

# 讓專業藥師來告訴您 感冒藥常見成份及注意事項

■ 文 / 高雄市立聯合醫院藥劑科林耕宇藥師

根據衛福部統計，台灣成年人一年至少感冒2~5次，小孩子次數更高一些，約6~12次，正所謂天有不測風雲，人有旦夕禍福；平時應多注意身體保健外，若不小心感冒，除了看醫師之外，亦有民眾會自行去藥局購買感冒指示用藥，感冒藥常見成份及如何安全使用藥品，由專業藥師來為大家解說吧！

當家中小孩發生感冒時，請無論多忙都要帶去看醫生，主要是小孩子的免疫力以及肝、腎臟尚未發育成熟，在藥品劑量的控制方面，需要依賴的專業醫師判斷後給予正確藥品治療；另，綜合感冒成分若含Codeine(屬於類鴉片止咳劑)，切記3歲以下小朋友不能使用；因此要是家中小孩感冒了，請勿為了省事自行買感冒成藥餵食，還是乖乖找醫生就醫，才是治療上上策！

即使是成人，應該先建立一個觀念：感冒成藥只能幫助你『緩解不舒服的症狀』，並不會『縮短病程』，一般成人在充分休息、補充水分或電解質後，大多會在一到二個禮拜內自行痊癒，綜合感冒藥可以緩解症狀，但不能殺死病毒。因此請按醫師藥師指示適量服用，多食不但無益還可能傷害腎功能；所以要先搞清楚自己的感冒有哪些症狀，再根據這些症狀購買適合的感冒成藥，提醒民眾不可自行增加綜合感冒藥劑量或是併用多種感冒藥，可能不會讓症狀減緩得比較快，反而可能會增加副作用。

常見的感冒症狀包括發燒、頭痛、鼻水、鼻塞、喉嚨痛、打噴嚏。如果選擇就醫治療，醫師通常會以對症下藥為原則，針對單一症狀來開立治療藥物。

## 常見綜合感冒藥中的成分

### 一、解熱鎮痛、消炎止痛藥物

Acetaminophen之耐受性佳，為一線退燒藥，亦可止痛(頭痛、喉嚨痛、肌肉痠痛等症狀)。使用 acetaminophen 時需特別注意，如果過量服用，可能會造成肝毒性的副作用，嚴重時甚至會導致肝衰竭，不可不慎！服用此藥物的期間應避免飲酒，否則更有可能導致傷肝或急性肝衰竭的風險。若服藥後如有噁心、嘔吐、困倦、意識不輕或皮膚眼睛呈現黃色等，則可能為過量或中毒的跡象，應立即尋求醫療協助。

## 二、止咳化痰藥物

1、麻醉性止咳劑：常見成分為 Codeine(可待因)，具有強效鎮咳作用，有鎮靜作用，但它長期使用會有成癮性問題，所以只適合用來治療短暫嚴重的咳嗽症狀；2017年8月，我國食品藥物管理署 (TFDA) 亦發布公告，考量含 codeine 成分藥品因具有導致呼吸緩慢、呼吸困難等嚴重風險，未滿12歲、哺乳婦女皆禁止使用。

2、非麻醉性止咳劑：這類藥物也同前者有類似的抑制咳嗽作用，但卻不具成癮性，也不具鎮痛性，故較安全，也較適合長期使用；如 Noscapine。

3、祛痰成分：主要促進痰液排除，降低咳嗽的發生。在臨床上也常和止咳藥併用來達到止咳化痰效用如：Potassium Guaiacolsulfonate、Acetylcysteine；不要過度依賴藥物祛痰藥劑，唯有補充足夠的水份，才能使痰液水化，排出體外。

## 三、抗組織胺藥物

抗組織胺藥物改善打噴嚏、流鼻水等感冒症狀，也能減緩過敏性鼻炎發作時的不舒服；第一代抗組織胺容易產生疲倦、嗜睡、視力模糊、口乾舌燥、便秘、排尿困難的副作用，第二代抗組織胺的副作用會更輕微。常見的抗組織胺成分有：Chlorpheniramine、Dexchlorpheniramine。

## 四、麻黃素類 ( ephedrine ) 的藥物

主要讓鼻腔微血管收縮，可以緩解鼻腔內部腫脹症狀。使用必須注意劑量與時間。如果過量使用，有些人可能會有血壓升高、心悸、失眠的副作用。若突然停藥，可能會有反彈性鼻塞的狀況，使鼻塞的問題更加嚴重，提醒民眾如果長期使用，請務必要諮詢醫師或藥師，常見藥品有：Methylephedrine、Phenylephrine、Pseudoephedrine。

---

市面上之綜合感冒藥含有多種成分，可能有止痛退燒、抗組織胺 ( 用來治療鼻塞、流鼻水 )、止咳、化痰等，必須注意部分：1、綜合感冒藥會造成嗜睡，駕駛須注意。2、綜合感冒藥只能緩解症狀，不能預防感冒。3、千萬不要買來路不明之藥品，購買藥品時要看外包裝有沒有衛生福利部核准的藥品許可證字號；最後溫馨提醒，綜合感冒藥只能緩解症狀，不能預防感冒，民眾若自行至藥局購買綜合感冒藥，應該在醫師或藥師指示下使用才安全。

### 參考資料：

1. 食品藥物管理署認識感冒正確用藥 <https://www.mohw.gov.tw/cp-2643-20844-1.html>
2. 病人用藥教育 <https://www.taiwan-pharma.org.tw/weekly/1676/1676-5-5.htm>