

(5) **濕潤性瀉藥**：利用介面活性劑的原理，促進腸道油水混合，使糞便軟化易排出，常見成分為 docusate sodium。此類藥品較溫和，多與其他類型瀉劑搭配成複方製劑，極少見單方製劑。

使用瀉劑常見腹瀉、腹痛等副作用；長期使用更會造成電解質不平衡與水分缺乏，嚴重者可能導致身體機能異常，甚

至器官受損。因此，瀉劑只可暫時緩解便秘，應避免過度或不正確使用，一旦排便正常就應停藥。

食藥署提醒，對抗便秘最好的辦法還是回歸正常作息、增加膳食纖維、水分及運動來改善便秘。如改變飲食習慣及運動仍無法改善便秘的症狀，則應及早請醫師診治，切勿持續依賴瀉劑，以免延誤潛在疾病之治療。

## 改變人類歷史的抗生素！食藥署帶您一探究竟

**抗**生素，是指可以抑制或殺死細菌的藥品，用於治療細菌引起的感染。它革命性地改變了人類歷史，拯救了無數生命，使許多以前不明原因的感染成為可以治療的疾病；但也因不當使用，衍生出「超級細菌」這種抗藥性細菌。

### 抗生素不是消炎藥，而是干擾細菌生長

抗生素最大的作用，是針對細菌生長過程進行干擾，包含：

- 阻礙其細胞壁的合成，讓細菌在低滲透壓環境下脹破。
- 與細菌細胞膜相互作用，增強其細胞膜的通透性或打開膜上的離子通道，讓細菌內部的有用物質漏出或電解質失衡。

- 抑制細菌的蛋白質合成，使其必需的結構蛋白或酶不能被合成。
- 阻礙細菌DNA的複製和轉錄，使細菌細胞分裂繁殖受阻。

由此可知，抗生素是藉由減少細菌攻擊身體而間接緩解發炎反應，而非像其他消炎藥，能直接抑制發炎反應，因此，抗生素無法用來改善非細菌感染造成的發炎症狀。

食藥署提醒，抗生素雖是一種強大的藥品，對於治療細菌感染至關重要，然而抗生素並非萬靈藥，仍有相對的毒性，以及可能造成的不良反應，因此，務必遵從醫囑服用。