



# 抗 生 素

## —用藥宣導手冊—

Antibiotics Medication Instruction Handbook



我的名字：  
My name

高雄市立小港醫院 藥學科編制

# 目錄

## | 第一部分:正確認識抗生素

甚麼是抗生素?	01
破解常見迷思	02

## | 第二部分:爲什麼要合理使用抗生素?

認識「抗藥性」— 全球性的健康威脅	04
-------------------	----

## | 第三部分:正確使用抗生素的關鍵守則

正確使用抗生素的關鍵守則	05
--------------	----

## | 第四部分:醫病溝通與自我保護

醫病溝通與自我保護	07
-----------	----

## | 第五部分:本院常見抗生素種類與副作用參考

抗生素介紹	10
-------	----

## | 第六部分:藥品處理與補充資訊

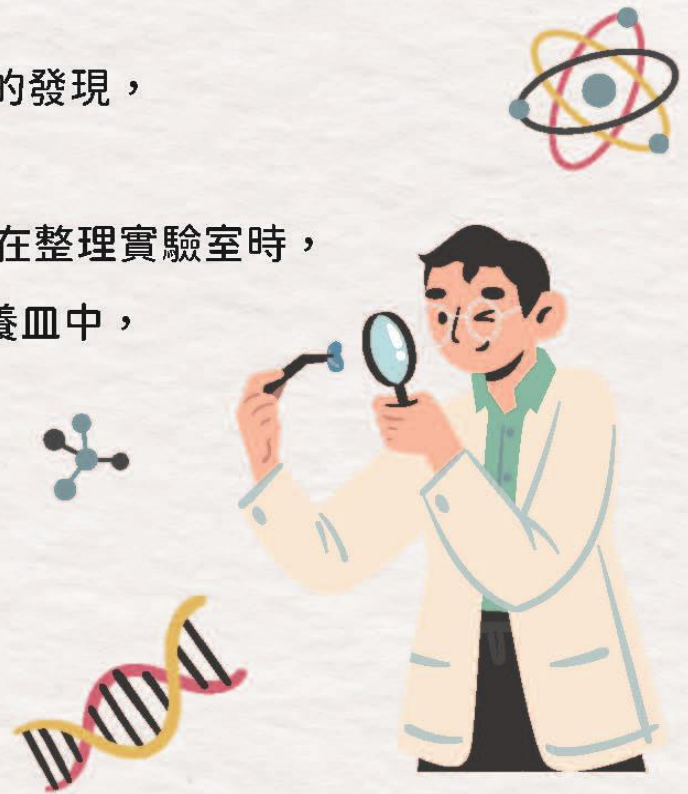
藥品處理與補充資訊	15
-----------	----

# 什麼是抗生素？

## 抗生素的發現：一個意外的開始

您知道嗎？世界上第一個抗生素的發現，其實來自於一個小小的意外。

1928年，一位名叫弗萊明的科學家在整理實驗室時，偶然發現一個被黴菌污染的細菌培養皿中，黴菌周圍的細菌竟然都死光了！



經過研究，他從這個黴菌中提煉出了能夠殺死細菌的物質，並將它命名為「盤尼西林」(Penicillin)。

這個偉大的發現，開啟了人類使用抗生素對抗細菌感染的全新時代，拯救了無數人的生命。

## 抗生素的真實身份

簡單來說，抗生素就是一種可以抑制細菌生長或直接殺死細菌的藥物。但請務必記住一個重要的觀念：我們的敵人有很多種，像是細菌、病毒、黴菌等等，而抗生素只對「細菌」有效，**抗生素對付不了病毒（例如大部分的感冒、流感）**或黴菌（例如香港腳）。

# 破解常見迷思



關於抗生素，您可能聽過很多說法，  
但哪些才是正確的呢？讓我們一起來破解常見的迷思！

## 迷思一

抗生素就是消炎藥？



## 真相

⚠️ 不一樣喔!!!

消炎藥：多半是指解熱鎮痛的藥物，可以直接減輕我們感受到的「紅、腫、痛、熱」等發炎症狀。

抗生素：則是透過殺死引發感染的細菌，來根本解決問題，間接讓發炎症狀消失。

## 迷思二

感冒一定要吃抗生素？



## 真相

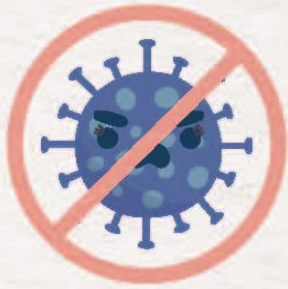
不一定，

感冒大多是病毒引起的，吃抗生素沒用。  
是否需要服用抗生素，交由醫師判斷。

# 破解常見迷思

## 迷思三

抗生素只殺壞菌？



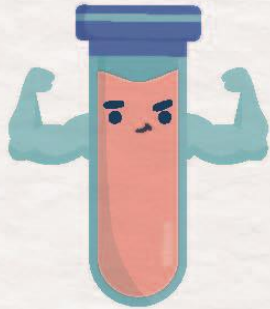
## 真相

**錯！  
好菌壞菌都會殺！**

抗生素很厲害，但分不清楚好菌、壞菌。在殺死致病壞菌的同時，也會把腸道裡助消化的好菌一併殺光。這就是為什麼有些人吃抗生素後，會容易拉肚子。

## 迷思四

抗生素可以「有病治病、沒病強身」？



## 真相

**千萬不可以！**

這是一個非常危險的錯誤觀念！亂吃抗生素不但傷身體，還會養出更可怕的「超級細菌」。



哇~原來以前習慣的觀念是錯誤的!!

# 認識「抗藥性」— 全球性的健康威脅

## 什麼是抗藥性？

想像一下，細菌是敵人，抗生素是武器。如果我們不按規定用藥（例如覺得症狀好了就自己停藥），沒被殺光的敵人就有機會去「練功升級」。這些活下來的敵人會突變，讓自己變得更強，導致原來的武器再也打不動牠們，這就是抗藥性。這些進化後的細菌，就是所謂的「超級細菌」。



## 抗藥性是怎麼來的？

- 不當的醫療使用：這是最主要的原因。像是療程沒吃完、自己亂買抗生素吃、劑量不足等等。
- 畜牧業的使用：爲了預防動物生病，在飼料中添加抗生素，透過食物鏈影響到人類。

## 抗藥性有多嚴重？

2019年世界衛生組織(WHO)已將它列爲全球十大健康威脅之一。

- 治療變得困難：感染了抗藥性細菌，治療時間會更長、醫療費用更高，甚至可能無藥可醫。
- 人人都有風險：抗藥性細菌會透過接觸、環境等方式傳播。就算你從沒吃過抗生素，也可能被感染。

因此，合理使用抗生素，是人類目前最大的課題。

# 正確使用抗生素的關鍵守則



## 1.「四不一要」原則

我們已經知道什麼是抗生素，也了解抗藥性的可怕。那麼，該如何正確使用抗生素，才可以治好病，又不會養出超級細菌呢？

其實很簡單，只要記住以下的**關鍵守則**就可以了！



### 「不」主動要求抗生素

您的病情需不需要使用抗生素，應該交由醫師專業判斷。千萬不要因喉嚨痛或流鼻水，就主動跟醫師說：「請開抗生素給我！」



### 「不」隨便自己買

抗生素是處方藥，不是保健食品。自己亂買亂吃，不但可能沒效，還會延誤病情。



### 「不」吃他人抗生素

每個人的病情、身體狀況以及肝腎功能都不同，拿別人的藥來吃非常危險。



### 「不」要隨便停藥

這是最最重要的一點！務必「吃完整個療程」，就算症狀已經改善，也要把藥全部吃完，才能將細菌徹底殺光。



### 「要」遵照醫囑

請依照藥袋上的指示，在正確的時間吃正確的藥量，才能讓藥物發揮最好的效果。

# 正確使用抗生素的關鍵守則



## 2. 安全用藥停看聽

除了「四不一要」，  
還有一些小細節可以幫助您用藥更安全：

· **問清楚服用時間**：有些藥飯前吃、有些藥飯後吃，效果差很多！  
領藥時記得問藥師，或是看清楚藥袋上的說明。

· **主動告知用藥史**：看醫師時，一定要告訴他您正在吃的其他所有藥物，  
才能避免醫師開出會互相影響的藥。

· **注意藥物與食物的交互作用**：有些抗生素會和特定食物或藥物「打架」，  
影響藥效。

如四環黴素類(Tetracyclines)或喹諾酮類(Quinolones)的抗生素，  
記得要和胃藥、鈣片或牛奶隔開2小時以上，才不會影響藥效喔！



· **告知特殊狀況**：如果您懷孕了或正在餵母乳、對某些藥物過敏，  
或是知道自己的肝臟、腎臟功能不太好，看診時一定要主動告訴醫師！

· **多喝開水**：吃藥時多喝點水，特別是膠囊，可以幫助藥丸順利吞下去，  
不會卡在食道，也能幫助身體把藥物代謝掉。

· **注意副作用**：吃藥後如果出現皮膚紅疹、發癢、呼吸有點困難，  
或是很嚴重的拉肚子，這可能是藥物過敏或副作用，建議停藥並回診就醫！

# 醫病溝通與自我保護



除了正確用藥，聰明的醫病溝通和良好的衛生習慣，也是保護自己遠離細菌威脅的重要方法喔！

## 1. 聰明就醫：說清楚、問明白

### 說清楚



看醫師的時候，不要怕不好意思，請主動告訴醫師以下事，可以幫助醫師做出最準確的判斷：

- 哪裡不舒服？大概什麼時候開始的？
- 有沒有對什麼藥物或食物過敏？
- 以前有沒有生過什麼特別的病？
- 現在有沒有正在吃其他的藥？(包含中西藥、保健食品)
- (女性請主動告知) 有沒有懷孕、準備懷孕或正在餵母乳？

### 問明白

拿藥前，主動問醫師或藥師這三個關鍵問題，讓自己更安心：

1. 現在的狀況需要吃到抗生素嗎？
2. 這次吃的抗生素要注意什麼？
3. 這個抗生素需要吃多久？



# 醫病溝通與自我保護

## 2. 善用工具：您的用藥好幫手

政府現在有提供「健康存摺」，也可以下載各大醫院的App，裡面都會記錄您的看診和用藥資料。看診時把它們秀給醫師看，就能幫助醫師更快了解您的狀況！



## 3. 預防感染：從洗手做起

對抗細菌最好的方法，就是「預防勝於治療」。平常養成勤洗手的習慣，尤其是在進出醫院前後，把手洗乾淨，就能大大減少把細菌帶回家或傳染給別人的機會喔！



# 洗手口訣

5+7

## 正確洗手五步驟

濕



以乾淨的水淋濕雙手。

搓



用肥皂或洗手乳塗抹於手，搓洗手心、手背、指縫至手肘最少20秒。

沖



用清水將手徹底沖洗乾淨。

捧



用雙手捧水，將水龍頭沖洗乾淨。

擦



取用紙巾擦乾雙手，並以紙巾包住水龍頭旋緊，避免再度感染。

## 七口訣要領

內



雙手的手心相互搓揉。

外



手心、手背相互搓揉。

夾



十指夾縫相互搓揉。

弓



手心與手指相互搓揉。

腕



不要忘記手腕。

立



手指立起與手心互相搓揉指尖。

大



大拇指與虎口。

# 抗生素介紹



這裡列出幾種常見的抗生素和它們可能發生的副作用，讓您參考。  
但請記住，不是每個人都會發生，而且這份列表無法取代醫師的專業說明喔!

## 青黴素類(Penicillins)

藥理機轉：抑制細菌細胞壁的合成，導致細菌結構不完整而死亡，達到殺菌效果。

常見副作用：皮膚出疹、腹瀉、噁心。

### 藥品種類

商品名	愛默士黴素 Amoxicillin 500mg/Cap	奇福黴素膠囊 Ziefmycin 250mg/Cap
學名	Amoxicillin	Dicloxacillin sod
外觀		
商品名	諾快寧 Curam FC 複方/Tab	諾快寧口服懸液用粉劑 Curam Powder for Oral Suspension 60mL/Bot
學名	Clavulanic acid 125mg +Amoxicillin 875mg	Amoxicillin 3000mg +Clavulanic acid 750mg
外觀		


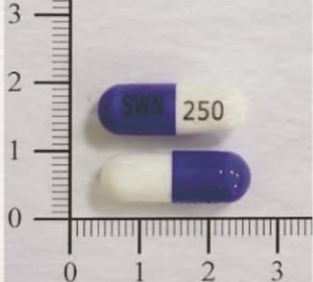


# 抗生素介紹

## 頭孢菌素類(Cephalosporins)

藥理機轉：作用機轉與青黴素類相似，透過干擾細菌細胞壁的合成來達到殺菌效果。

常見副作用：嘔吐、胃痛、胃不適。

### 藥品種類

商品名	賜信膠囊 Cexime 100mg/Cap	優克樂膠囊 Uclor 250mg/Cap
學名	Cefixime	Cefaclor
外觀	 A photograph showing a yellow capsule with '100mg' printed on it next to a ruler. To the right is the product packaging for Cexime 100mg capsules, which is a white box with Chinese text and a barcode.	 A photograph showing two capsules, one blue and one white, with 'SWN 250' printed on the blue side, next to a ruler.
商品名	優凡定 Unifradine 250mg/Cap	西華樂林注射劑 Cefazolin 1g/Vial
學名	Cephradine	Cefazolin
外觀	 A photograph showing two capsules, one blue and one red, with 'CKN 250' printed on the blue side, next to a ruler.	 A photograph of a glass vial with a purple cap, labeled '西華樂林注射劑 1' (Cefazolin Injection 1g).

# 抗生素介紹

## 巨環黴素類(Macrolides)

藥理機轉：與細菌的核糖體次單元結合，干擾蛋白質合成，進而阻止細菌生長與繁殖。

常見副作用：皮膚癢、心悸、嚴重腹瀉。

### 藥品種類



商品名	毅力黴素膠囊 Erymycin 250mg/Cap	開羅理黴素 Klaricid XL 500mg/Tab
學名	Erythromycin	Clarithromycin
外觀		
商品名	日舒錠劑 Zithromax 250mg/Tab	菌巴達懸液用粉 Azithrom syrup 40mg/mL, 15mL/Bot
學名	Azithromycin	Azithromycin
外觀		

## 四環素類(Tetracyclines)

藥理機轉：作用於細菌的核糖體並干擾蛋白質合成，進而抑制細菌生長。

常見副作用：皮膚對陽光敏感、食慾不振。

### 藥品種類

商品名	多士林膠囊 Doxycycline 100mg/Cap	老虎黴素 Tygacil 50mg/Vial
學名	Doxycycline	Tigecycline
外觀		

## 磺胺類(Sulfonamides)

藥理機轉：干擾細菌合成葉酸的過程，而葉酸是細菌生存的必需營養素，藉此達到抑制細菌生長的效果。

常見副作用：噁心嘔吐、對光過敏、結晶尿。

### 藥品種類

商品名	孟克杏錠 Morcasin 複方/Tab	雪白淨注射液 Sevatrim 5 ml/Amp
學名	Sulfamethoxzole 400mg +Trimethoprim 80mg	Sulfamethoxzole 400mg +Trimethoprim 80mg
外觀		

# 抗生素介紹

## 喹諾酮類(Quinolones)

藥理機轉：抑制細菌體內DNA複製所需的酵素，阻斷其遺傳物質複製而導致細菌死亡。

常見副作用：關節肌肉疼痛、皮膚紅腫搔癢。

### 藥品種類

商品名	信諾隆 Cinolone 250mg/Tab	可樂比妥 Cravit 500mg/Tab
學名	Ciprofloxacin	Levofloxacin
外觀		
商品名	威洛速 Avelox 400mg/Tab	威洛速靜脈輸注液 Avelox 400mg/250mL/Bot
學名	Moxifloxacin	Moxifloxacin
外觀		

# 藥品處理與補充資訊



這部分提供一些實用的小知識，幫助您處理家中的藥品，並更了解您可能吃到的抗生素。

## 家裡吃不完的藥，該怎麼辦？

藥不能亂丟喔！隨意丟進馬桶、水槽或垃圾桶，可能會污染我們的環境。

正確的處理方法其實很簡單：

- 特殊藥品請拿回醫院或藥局回收

抗癌藥、抗生素、荷爾蒙製劑、免疫抑制劑、管制藥品，這些藥品比較特殊，需要專業處理。如果家中有剩下上述的藥品，請把它們拿到有「廢棄藥物檢收站」標示的醫院或社區藥局回收。



## 一般藥品的處理方式

除了上面提到的特殊藥品，其他大部分的藥丸、膠囊，可以這樣處理：把藥丸、膠囊留在原本的包裝(例如鋁箔片)裡。

直接裝進垃圾袋，跟著家裡的一般垃圾一起丟棄就可以了。

小提醒：藥品的外包裝紙盒可以回收，印有個人資料的藥袋請撕掉

## 藥水該怎麼辦？

找一個夾鏈袋，放入可以吸水的東西，

例如：用過的咖啡渣或廢棄的衛生紙。

將剩下的藥水全部倒進夾鏈袋裡。

把夾鏈袋密封好，直接丟進一般垃圾袋。

藥水的空瓶子用水沖乾淨後，就可以回收了。



家長們請注意!

小朋友吃的抗生素藥水，使用上要特別小心喔!

## 兒童抗生素水劑注意事項

### 怎麼泡?

請用「冷」開水(不可以用熱水!)，加到藥粉瓶身的刻度線  
充分搖勻直到藥粉完全溶解。

### 怎麼保存?

大部分泡好的抗生素藥水都需要放冰箱「冷藏」，但千萬不可以「冷凍」，  
這會使藥物變質!而有些藥水不需要冷藏，請務必看清楚藥袋上的指示。

### 怎麼餵?

每次餵藥前，都要記得再把它搖一搖，這樣藥效才會均勻。  
最重要的是，跟大人一樣，小朋友的抗生素也一定要吃完整個療程。

不可以自己停藥!

 高雄市立小港醫院 藥學科 關心您





## 參考文獻

維基百科\_亞歷山大·弗萊明

衛生福利部疾病管制署\_什麼是抗藥性細菌

衛生福利部疾病管制署\_抗生素知多少


衛生福利部疾病管制署\_抗生素管理計畫ASP抗生素管理手冊

衛生福利部疾病管制署\_世界抗生素週

小港醫院感染管制室

藥物諮詢專線：(07)8036783 分機3325

夜間及例假日：(07)8036783 分機3135









藥物諮詢專線 

(07)8036783轉3325/3152



Kaohsiung Municipal Siaogang Hospital



疾病用藥指導手冊

※如有醫療相關問題，請詢問您的醫師、藥師及相關醫療人員。



高雄市立小港醫院(委託財團法人高雄醫學大學經營)