



吃「抗生素」的常識很重要！

文 | 楊雅清 大林慈濟醫院藥劑科藥師

抗生素的使用在過去傳染病蔓行的時代是一大利器，但現在卻有許多人對抗生素產生相當大的依賴性與迷思，不斷濫用的結果，造成了具抗藥性的細菌越來越多，對全民健康是一大威脅；為此，醫界及民眾需共同努力達成減量及合理的抗生素使用之目標，才能享受在有感染症時、有抗生素可以救命的善果。

抗生素是什麼？相信很多民眾都搞不清楚，一般民眾常會將抗生素及止痛消炎藥誤認為是「消炎藥」，這並不是正確的觀念。其實抗生素本身並不具有直接消炎的作用主要是針對細菌感染所造的發炎，藉由殺死細菌後，在間接使得感染部位的發炎症狀減輕或消除。所以若是非細菌感染所造成的發炎，使用抗生素是不具有抗消炎的效果。

醫生依照病情處方藥物，如果疾病是因為細菌引起的，多數要使用抗生素對付細

菌，但有一些人因為感冒去看病，若出現發燒症狀時，為了趕快退燒，都希望醫師開抗生素，卻不知道抗生素不能隨便使用。

那麼，您知道，什麼是抗生素？

抗生素是什麼？

抗生素是一種可抑制細菌生長或殺死細菌的藥物，若不知不覺中吃下許許多多的抗生素，造成抗生素的濫用或誤用，可能會造成抗生素對這些疾病毫無功效，甚至產生

抗藥性。當我們使用抗生素時，我們不能期望用了兩三次後便能消滅病菌，而是要繼續使用一個療程，令抗生素維持在有效濃度之上，病菌才能徹底被消滅。

感冒也要用抗生素？

造成人類感染的來源非常多，包含病毒、細菌、黴菌與寄生蟲等，而抗生素主要用途是針對細菌感染，非細菌所造成的感染、自體免疫疾病或腫瘤所造成的發燒或發炎反應是無效的。因此，並非所有的感染疾病（如感冒、流行性感冒等）都得使用抗生素治療。如何確定發炎現象是由細菌所引起的，必須由專業醫師作診斷，進行細菌的培養或特殊的檢查來確定，切勿自行購買或要求醫師開立抗生素服用，以避免讓細菌有逐漸生長茁壯的機會。



抗生素如何用？

一旦醫師告知需使用抗生素時，必須遵守以下幾項原則：

- 一. 領藥時，確定自己要服用的藥物中，哪一個是抗生素？
- 二. 固定間隔服藥，讓血液裡持續有一定要量的抗生素，才能完全將細菌消滅。
- 三. 依照醫師的醫囑將整個療程的抗生素服用完，才能真正將細菌殺死。如果接受抗生素治療 2 - 3 天後，病情仍未見好轉，不可自行停藥，必要時返診覆檢，以確定細

菌已被徹底根除。

四. 大部分抗生素在空腹時（飯前 1 小時）吸收較好，除非有特別註明要與食物併服，所以就醫時一定要問清楚服用方法。

五. 就醫時，應告知醫師目前正在使用的藥品，好讓醫師針對您的個人情況開立處方，以達到最佳的治療效果並避免藥物交互作用。

六. 服藥時多喝開水，因有些抗生素是膠囊狀，若沒有足夠的開水將膠囊沖入胃內，容易沾黏食道，可能會對食道造成傷害。另外足夠的水分，可以讓藥品代謝物順利地排出體外，減少對身體的傷害。

七. 服藥期間若有出現紅疹、搔癢，或嚴重腹瀉及不適時，就應暫時停藥並立刻就醫。

八. 切勿將自己的抗生素藥物隨便給別人服用。因為相似的病徵，並不代表同一種疾病，每個人的體質亦不一定相同，胡亂使用，不僅會延誤病情，更可能因不良副作用而造成危險。

什麼是細菌抗藥性？

台灣早年因為傳染病很普遍，所以使用大量的抗生素，大量使用的結果不但使細菌無法繼續傳播，也使得人類的死亡率下降。然而自發現抗生素後迄今之大量的濫用抗生素，使得只有對抗生素產生抵抗力的細菌能夠存活下來，於是具有抗藥性的病菌就越來越多。

具抗藥性的細菌是指細菌在人類不正確使用抗生素的情況下，藉由各種不同的機制

來保護細菌本身，而使得抗生素的使用只能越來越強，才能達到控制細菌生長的目的。

如何有效使用抗生素？

抗生素的抗菌效果和體內維持的濃度有關，如果沒有按時服用藥物就無法達到殺菌目的，反而會導致抗藥性的發生，所以一定要按照醫師指示定時定量服用抗生素藥物。

重複用藥、不當用藥、劑量不足都會導致細菌產生抗藥性，細菌在人類不正確使用抗生素的情形下，藉由基因突變或自其他抗藥性細菌身上取得抗藥性基因來保護細菌本身，使得抗生素的使用只能越來越強，才能達到控制細菌生長的目的。

用藥三不政策

衛生署為了要建立一般民眾對抗生素使用的正確概念，並避免細菌抗藥性的不斷擴展，推行了所謂的「三不政策」。希望大家都能牢記在心，避免不必要的抗生素使用，讓細菌能夠徹底被消滅。

一. 不自行購買：抗生素是處方藥品，沒有醫師的處方切勿自行購買，以免無效，又可能出現副作用。

二. 不主動要求：抗生素是用來對付細菌的，所以要在確定細菌感染時才有療效，如果只是感冒，有 90% 的感冒都不是細菌感染，是不需要使用抗生素也會自然痊癒的。

三. 不隨便停藥：抗生素治療針對不同的細菌及目的，有一定的療程，一旦需要使用抗生素來治療，就要按時服藥，直到藥物吃完為止，以維持藥物在體內的足夠濃度，以免製造出抗藥性細菌而讓它伺機而起。若病人有較嚴重的細菌感染時，醫生可能需要使用兩種抗生素去徹底消滅病菌。



結語

如何在有效治療疾病與避免產生抗藥性之間取得平衡，需要醫師與一般民眾共同配合。從現在開始，人人謹記「三不政策」，並確實遵行，只有適當且合理的使用抗生素，才不易產生抗藥性細菌而禍及他人及後代子孫。另外民眾在就醫時應選擇可以信賴的醫師，對症下藥並正確服藥、避免病急亂投醫。

在台灣細菌的抗藥性情形似乎已經造成另一個台灣奇蹟。就某些細菌而言，與世界其他國家的抗藥性相較，台灣早已名列前茅。倘若抗生素不正確使用的行為持續下去，細菌在物競天擇的定律下，勢必會衍生出更多的強勢菌種，使得所有的抗生素全然失效，屆時人類必定會淪落到有並無藥可用的地步，欲避免此種會令人類惶恐的後果產生，建立正確的抗生素用藥觀念從你我開始做起。📖

大林慈濟醫院

24 小時藥物諮詢：05-264-8000 轉 5384
諮詢信箱：dic@tzuchi.com.tw