

【慢性病患長期用藥原則】

針對長期穩定用藥的慢性病人，除了按時服藥並維持規律的作息外，慎選佳餚食材，以低鹽、低糖、低油、低膽固醇、高纖及高鈣的「四低二高」原則，並注意以下事項：

【確實遵守醫囑，固定且持續使用藥物】

慢性病患長期服用的藥品不應該因為病情的穩定而擅自停用，當自行停止服用藥物，或許短時間不會造成病情波動，但長久之後容易造成再一次的傷害。

【當忘記服藥時怎麼辦？】

若在短時間想起，請立即補服；若想起來已接近下次服藥時間就不需要補服，只要在下次服藥時間服用一次劑量，切記不可服用兩倍的量。

【養成忠實記錄病症變化的習慣】

長期用藥的病患，必須依病症記錄，如血壓、血糖、不適的情形等，並在下次回診時提供醫師作為診療之參考。

【備足出外旅遊日數兩倍的藥量】

一份隨身攜帶，一份放在行李箱，免得藥物遺失造成困擾。

【如有至其他地方就診，務必主動告知長期使用藥品名稱】

使用重複作用的藥品，可能會增加藥品療效或副作用，或因為藥物交互作用關係，導致藥品原有效果受到影響。因此，為避免服用藥物受到干擾，記得主動告知醫師正在服用哪些藥品。

資料來源：正確用藥互動數位資訊學習網