



藥物與高溫

患者須知

了解哪些藥物在炎熱天氣中會增加您健康問題的風險至關重要。

您的醫療服務提供者或藥劑師可以協助您檢視您的用藥清單，並提供說明，幫助您守護自己的健康。

影響身體降溫的藥物

有些藥物會使您的身體在炎熱的天氣中更難降溫。它們會改變您的體感溫度、阻礙自然的降溫反應，或影響您清晰思考的能力。有些還會改變您的血壓，或在您脫水時引發問題。遵循您的防暑行動計劃以保持安全是非常重要的。當室外炎熱時，您的醫療保健提供者也可能針對這些藥物的使用給予特殊指示。

您正在服用下列可能增加您過熱風險的藥物：

藥物名稱：_____

特別指示：_____

會增加脫水風險的藥物

有些藥物會讓您在排尿時流失更多水分、出汗更多，或讓您不那麼口渴。炎熱的天氣會增加您脫水的風險。其會損害您的腎臟和/或造成低血壓，使您暈倒或跌倒，並使您陷入受傷的風險。

您正在服用下列可能增加您脫水風險的藥物：

藥物名稱：_____

特別指示：_____

如何保持安全

- 密切注意全天候的飲水量。即使您不覺得口渴，也可能需要比平常飲用更多的水。
- 如果您有心臟或腎臟問題，或您通常限制液體的飲用量，請與您的醫生共同計劃以保持水份充足，避免過量飲水。
- 每天測量您的體重。如果您的體重下降，請多飲用水和電解質。如果您的體重增加，表示您可能飲用太多的水和/或鹽或電解質。
- 使用尿液色階圖檢查是否存在脫水情形。
- 注意您的身體健康，如果您感到暈眩、昏厥或心跳加速，表示您可能已經脫水。

藥物儲存須知

高溫會損壞藥物和醫療器材，使其效力減弱。多數藥物應存放於室溫攝氏 15-30 度 (華式 59-86 度) 中。有些藥物需要以冷藏方式保存，例如胰島素、生物製劑或兒童用的液態抗生素。但是，在緊急情況下，胰島素可以在攝氏 15-30 度 (華式 59-86 度) 的溫度下不冷藏存放長達 28 天，仍能維持藥效。如果胰島素已經結凍，請勿使用。請向您的藥劑師諮詢或參閱藥物說明書，以了解您應如何儲存您的藥物。

保護藥物免受高溫影響的提示

- 存放在陰涼、乾燥、避光的地方。
- 避免陽光直射。
- 請勿放置在處於高溫中的車內。
- 出行時應注意防暑。
- 應迅速將郵購藥物帶進室內。
 - 使用腎上腺素筆 (EpiPens)、硝酸甘油、胰高血糖素或納洛酮等救命藥物時要格外小心。如果此類藥物因高溫受損，則在緊急情況下可能失效。
- 當您需要運送通常應儲存在冰箱中的藥物時：
 - 應儘量將其保據低溫，最好放在隔熱的冷藏箱或袋子裡。
 - 如果您使用冷藏箱，請勿直接將藥物放置在冰塊上。藥物若凍結可能會損壞。

做好停電時的準備

如果您有藥物需要存放在冰箱中，請準備好後備方案，以應對長時間停電。如果您的冰箱停電，您可能需要另尋方法以盡可能讓您的藥物保持低溫。

- **備有後備冷藏箱：**在家中放置隔熱冷藏箱，或在需要離開時隨身攜帶。即使藥物無法維持在建議的溫度下，這項後備方案仍能幫助保護藥物。
- **監測溫度：**考慮買一個的簡便的溫度計 (10 美元或以下) 放在冰箱內部，以便在停電期間檢查冰箱是否仍能將藥品保持在低溫之中。

如果您的藥物受熱，或您認為藥物可能因高溫或儲存不當而損壞：請諮詢您的藥劑師。他們可以告訴您是否需要更換藥物，並在必要時協助您取得替代藥物。

根據蒙大拿大學 Skaggs 藥學系副教授、藥學博士 Hayley Blackburn 所編撰之材料。

註記：