


 歡迎訂閱
 電子報

安全週報

第836期

多數民眾家中想必都備有不少藥品，像是外用的皮膚藥膏、慢性病患長期服用的降血壓藥，甚至是癌症病患使用的口頰錠等等，然而，這些常用藥品有哪些服用禁忌？有何注意事項？本期食品藥物管理署（下稱食藥署）特別推出《藥小心特輯》，為民眾做進一步說明。

1 降血壓藥有哪些飲食禁忌?! 藥師這麼說

聽說吃降血壓藥不能吃香蕉、葡萄柚，這是真的嗎？高血壓病人在飲食及用藥上有哪些注意事項？食藥署邀請社區藥局吳厚澤藥師為民眾進一步說明。

控制血壓 高鈉食品要小心

高血壓病人攝取過多鈉時，體內水分滯留會使血液量增加，可能會造成血壓升高，使降血壓藥無法達到預期效果。對此，吳藥師建議：像是煙燻食物、加工罐頭、泡菜、調味料、火鍋湯等高鈉食品，高血壓病人都應少吃。

服用這三類降血壓藥 注意高鉀食品

保鉀利尿劑、血管收縮素轉換酶抑制劑、血管收縮素接受體阻斷劑這三類降血壓藥，同時會減少體內鉀離子排出，使血鉀升高，因此高血壓合併有腎臟病的病人服用上述藥品時，應留意高鉀食物（如香蕉、紫菜、葡萄乾、金針菇、

降血壓藥 飲食注意	控制血壓	注意 鈉 攝取量	攝取過多鈉時，體內水分滯留會使血液量增加，可能會造成血壓升高，使降血壓藥無法達到預期效果。
	藥品注意	保鉀利尿劑 血管收縮素轉換酶抑制劑 血管收縮素接受體阻斷劑	服用左述藥品時，應留意 高鉀食物 的攝取，以免加重腎臟負擔（詳見內文）。
	避免共食	葡萄柚(汁)  不要一起吃	葡萄柚(汁)含有furanocoumarin衍生物，會抑制CYP3A4酵素的代謝作用。

空心菜、菠菜、釋迦、榴槤、龍眼乾等)的攝取，以免加重腎臟負擔並造成高血鉀，而出現肌肉無力、心律不整等症狀。食藥署提醒：並非所有高血壓病人都不可以吃香蕉，主要與所服用的藥品有關，民眾如有疑慮，可向藥師或醫師諮詢，確保用藥安全。

此外，有些高血壓病人認為應該降低食鹽中的鈉含量，於是選購低鈉的薄

鹽醬油或低鈉鹽。對此，食藥署表示：市面上的低鈉產品多以鉀來取代鈉，對於服用前述三類降血壓藥的病人，可能造成高血鉀而增加藥品不良反應的發生。

葡萄柚不要和這類降血壓藥一起吃

葡萄柚(汁)含有furanocoumarin衍生物，會抑制CYP3A4酵素的代謝作用。由於許多藥品皆由該酵素代謝，像是鈣離子通道阻斷劑類降血壓藥，吳藥師提醒，服用該類藥品的高血壓病人，服藥期間如食用葡萄柚，可能導致藥品血中濃度升高，而增加發生副作用之機率，像是臉潮紅、頭痛、心跳過速，嚴重時可能會導致低血壓。此外，葡萄柚抑制藥品代謝作用可長達數小時甚至兩三天，即使間隔服藥也無法完全避免。

食藥署叮嚀：服藥應搭配溫開水，勿以葡萄柚汁、茶、牛奶等來吞服藥品，除非藥袋有特別標示，以免產生不良反應。最後建議民眾早晚定時量血壓，若有改變飲食、增減藥品與保健品時，應注意血壓變化。

皮膚外用藥使用前 食藥署三點提醒!

每當皮膚出現紅腫或搔癢時，您是不是經常會自行購買及使用外用藥品？食藥署提醒：導致皮膚生病的原因很多，建議先諮詢藥師，選擇合適的藥品，若

皮膚外用藥使用前 三點提醒

1 瞭解用途

選購前，應先向醫藥人員說明症狀，才能幫助您購買到適合藥品。

2 正確使用

使用前，應詳讀藥品使用說明書，並注意貯存方式及有效期限。

3 勿用不明來源的藥品

使用後仍未改善，應儘快就醫。在使用外用藥品時，建議民眾謹記以下3點：

(1) 瞭解用途：

外用藥品的用途繁多，有抗細菌、抗黴菌、抗過敏及抗發炎等。例如，治療蚊蟲叮咬引起的搔癢，藥品主成分為抗組織胺或類固醇；治療黴菌感染，則是使用抗黴菌藥品。選購前，應先向醫藥人員說明症狀，才能幫助您購買到適合的藥品。

(2) 正確使用：

使用前，應詳讀藥品使用說明書，並注意貯存方式及有效期限。塗抹藥品前，務必先洗淨雙手，保持患部乾燥，薄薄塗抹一層即可，塗抹後並應再次清洗雙手。若擠出或倒出過多的藥品，應丟棄，不可再抹回容器，以免污染藥品。另外，也不建議自行將藥品分裝成小盒，以免導致藥品變質。

(3) 勿用不明來源的藥品：

切勿透過網路、地下電台、流動攤販等管道，購買來路不明藥品或宣稱療