

健康快遞

整理／公關部 資料來源／衛生福利部食品藥物管理署



真的是不乖嗎？過動兒「藥」知道的事

陳玉瑩藥師指出，目前治療 ADHD 的第一線用藥為中樞神經興奮劑，主要成分為 methylphenidate，能提升腦中多巴胺與正腎上腺素的濃度，進而提升專注力並減少衝動行為。若中樞神經興奮劑效果不佳，或因副作用明顯而無法持續使用，醫師則可能考慮改用第二線藥物—非興奮劑，如 atomoxetine，這類藥物是藉由調整腎上腺素傳遞來改善症狀，作用相對溫和。

陳玉瑩藥師提醒，「藥品最好能每天規律服用，以維持穩定的血中濃度。」不過，當孩子在服藥一段時間後，若病情已趨穩定，家長可與醫師討論是否在寒暑假嘗試「藥品假期」，觀察孩子在停藥時的情緒反應與行為控制，再作為是否繼續用藥或調整劑量的重要依據。

副作用與日常照護注意事項

常見的副作用包括食慾下降、睡眠品質不佳與腸胃不適等。建議可於早晨服藥，以免影響夜間睡眠；若能隨餐或餐後服藥，也可減輕腸胃不適。此外，因藥品分為短效與長效等不同劑型，作用時間各異，醫師也會依孩子的學習與日常生活需求進行調整。

陳玉瑩藥師建議，家長應留意孩子身高與體重的變化，並定期回診追蹤。治療初期，部分孩子可能因食慾下降導致體重增加較慢，但研究顯示，長期觀察下來，最終身高與體重與同齡兒童差異不大。若出現明顯副作用，醫師通常會透過調整劑量或更換藥品來改善。她也提醒，雖然 ADHD 藥品屬於管制藥品，但在學理上並不會造成成癮。然而，部分家長可能因感覺孩子「服藥後

表現更好」，而產生心理依賴，這同樣要特別注意。

「ADHD 的發生與大腦神經傳導及發育未臻完全有關，通常隨著孩子進入國高中期會趨於穩定。」陳玉瑩藥師解釋，如果在小學階段沒有及早接受妥善治療，孩子可能面臨學習困難、同儕排斥、情緒低落甚至自尊受損，對成長與發展造成長遠影響。她強調，目前沒有任何保健食品能取代藥品治療，也不能僅寄望「孩子長大就會自然好轉」而忽視治療。家長若有疑慮，應與專業醫師充分討論，找到最適合孩子的治療方式，幫助孩子在成長過程中能發現潛能，邁向更穩定、自信的未來。（本文引用自食品藥物管理署藥物食品安全週報第 1057 期）

小寶貝藥品怎麼吃 兒童安心用藥五步驟 守護孩子健康

家中的小寶貝生病時，爸媽總是格外心疼。然而，孩童的身體發育尚未完全，絕非「成人的縮小版」。由於孩童在腸胃吸收、肝臟代謝與腎臟排除功能上皆與成人不同，可使用的藥品種類與用藥選擇亦有所差異，用藥時更須審慎考量身高、體重與年齡，才能避免劑量過高或產生不良反應。因此，家長應依循「兒童安心用藥五步驟」，共同為孩子打造安全的用藥環境。

兒童安心用藥五步驟

- 1. 勿隨意給孩子服用藥品：**孩童生病時，應尋求醫師專業診治，切勿僅憑經驗自行給藥，以免延誤治療黃金時機，或導致藥品不良反應。
- 2. 觀察並記錄病況，於就診時告知醫師：**應觀察並詳實記錄孩子飲食狀況、如廁情形、症狀變化，以及是否曾對特定藥品出現過敏反應等，並於就醫時主動告知醫師，以協助醫師正確診斷並開立合適用藥。
- 3. 核對藥袋資訊並諮詢醫師或藥師：**領藥時，應確

認藥袋上的姓名、藥名、數量是否正確，並主動向醫師或藥師諮詢正確的用藥方式，包括服用劑量、時間及注意事項。

- 4. 遵照醫囑正確用藥，並妥善保存藥品：**應依照藥袋標示正確用藥，不可因病情好轉而自行停藥或調整劑量，尤其是抗生素，必須完成整個療程以避免產生抗藥性。此外，藥品應放置於孩子拿不到的安全位置。療程結束後，未使用完的藥品應立即丟棄，切勿留作下次使用。
- 5. 留意不良反應速回診：**兒童用藥經驗較少，服藥期間應密切觀察身體狀況。如出現紅疹、水泡、異常發燒等疑似過敏或不良反應，請立即回診，並攜帶原藥品供醫療人員評估。

聰明餵藥小撇步

- 1. 善用工具精準給藥：**兒童常使用糖漿或藥水，建議使用具刻度標示的專用餵藥器、滴管或量杯，將藥品直接投予口腔內側，給藥後可視情況給予少量開水，以協助吞嚥並減少口腔殘留。對需隨餐或空腹服用的藥品，應確實遵循醫囑服用，以確保藥效。
- 2. 避免將藥品混入奶水或食物中：**嬰幼兒未必能一次攝取完奶水或食物，若將藥品混入，可能導致實際服用劑量不足，影響療效。此外，藥品可能改變奶水或食物風味，造成厭奶情形，進而影響營養攝取。
- 3. 如何練習吞服藥錠或膠囊：**當兒童具備基本吞嚥能力時，家長可與醫師討論，讓小孩練習吞服藥錠或膠囊。建議將藥品放於舌根處練習吞嚥，並可使用藥錠切割器等輔助工具。若單次服用劑量較小，可依藥品指示切割藥錠，以確保劑量正確。
（本文引用自食品藥物管理署藥物食品安全週報第1072期）