

林口社區大學

(東林學堂)

健康樂活學

非類固醇消炎藥使用注意事項

講師：郭永斌

kybingo6116@yahoo.com.tw

看過病容圖像 可啟動自我免疫力



醒報新聞網

更新日期: 2010/04/12 10:40 莊瑞萌



【台灣醒報記者莊瑞萌報導】一般人都知道規律運動與正常飲食可提升免疫力，不過，根據哥倫比亞大學最新的研究發現，看過病人生病模樣之後，人體的身體免疫力也會較平常提升，科學家認為這可能是與人類自我生存本能的反應有關。

美：洗手乳「三氯沙」恐危健康



更新日期：2010/04/10 22:01



市面上很多洗手乳或牙膏常添加一種「三氯沙」，標榜有抗菌功效，但現在卻有動物實驗指出，可能造成賀爾蒙失調，美國食品藥物管理局近期就要展開安全性調查，衛生署則說，國內產品都限定含量必須在0.3%以下，應該不會對人體產生影響。

預防新流感或腸病毒，專家總是告訴大家，勤洗手保健康，不過美國有項動物實驗顯示，洗手乳標榜殺菌、抗菌的成分「triclosan」，也就是三氯沙，可能導致賀爾蒙失調，國內醫師則認為，抗菌產品用太多，反而適得其反。

攏系假？北市：奈米食品藥妝沒認證



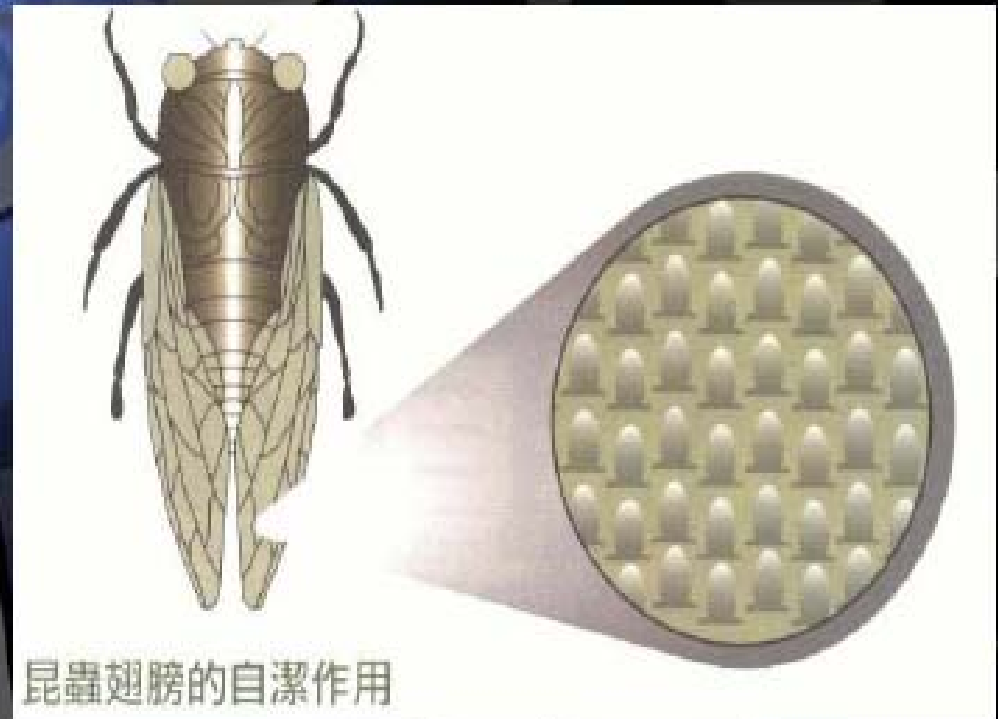
更新日期：2010/04/12 17:52

（中央社記者陳虹瑾台北12日電）奈米科技當紅，市面上出現標榜奈米技術的食品、化妝品，有台北市議員質疑東西真實性。台北市衛生局表示，坊間所謂奈米食品、化妝品，至今沒有1項通過商品驗證，將全面稽查。



自然界的奈米現象

- 昆蟲的自潔作用
- 昆蟲飛行需保持平衡，若因翅膀重量不平衡，易造成飛行上的困擾，如大型翅膀的昆蟲類因腿部無法進行局部清潔翅膀，故昆蟲翅膀表面具有奈米構造，以達到自潔的功用。



昆蟲翅膀的自潔作用





自然界的奈米科技



蜜蜂的導航功能

蜜蜂體內存在磁性奈米粒子，這些粒子具有羅盤的作用，這是蜜蜂飛行的導航系統。

什麼是奈米呢？

奈米為長度單位

一奈米等於十億分之一公尺($1 \text{ nm} = 10^{-9} \text{ m}$)



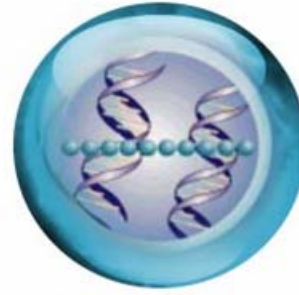
人高
20億奈米



針頭
100萬奈米



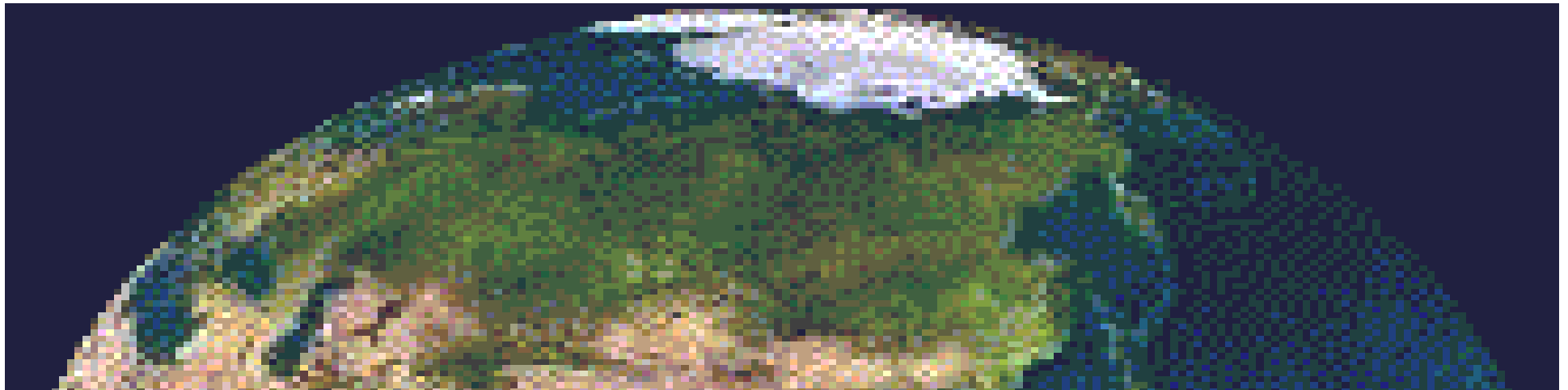
紅血球
1千奈米



分子及DNA
1奈米



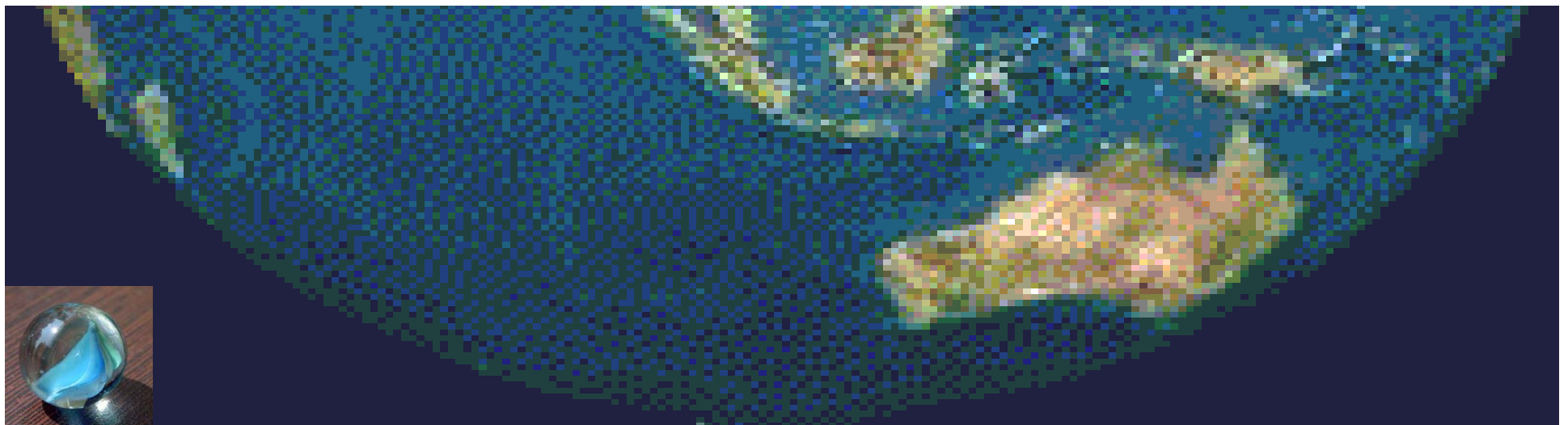
氫原子
0.1奈米



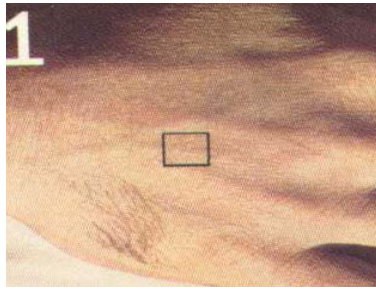
奈米：尺寸的單位，十億分之一米

十億分之一有多大？

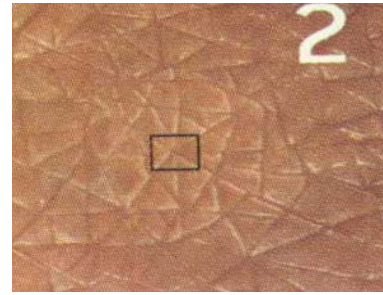
- 地球直徑的十億分之一 大約是一顆彈珠的大小
- 地球到月球的距離不到十億米，**38.4401**萬公里



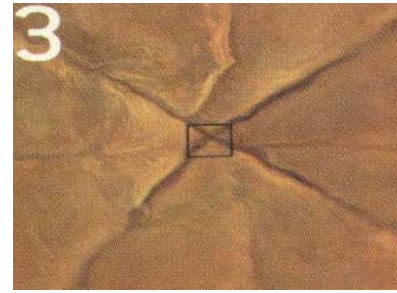
手背



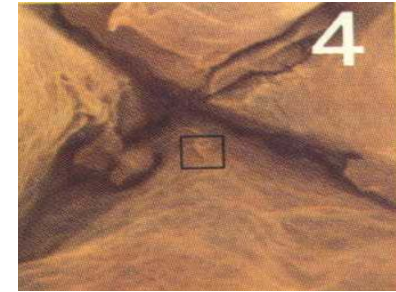
10公分



1公分

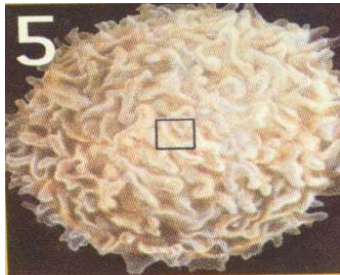


1公厘

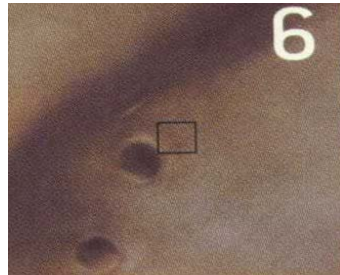


100微米

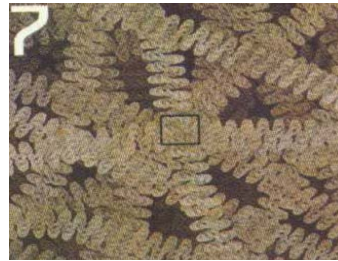
白血球



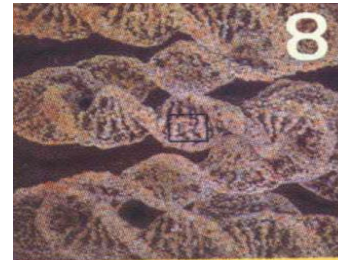
100微米



1微米



100奈米



10奈米



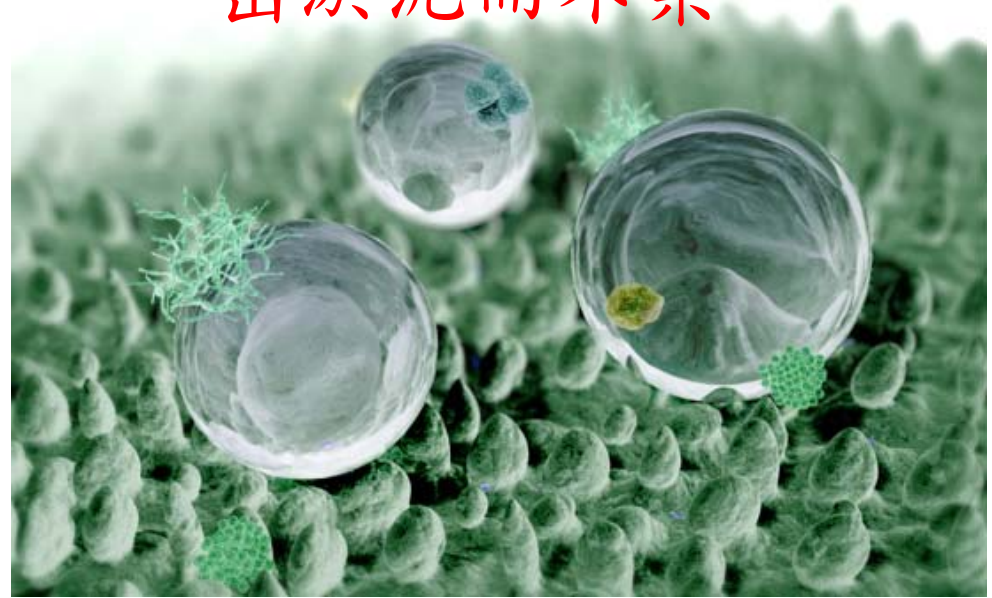
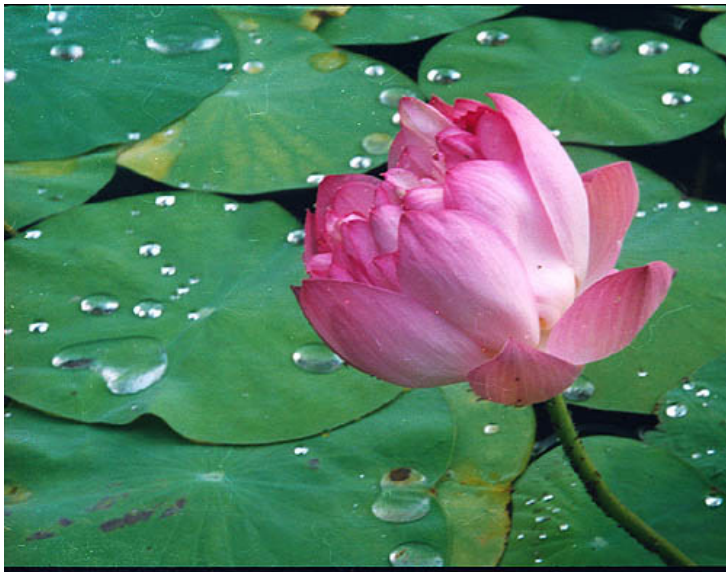
1奈米

DNA

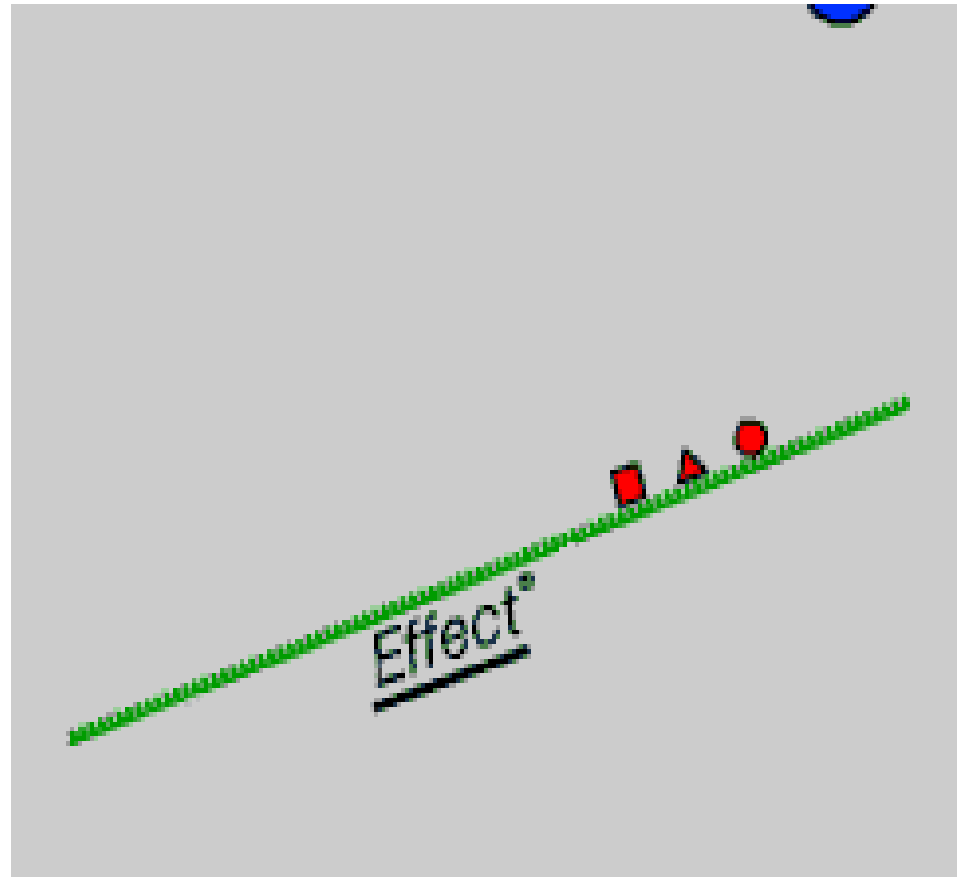
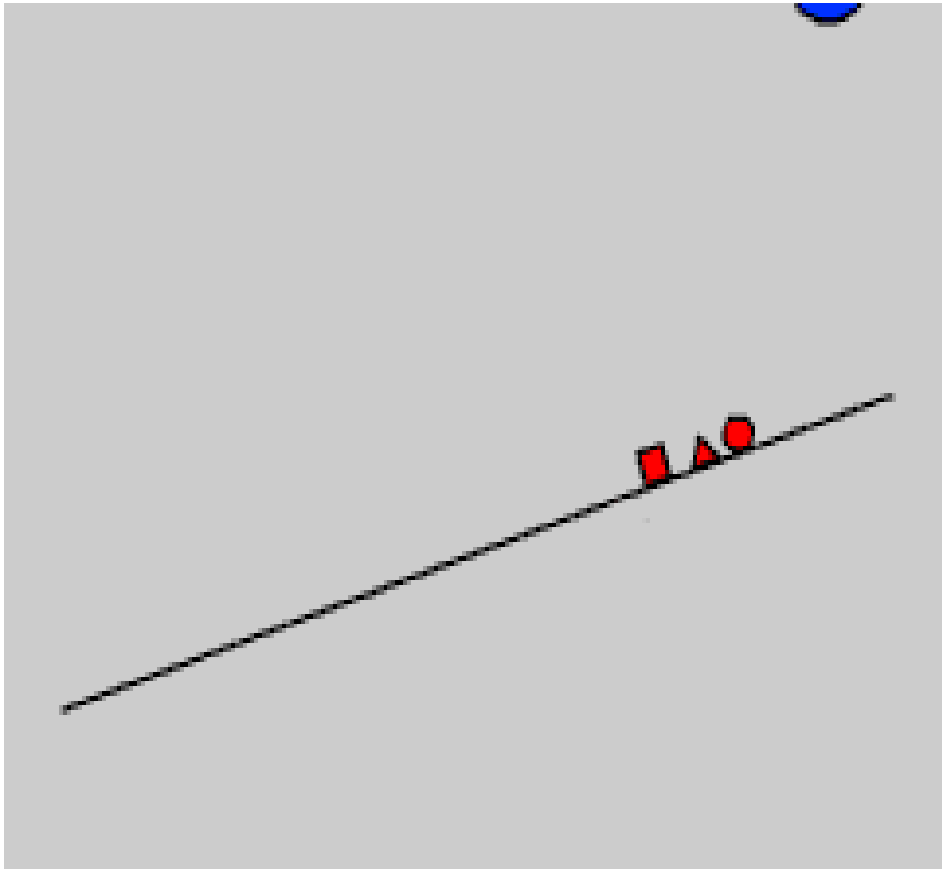
蓮花效應

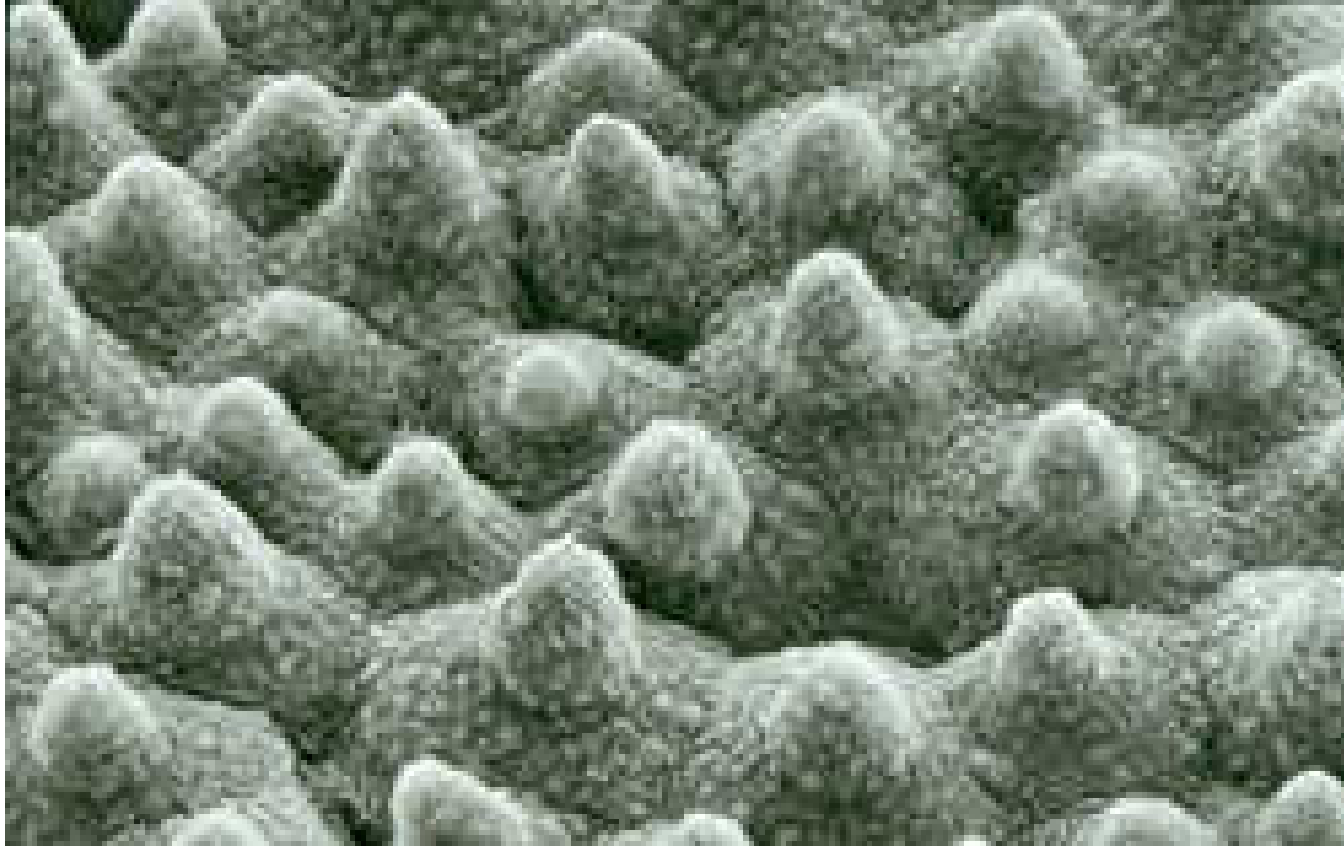


出淤泥而不染



蓮花效應

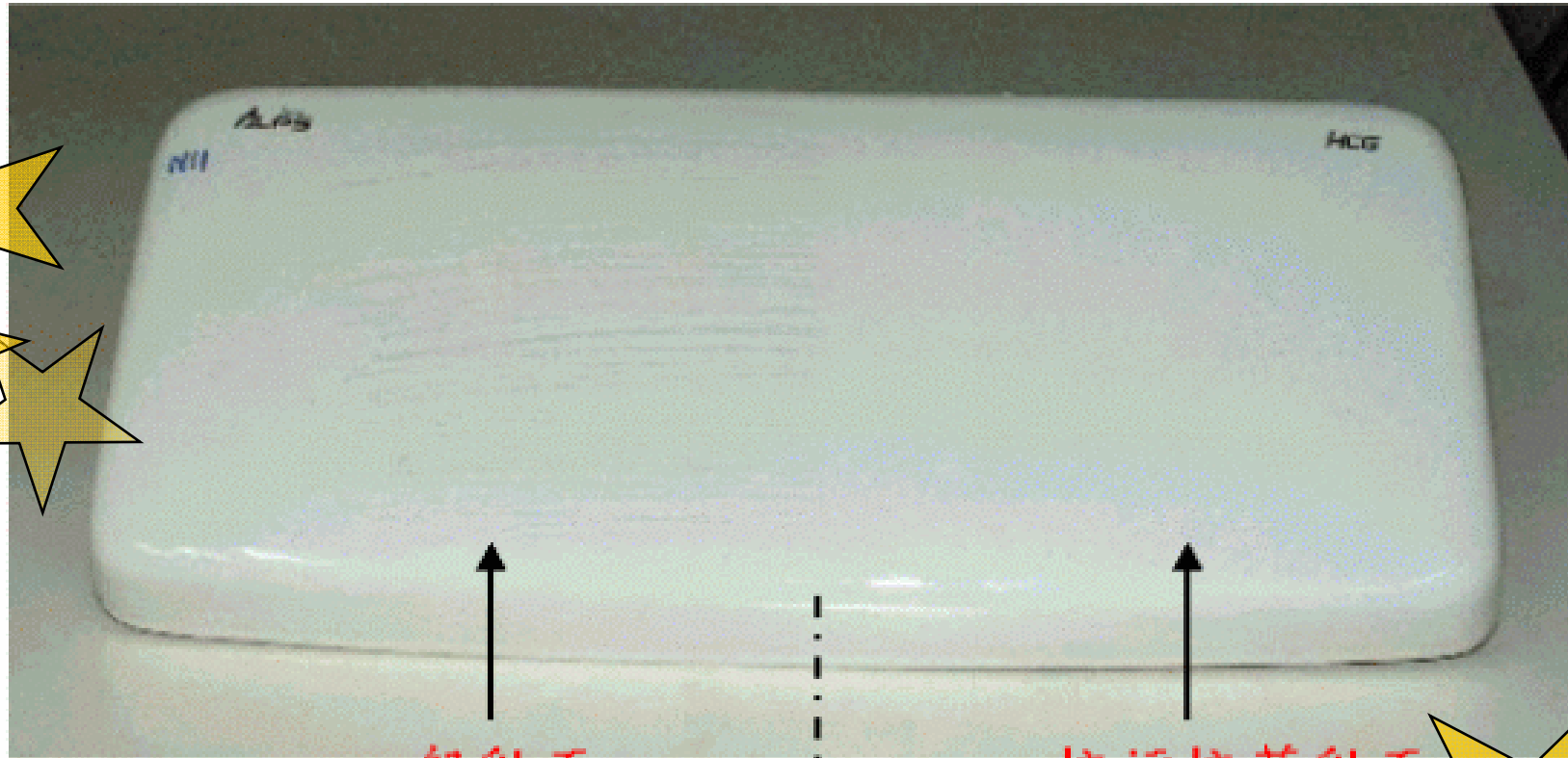




高倍數顯微鏡下觀察荷葉表面的奈米突起

鉛筆刮痕試驗比較

一般陶瓷釉面 與 抗污抗菌釉面



一般釉面
(鉛筆蕊容易附著)

抗污抗菌釉面
(鉛筆蕊完全不附著)

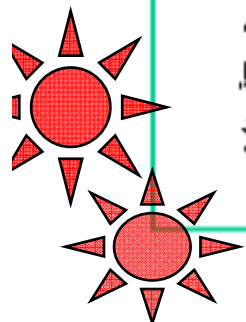


馬桶沖洗試驗比較

一般陶瓷釉面 與 抗污抗菌釉面



馬桶的一般釉面(左半部)與抗污抗菌釉面(右半部)進行污物沖洗試驗時，一般釉面較粗糙，經常卡住髒東西，進而與之結合，不容易沖洗乾淨；而光滑細緻的抗污抗菌釉面上則完全不留下任何污物。



HCG 奈米級陶瓷釉藥之開發與應用

奈米級陶瓷釉面之抗菌試驗

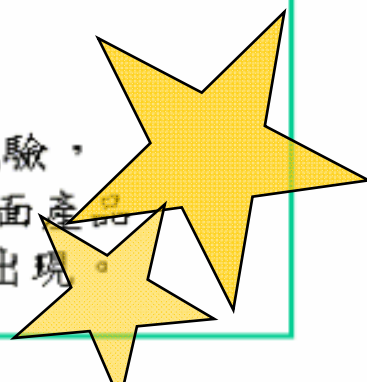


一般陶瓷釉面



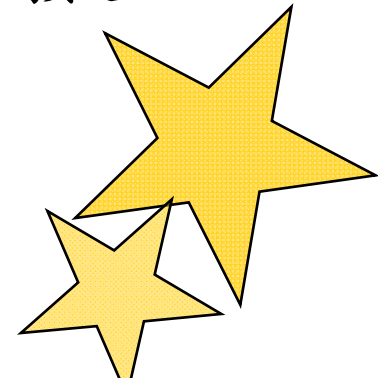
抗污抗菌釉面

小便斗的中花(尿液排出孔)經過**三個月**的長時間不清洗使用試驗，由於細菌分解尿液中的尿素而釋出Ammonia臭氣，並且在一般釉面產品之表面長滿尿垢；但是抗污、抗菌釉面製品表面只有些許污點出現。



奈米科技在食的應用

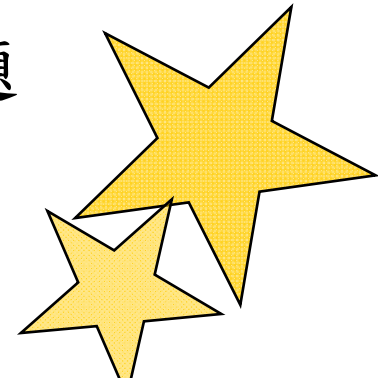
- 奈米化陶瓷複合材料所發射的遠紅外線具有食物保鮮之功能，將其做成盤子或做成編織物覆蓋於食物上，皆可達保鮮之功效
- 奈米鈦塗料具有自潔性，將其塗佈於裝盛飲水或食物之容器表面，可減少結垢之發生



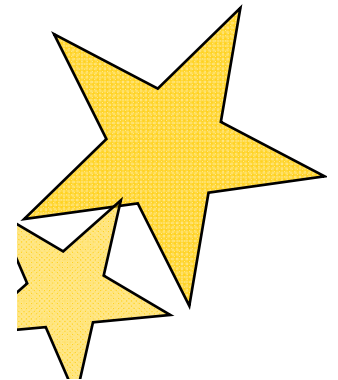
奈米科技在衣的應用

- 「奈米免洗衣服」：奈米化纖維可使紡織品光澤優雅，質感細緻，而其奈米結構具自潔之功能，一旦被油污沾染時，用一般清水即可洗滌乾淨
- 衣服纖維中添加奈米級二氧化鈦或氧化鋅，可吸收陽光中之紫外線，使紫外線對衣服之穿透率降至小於1%，大大減少紫外線對人體之傷害

• 奈米物質遠紅外線纖維具有吸濕排汗之功能，可防止穿於腳上的襪子發生變濕發臭等擾人問題



奈米科技在衣的應用



奈米科技在住的應用





污垢殘留



你是洗“髒衣服”還是“洗髒”衣服？

分期付款

卡付費

洗衣步驟

使用方法



你用馬桶洗衣服???

恐怖!!據調查洗衣機
比馬桶髒530倍!!



2010/03/01 (星期一)

節目

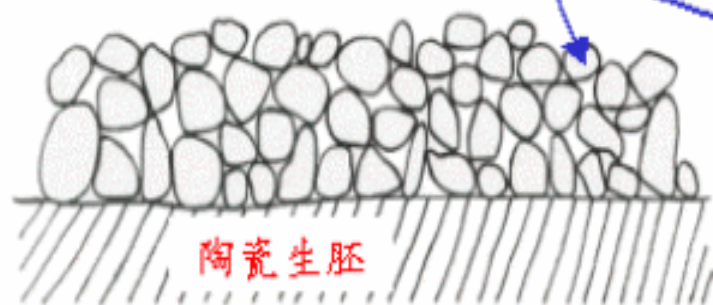
政治 | 社會 | 財

新聞 兩岸四地青年衛星通聯 南京副市

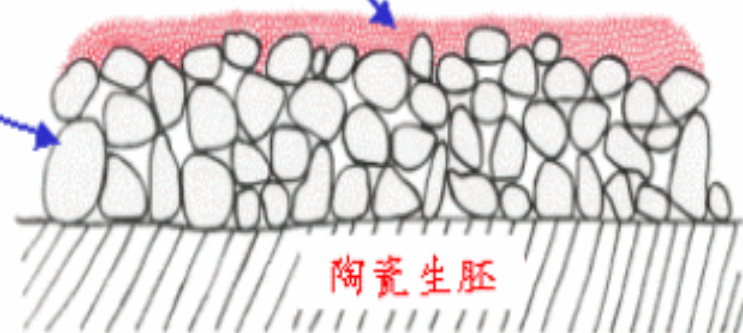
洗衣機潮溼藏菌
比馬桶髒530倍

2009/06/23 19:00 華視新聞

一般陶瓷釉漿原料顆粒較大
釉層厚度約0.3-0.5mm



奈米級釉藥粉體摻含銀離子以達抗污、抗菌效力
釉層厚度約0.05~0.10mm

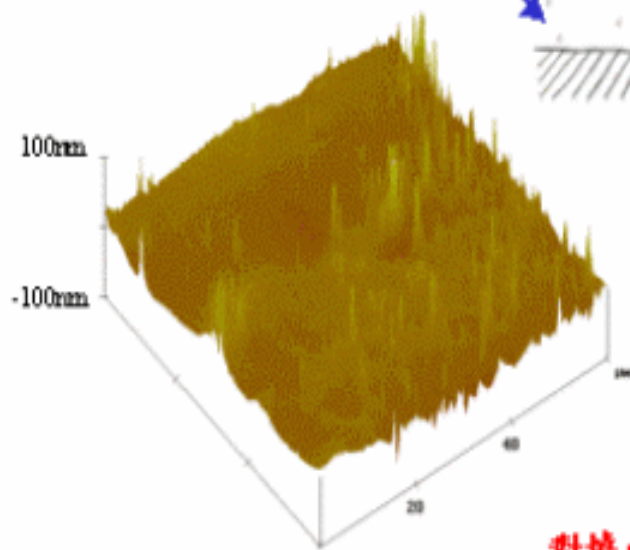


1200°C
燒成

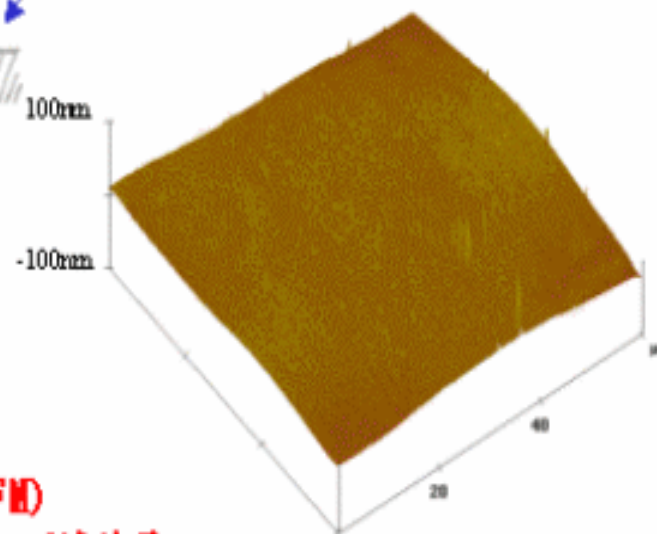
燒成後之釉層

存在於釉層中的氣泡

陶瓷生胚



一般陶瓷釉面



抗污、抗菌釉面

原子力顯微鏡(AFM)
對燒成後陶瓷釉面品質之測試結果

奈米藥物的優勢

- 可進入毛細血管，在血液循環系統自由流動，還可穿過細胞，被組織與細胞以胞飲的方式吸收，提高生體利用率。
- 比表面積高，水溶性差的藥物在奈米載體中的溶解度相對增強，克服無法通過常規方法製劑的難題。
- 經特殊加工後可製成靶向定位系統，如磁性載藥奈米微粒。可降低藥物劑量減輕副作用。
- 延長藥物的體內半衰期，藉由控制聚合物在體內的降解速度，能使半衰期短的藥物維持一定水平，可改善療效及降低副作用，減少患者服藥次數。
- 可消除特殊生物屏障對藥物作用的限制，如血腦屏障，血眼屏障及細胞生物膜屏障等，奈米載體微粒可穿過這些屏障部位進行治療。

奈米藥物的定義與分類

- 藥劑學中將奈米粒分成奈米載體與奈米藥物，其尺寸界定於1~1000 nm之間。
- 奈米載體係指溶解或分散有藥物的各種奈米粒，而奈米藥物則是指直接將原料藥物加工成奈米粒。
- 理想的奈米粒子需具有
 - (a) 具有較高的載藥量>30%。具有較高的包封率>80%。
 - (b) 製備與方法簡便，容易放大工業化生產。
 - (c) 載體材料可生物降解，無毒性。
 - (d) 具有適當粒徑與粒形。
 - (e) 具有較長的體內循環時間。

奈米藥物的優勢

- 可進入毛細血管，在血液循環系統自由流動，還可穿過細胞，被組織與細胞以胞飲的方式吸收，提高生體利用率。
- 比表面積高，水溶性差的藥物在奈米載體中的溶解度相對增強，克服無法通過常規方法製劑的難題。
- 經特殊加工後可製成靶向定位系統，如磁性載藥奈米微粒。可降低藥物劑量減輕副作用。
- 延長藥物的體內半衰期，藉由控制聚合物在體內的降解速度，能使半衰期短的藥物維持一定水平，可改善療效及降低副作用，減少患者服藥次數。
- 可消除特殊生物屏障對藥物作用的限制，如血腦屏障，血眼屏障及細胞生物膜屏障等，奈米載體微粒可穿過這些屏障部位進行治療。

■ 化妝品

在用奈米保養品時，奈米科技會把讓肌膚水水的成分包裹於奈米中，利用其微細的特性，充分滲透進入真皮層，約有**80~90%**的有效成分可被細胞充分吸收、修護。

糖尿病、心血管疾病患者應嚴格控制低密度膽固醇

中時電子報
www.chinatimes.com

更新日期:2010/04/12 11:44 中時健康 楊格非／台北報導

據統計，國內每年新增3萬5000名急性腦中風患者、近3萬人次接受心導管手術，**糖尿病**患者更是高達240萬人，這些都屬於心血管疾病高風險群。

醫師提醒，這些病患應該嚴格控制「低密度膽固醇」在100mg/dl以下，以降低罹病風險。

中華民國心臟學會秘書長黃瑞仁指出，糖尿病患者跟冠狀動脈心臟病、腦中風的患者一樣，罹患心血管疾病風險較高，如果能將「低密度膽固醇」控制在100mg/dl以下，可以有效避免、減緩或降低心血管疾病的發生。



LR duane reade

ENTERIC COATED

Aspirin

MAXIMUM STRENGTH

60 TABLETS 500 mg EACH

Prevents stomach upset
caused by aspirin

NO280-2000-24
PAIN RELIEVER-FEVER REDUCER
BAYER
GENUINE ASPIRIN

ORIGINAL STRENGTH

Fast, Safe Pain Relief

24 COATED TABLETS 325 mg

LR duane reade

ENTERIC COATED

Aspirin

MAXIMUM STRENGTH

Prevents stomach upset
caused by aspirin

DO NOT USE IF THE IMPRINTED FRI SEAL
UNDER THE CAP IS BROKEN OR MISSING.

60 TABLETS 500 mg EACH

Drug Facts
Active ingredient (in each tablet)
Aspirin 500 mg.
Purpose
Pain relief
Prevents stomach upset caused by aspirin.

乙醯胺酚+阿斯匹靈…綜合止痛劑隨處賣 吃多傷腎

自由時報 更新日期:2010/04/11 04:11

〔記者洪素卿／台北報導〕台灣洗腎發生率居全球之冠，一年光是洗腎用去三百億的健保資源。爲此，吳揆要求掃蕩亂賣藥影響民眾腎臟健康的地下電台。不過，另一項潛在的腎臟風險，也就是混合型止痛藥劑，在台灣卻仍然隨處可買到。醫師呼籲，政府應正視混用止痛藥可能造成的腎臟危害。

林口長庚醫院臨床毒物科主任林杰樑指出，含phenacetin-阿斯匹靈綜合止痛劑未被禁用前，在美國，止痛劑腎病變佔末期腎病變的一％到三％。

[澳洲](#)、[比利時](#)、[瑞典](#)止痛劑腎病變佔末期腎病變甚至高達三％到二

十％。但在含phenacetin-阿斯匹靈綜合止痛劑被禁用後十到十五年，歐美國家止痛劑腎病變大幅下降，佔末期腎病變的一％不到。

乙醯胺酚+阿斯匹靈…綜合止痛劑隨處賣 吃多傷腎

自由時報 更新日期:2010/04/11 04:11

兩成分會影響腎臟血流與乳突

目前我國雖沒有phenacetin與阿斯匹靈綜合止痛劑，但phenacetin代謝後，會產生乙醯胺酚（acetaminophen），也就是普拿疼等止痛藥成分，乙醯胺酚與阿斯匹靈做成的綜合製劑，一樣會對腎臟造成嚴重危害。這兩種成分一個是會影響腎臟血流，一個則影響腎臟乳突，兩者合用很可能升高止痛劑腎病變、尿毒症及腎臟泌尿系統惡性腫瘤風險。

但台灣不只沒有禁用，且將這類藥品放在非處方藥，民眾可以隨便買到，成爲民眾腎臟健康的隱憂！

衛生署表示，目前我國對於阿斯匹靈合併乙醯胺酚類止痛藥的管理比照日本管理¹模式，主要是因爲阿斯匹靈有消炎、解熱以及鎮痛效用，乙醯胺酚只有解熱跟鎮痛作用，但阿斯匹靈具腸胃刺激的副作用，爲降低腸胃刺激，又要維持止痛消炎效果，因此以降低阿斯匹靈劑量，加入乙醯胺酚的方式來製造。

乙醯胺酚+阿斯匹靈...綜合止痛劑隨處賣 吃多傷腎

自由時報 更新日期:2010/04/11 04:11

要服用止痛藥最好先就醫諮詢

針對這類藥物，衛生署除了要求兩種成分劑量減半，同時也要求加註警語，建議民眾從最小劑量開始服用。一天服用超過八顆以上五百毫克的乙醯胺酚類止痛藥，可能造成中毒或肝傷害。

榮總神經內科主治醫師王署君認為，我國非處方止痛藥最大的問題是，部分民眾服用頻率太高與劑量太大。常用的感冒糖漿，說明書指示患者一次飲用十西西，但民眾常一次喝一罐。建議若每個月至少服用止痛藥三、四次以上，應找醫師確認病因及諮詢用法。

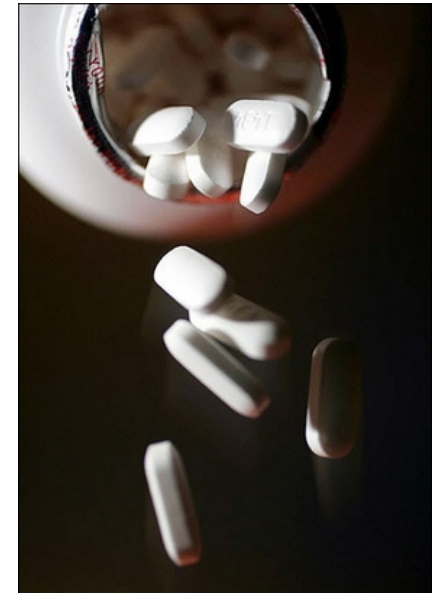
- 消炎藥有許多種，像類固醇、阿斯匹靈等都有消炎的作用。廣義的非類固醇類消炎藥是指除了類固醇之外的所有消炎藥，這包括了阿斯匹靈及其它藉由抑制環氧化酵素(cyclooxygenase 簡稱COX)而產生消炎、止痛、解熱作用的藥。

非類固醇類消炎藥常見的臨床用途

- 一、減緩肌肉骨骼發炎與疼痛，如關節炎、背痛、拉傷、扭傷
- 二、減輕各種原因引起的發燒
- 三、神經痛、牙痛、頭痛、偏頭痛
- 四、經痛。

常見的非類固醇類消炎藥

- Panadol（普拿疼）的成分為acetaminophen，它具退燒止痛之效果，但不具抗發炎作用；
- Voren與Aspirin除具有退燒止痛的效果外，還兼具有抗發炎的效果。



可能的副作用

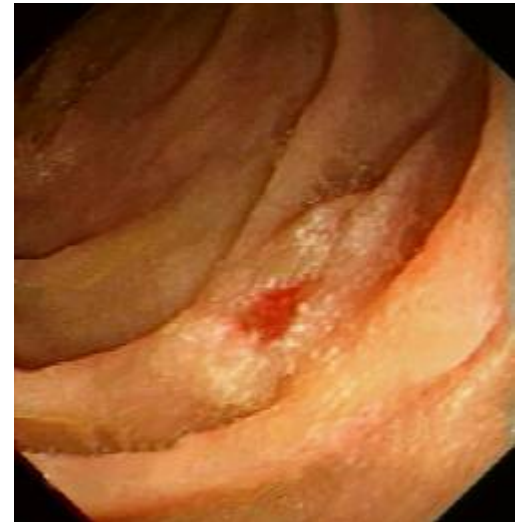
- 根據藥物副作用的統計，美國每天可能約有數萬人因為止痛藥副作用而入院治療，其中約有兩三成就是抑制前列腺素的生成有關。尤其年紀超過六十歲，這問題更是嚴重。有文獻指出使用這些藥物造成腸胃不適的機會是一般人的2.74倍，在老年人更升至5.52倍以上。

可能的副作用

- 服用過量的普拿疼可能造成肝細胞壞死，引起肝衰竭；急性中毒可能發生於兒童一次服用大於每公斤15毫克且一天服用超過5次(每天超過2.6公克)，成人一天劑量大於7.5公克；慢性中毒特別易發生於酒癮的病人，其中毒劑量可低到每天服用4-6次每次1公克。

可能的副作用

- 包括：腸胃不適如消化不良、潰瘍、出血、腎功能不全、肝功能異常；頭暈、頭痛、嗜睡等。
- 另外，要特別注意過敏，如氣喘、皮疹、蕁麻疹等。



非類固醇類消炎藥的使用注意事項

- 一、對阿斯匹靈或任何一種非類固醇類消炎藥過敏的病患。
- 二、消化性潰瘍患者而病況仍不穩定者。
- 三、有明顯凝血問題之病患。
- 四、懷孕時(須避開某些消炎藥)，授乳期間應避免使用。
- 五、病患同時合併有氣喘、腎功能、肝功能或心臟方面的問題。

另外，各位病友在服用非類固醇類消炎藥時還要注意以下的事情：

- 六、避免與阿斯匹靈或含酒精飲料同時使用。
- 七、如果腸胃不舒服，可與食物或制酸劑一起服用。
- 八、如果出現皮疹、水腫、黑便、腹瀉、其他消化問題或持續頭痛時應告知醫師。