



## 本期內容

### 不當的自行用藥不是好的自我照顧

- 簡介 1
- 本地情況 2
  - i. 從零售店或透過互聯網／手機應用程式獲得口服產品 2
  - ii. 親友推薦或提供口服產品 5
  - iii. 在沒有諮詢中醫師的情況下服用中藥 5
- 教訓與啟示 7

## 簡介

把自己照顧好是保持健康最好的方法。恆常運動，減少飲食中的鹽和糖，不飲酒和不吸煙，都是良好和值得稱道的自我照顧方式。但是，自我照顧亦需要適當地實踐才能產生健康效益，而自行處方藥物卻不是一種可取的自我照顧方式。因為不當的自行用藥，會對健康造成傷害。

“自行用藥”並沒有一個公認的定義。廣義上，為保健服用維生素片，或為舒緩喉嚨痛服用喉糖也可以被視為自行用藥。而在本文中，我們只會集中討論與被呈報中毒個案相關及危險的自行用藥行為，而這些行為通常與具有高潛在毒性的藥物或中藥有關。其實無論是否涉及使用藥物，就健康問題或身體不適諮詢專業醫護人員的意見，都是明智和謹慎的。

我們審視了過去三年與自行用藥相關的本地中毒個案，以說明自行用藥的危害，它們未必能被即時察覺，因它們對健康造成的傷害可能需要一段長時間才顯現。讓我們從過去中學習，對不當的自行用藥說“不”。





## 本地情況

在 2014 至 2016 年期間（截至 2016 年 9 月 30 日），衛生署共錄得 486 宗中毒個案的呈報。當中三分之一（33%）與各種形式的自行用藥相關（不包括與減肥產品相關的中毒個案）<sup>1</sup>。這些病人的平均（中位數）年齡為 60（62）歲，當中並沒有明顯的性別偏向（52%為女性）。

我們可以按藥物的來源／自行用藥的行為特徵把這些個案分類，即 i) 從零售店或透過互聯網／手機應用程式獲得口服產品；ii) 親友推薦或提供口服產品；iii) 在沒有諮詢中醫師的情況下服用中藥。

### i. 從零售店或透過互聯網／手機應用程式獲得口服產品

在所有與自行用藥相關的中毒個案當中，涉事口服產品最常見的來源是從零售店或透過互聯網／手機應用程式購買獲得。自 2014 年以來，這類個案共有 102 宗。在這 102 宗個案當中，涉事的口服產品分別從香港的零售店（72%）、中國大陸的零售店（17%）、海外的零售店（3%）或透過互聯網／手機應用程式購買（8%）獲得。這些病人服用口服產品的常見原因包括：舒緩痛楚（55%）、舒緩上呼吸道徵狀（包括鼻敏感徵狀）（18%）、睡眠問題（7%）、控制血糖（6%）、皮膚問題（5%）等等。這些病人在服用口服產品後（通常是長期服用後）均出現中毒徵狀（圖 1）。當中大部分病人（77%）需要入院接受治療。

<sup>1</sup> 自行處方減肥產品也是導致本地中毒個案的一個重要和常見的原因，但由於該課題已在近期的文章中討論，因此它將不被包括在本文中。讀者可以按下列網址閱讀過去的文章：[http://www.chp.gov.hk/tc/guideline1\\_year/29/134/441/496.html](http://www.chp.gov.hk/tc/guideline1_year/29/134/441/496.html)

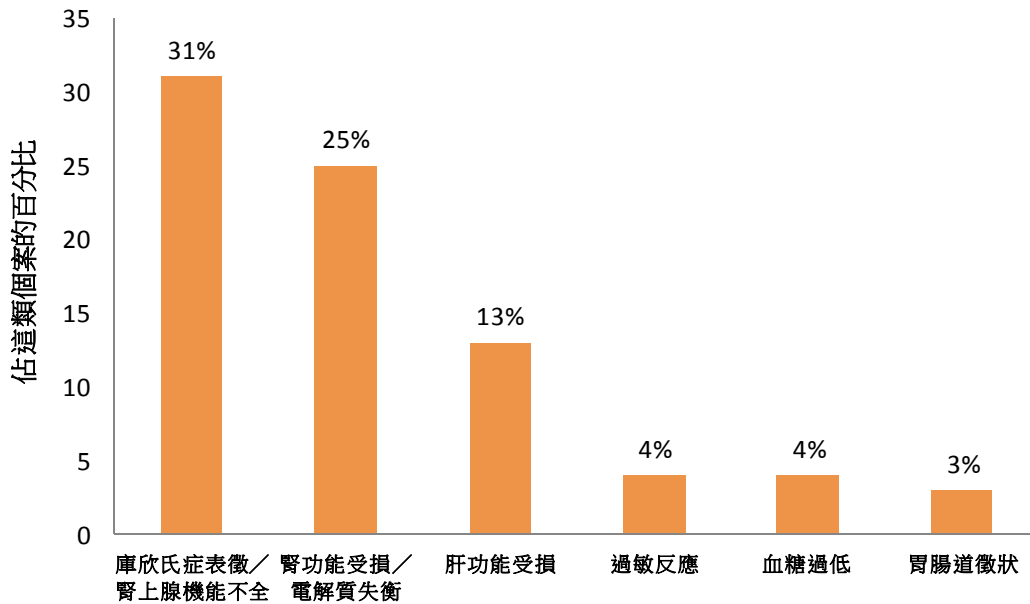


圖 1：2014-2016 年間與從零售店或透過互聯網／手機應用程式購買獲得口服產品相關的個案的中毒徵狀

涉事的口服產品在實驗室被驗出含有具高潛在毒性的藥物成分，當中非類固醇類消炎藥（56%）和類固醇（51%）為最常見的兩種藥物成分（圖 2）。大部分病人在服用這些口服產品時，相信都不知道該產品的成分。這些口服產品通常沒有適當的

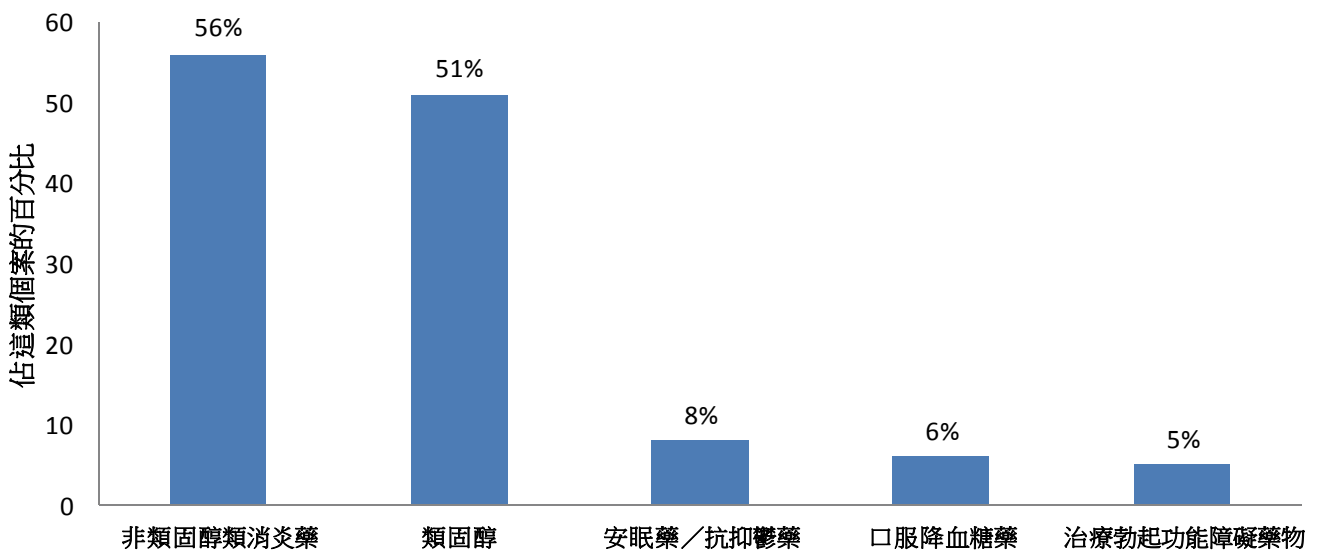


圖 2：2014-2016 年間與中毒個案相關及從零售店或透過互聯網／手機應用程式購買獲得的口服產品中被驗出具高潛在毒性的藥物成分



標籤或有關使用劑量的說明，不同類型的藥丸和膠囊有時會被放在同一個包裝袋內（圖3）。



圖3：不同類型的藥丸和膠囊被放在同一個包裝袋內

我們注意到這類中毒個案比較多發生在患有慢性疾病的病人身上，例如患有痛風或鼻敏感的病人。因為該些產品的毒性及因而中毒的風險都會隨著長時間的服用而累積及增加，而慢性疾病往往令這些病人需要接受長期和持續的治療以緩解其徵狀，這亦令他們較易受影響。幸運地，也可以說是不幸地，這些病人通常均發現涉事的口服產品能有效緩解其徵狀，但這也導致他們長期和持續地使用該產品。

雖然在醫生監督下適當地使用非類固醇類消炎藥或類固醇，能有效治療某些疾病，但它們亦可以引起嚴重的副作用，例如腎衰竭、胃腸道出血、庫欣氏症候群、腎上腺機能不全等等。因此，大部分的非類固醇類消炎藥和類固醇在香港都是醫生處方藥物。市民如需要使用需醫生監督及處方的藥物時，必須先諮詢註冊專業醫護人員。





## ii. 親友推薦或提供口服產品

在上述期間，我們亦記錄了34宗中毒個案涉及親友推薦或提供的口服產品，佔與自行用藥相關的中毒個案的21%。病人的親友相信也是出於善意地推薦或提供這些口服產品。除了其聲稱來源地以外，個案中的病人通常都不能夠提供產品來源的其他細節。舒緩痛楚（59%）也是這些病人服用口服產品最常見的原因。此類個案的中毒徵狀亦與第一類個案相似，而實驗室同樣驗出非類固醇類消炎藥和類固醇為最常見的兩種藥物成分。這些口服產品的主要來源地為中國大陸（53%）、海外（21%）、香港（3%），但來源不明的亦佔當中的23%（包括互聯網（2%））。由於這些產品大部分並非源自香港及沒有在香港註冊，我們在追查其來源以實施防控措施方面往往遇到很大困難。此外，由於產品沒有在香港註冊，這些未註冊藥物產品的安全性、質量和功效也無法得到保證。部分源自外地的口服產品甚至可能含有因其高毒性和潛在危害而在香港被禁用的藥物（例如苯乙雙胍）。不幸地，這些病人對親友的錯信，使他們未能對這些不安全及對健康有害的口服產品提高警覺。

從這些個案中市民應該認識到，我們不應該使用來源不明或未有在香港註冊的藥物產品或將這些產品推薦給他人，包括我們的親友。

## iii. 在沒有諮詢中醫師的情況下服用中藥

這類中毒個案的徵狀、致病物質、及有關自行用藥的行為，均與上述兩類個案有明顯的不同。





在 2014 至 2016 年期間（截至 2016 年 9 月 30 日），衛生署記錄了 23 宗這類中毒個案，佔與自行用藥相關的中毒個案的 14%。舒緩痛楚（43%）和保健（35%）是個案中病人服用中藥最常見的兩種原因，其他原因包括緩解上呼吸道、泌尿系統或胃腸道徵狀和睡眠問題等等。這些病人在服用中藥後均出現中毒徵狀（圖 4）。所有病人亦均需要入院接受治療。在涉事的藥材、藥渣、藥湯、口服產品或病人尿液樣本中亦被檢測到不同的植物生物鹼或其水解物。大部分（78%）個案中發現烏頭類生物鹼。

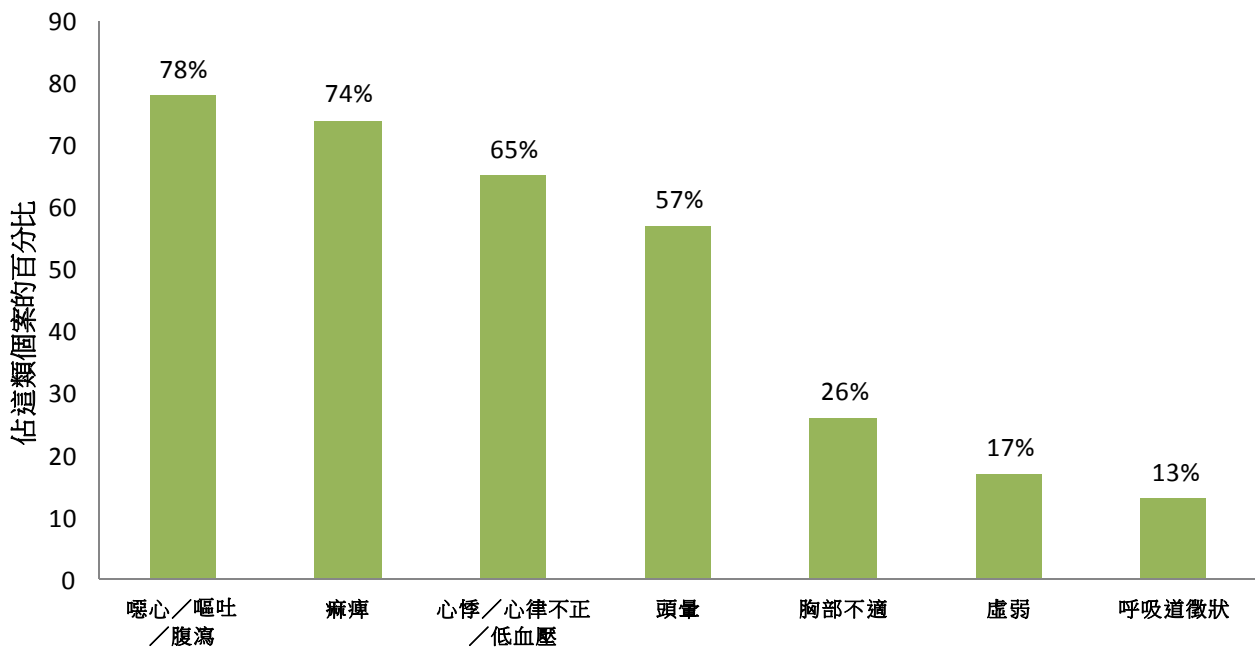


圖4：2014-2016年間在沒有諮詢中醫師的情況下服用中藥後中毒的個案的徵狀

從這些個案當中，我們分辨出幾種自行用藥的行為，包括抄寫及採用書本／雜誌／網站（39%）上的藥方、採用由並非中醫師的親友提供的藥方（22%）、及在沒有諮詢中醫師的情況下重複使用舊處方應對相似的不適（17%）等等。我們也記錄了一宗中毒個案，該名病人服用了從內地郊區採摘的斷腸草



(*Herba Gelsemii Elegantis*)，其後出現呼吸衰竭和精神紊亂，並需要入住深切治療部接受治療。

要正確地使用中藥，市民應跟從中醫師的指導，根據個人的體質及病情的需要，再配合適當的煎煮和服藥方法。

## 教訓與啟示

- ◆ 不要購買、使用、推薦或分享含未知或可疑成分，或來源不明的口服產品。
- ◆ 患有慢性疾病的病人，應諮詢註冊醫護人員以作整體全面的治療。不要在沒有專業監督的情況下自行用藥，尤其是長期用藥。
- ◆ 應先諮詢中醫師才服用中藥以治療身體不適。
- ◆ 在沒有諮詢中醫師的情況下，不要重複使用中醫師的舊處方應對相似的不適。
- ◆ 不要服用自行從郊外採摘的草藥。
- ◆ 如有懷疑或在服用口服產品／中藥後感不適，應向專業醫護人員求助。
- ◆ 註冊藥劑製品或註冊中成藥標籤上應有“HK-XXXXX”或“HKP-XXXXX / HKC-XXXXX”樣式的註冊編號，以資識別。
- ◆ 不要購買和使用未註冊的藥劑製品或中成藥，因為它們的安全性、質量和療效都沒有保證。

### 編輯組：

程卓端醫生、吳國保醫生、潘國明醫生、蘇文捷醫生、梁潔芳女士、歐陽瑞圻女士及朱景熹先生

本刊物由衛生署出版

聯絡單位: 衛生署衛生防護中心監測及流行病學處毒物安全監察組

香港灣仔皇后大道東213號胡忠大廈18樓

如對本刊物有任何意見或疑問，請聯絡我們，電郵是 [toxicovigilance@dh.gov.hk](mailto:toxicovigilance@dh.gov.hk)

版權所有