

藥丸之外：滴眼液、膏藥貼和栓劑



在這一AARP獨居聯盟(AARP Home Alone AllianceSM)視訊中，平時負責照顧母親的Angie正在計劃離開家一週。她的妹妹Imani同意接手她的工作，但她從來沒有照顧過病患，因此有一些緊張，這是可以理解的。Angie接受過護士的訓練，因此她非常自信地向妹妹展示了如何使用滴眼液、更換膏藥貼和插入栓劑。Angie察覺到了Imani的不適，安慰她說她一定能獨立完成工作。

您和準備接替您工作的人可能需要負責完成一項、兩項甚至全部三項任務。請記住，每一項任務都與藥物有關。每一項都應該記錄在您家人的用藥記錄上。

關於您自己

- > 如果您是一名家庭照顧者，您需要不時停下來休息。您可教授他人如何接替您的工作。
- > 確保您自己已經獲得了良好的說明指示。如果對任何步驟的細節有疑問，您可以諮詢醫生、護士或藥劑師。
- > 您要意識到，剛剛接觸這項工作的人可能會感到不舒服或焦慮。
- > 在開始任何任務之前，務必清潔雙手。戴好手套，避免將藥物直接倒在手上。

滴眼液

滴眼液可用於治療多種疾病，包括青光眼、乾眼症、感染或過敏。您的醫護專業人士將告知您要使用哪一瓶滴眼液，使用頻率如何。

- > 在滴滴眼液前清潔雙手。
- > 在開啟滴眼液瓶子之前，均勻搖晃，但注意不要碰到滴口。
- > 確保您輕輕拉開病患下眼瞼，請病患朝上方看，然後輕輕滴入正確的滴數，避免滴在瞳孔上，以免病患感到不適。

- > 不要讓滴口碰到病患眼睛或眼瞼。
- > 完成後，用紙巾或濕巾擦拭多餘的液體。
- > 讓病患閉上眼睛，靜置兩分鐘或以上。
- > 如果病患需要滴超過一種類型的滴眼液，在下次滴藥前，間隔至少五分鐘。

美國眼科學會提供更多資訊用英語：<https://www.aao.org/eye-health/treatments/how-to-put-in-eye-drops>°

美國衛生系統藥劑師協會(ASHP)建立的網站Safe Medications中提供了如何使用滴眼液、經皮(皮膚)膏藥貼和直腸栓劑及其他常見照顧的循序漸進指南。以下是有關用英語滴眼液的使用指南：<http://www.safemedication.com/safemed/MedicationTipsTools/HowtoAdminister/HowtoUseEyeDropsProperly>°

皮膚膏藥貼

經皮(皮膚)膏藥貼是一種直接透過皮膚給藥的方法。皮膚膏藥貼有許多種，包括戒煙貼(尼古丁貼)、暈車貼、心臟病貼(心絞痛)、激素治療貼和其他膏藥貼。芬太尼(一種阿片類藥物)

貼用於緩解生命末期的疼痛，此時病患已無法吞服藥丸。以下是一些實用小技巧：

- > 確保您瞭解在更換膏藥貼時需要注意的事項。您可能需要按指示將膏藥貼貼在相同的皮膚區域，或貼在不同的皮膚區域。
- > 在更換膏藥貼時，確保您戴好手套，不要讓膏藥貼上的藥物接觸您的皮膚。移除舊的膏藥貼，折起來，然後小心棄置。
- > Safe Medication網站上提供了有關如何使用和棄置膏藥貼的循序漸進指南用英語。請參考：<http://www.safemedication.com/safemed/docs/Transdermal-Patches-Flyer.pdf>。
- > 如果病患正在使用芬太尼貼或其他阿片類藥物貼，詢問處方醫生是否有嚴重風險或其他注意事項。應將膏藥貼存放在兒童無法獲得的位置，因為兒童可能撕開包裝，讓藥物沾到手上。您還可以在美國國家醫學圖書館名字的網站MedlinePlus上找到更多資訊用英語：<https://medlineplus.gov/druginfo/meds/a601202.html>。

栓劑

許多人都熟悉使用直腸栓劑（插入直腸的藥物）來通便的治療。但栓劑也分為許多其他類型（陰道栓劑和尿道栓劑），用於治療許多其他疾病。通常來說，栓劑是口服藥物難以吞服時

的一種替代選擇。詢問病患的醫護專業人士為何需要使用栓劑，以及使用的頻率。

- > 將栓劑插入另一人體內可能讓雙方都感到難堪。學會如何高效率地插入栓劑，等到雙方都習慣之後，這種尷尬感將大大減輕。
- > 將栓劑從包裝中取出，塗上潤滑劑，然後戴上手套。
- > 在插入栓劑時，確保病患以舒適的姿勢側臥，並將栓劑推入直腸至少一英寸深。
- > 欲獲得循序漸進的指導，前往Safe Medication網站用英語，瞭解「如何正確使用直腸栓劑」：<http://www.safemedication.com/safemed/MedicationTipsTools/HowtoAdminister/HowtoUseRectalSuppositoriesProperly>。儘管該說明旨在指導病患如何為自己插入栓劑，但您也可以透過學習該說明瞭解如何為他人這麼做。

如果您對這項技術有任何疑問，諮詢醫生、護士、藥劑師或其他醫護專業人士，尋求幫助。

別忘了在幫助家人的同時也要照顧好自己。找一個知心朋友傾訴在照顧家人時您的感受。留心各類支持小組和留言板，有相似經歷的人們會在上面分享自己的經驗和建議。請記住，您不是一個人在奮鬥！

AARP公共政策研究所
由Carol Levine，聯合醫院基金會(United Hospital Fund)提供