一種效果較好的特效藥。若到寒冬低溫的地區，皮膚就會變得乾燥、龜裂，甚至引起搔癢感，可塗抹含油性高的綿羊油或凡士林。
- 四、胃腸藥最常用在消化不良、胃酸過多等症狀，可準備制酸劑（即俗稱的胃片或胃乳）。腹瀉也是胃腸道常見的急性症狀，除服用止瀉劑外，需額外補充水分及電解質，若48小時內症狀未控制，需就醫處理。

參考資料來源：正確用藥互動數位資訊學習網