

## 口服Steroid (皮質類固醇)

### 皮質類固醇(美國仙丹)

主成份	商品名	中文商品名	含量
Prednisolone	Predonin Tablet	普力多寧錠	5 毫克/錠

#### 作用：

1. 本藥為皮質類固醇，與您的腎上腺所分泌的荷爾蒙類似。用來治療急性排斥如皮膚、胃腸道、肝臟；慢性排斥：（皮膚、血液、甲狀腺、眼睛、結腸炎等）。
2. Prednisolone 也與其它藥一起使用，預防器官移植(幹細胞)病人之排斥作用；也用於治療其它疾病。醫師會按排斥的情況，決定使用的時間與劑量。

#### 劑量與用法：

1. 請遵照醫師指示用藥，有任何疑問，請教醫師或藥師。
2. 如果您是每二天服藥一次，要在隔天早餐時隨餐服用，並固定在單日或雙日服藥。與食物一起服用可避免胃腸不適。配合早上服用與身體自然皮質酮分泌時間，若一天服用兩次以上，則建議在下午五點前服用完畢，避免影響睡眠。
3. 如果您每天服藥一次，則在每天早餐隨餐服藥。

#### 注意事項：

1. 服用類固醇會減弱您的抵抗力，若有類似感冒或感染症狀如喉痛、發燒或咳嗽時，請儘速就醫。除非您的主治醫師指示，不可打預防針、疫苗、及做任何皮膚測試。避免與水痘或麻疹病患接觸，家人也不可接受小兒麻痺口服疫苗，如無法避免，則改用小兒麻痺注射疫苗。
2. 如您有下列情況：感染，免疫低下，糖尿病，心臟、腎、肝、甲狀腺，骨質疏鬆，青光眼、精神等疾病，懷孕及哺乳，或同時服用其它藥品，請先告知醫師。
3. 不要擅自增加藥量、服用次數、或服用天數。長期使用者，未經醫師同意不可任意停藥或減量；如果突然停藥可能會造成食慾降低、噁心、嘔吐、想睡、恍惚、頭痛、發燒、關節痛、肌肉痛、脫皮、體重降低等；如果您是長期服用大劑量時，您的醫師會告訴您如何慢慢減量，直到您可以停藥為止，您一定要遵照醫師的指示服藥。
4. 長期使用者，醫師可能指示您使用低鈉、

低鹽、或高蛋白飲食。長期用藥者，盡量不要進出公共或人多的場所

5. 隨時確定有足夠的藥量，尤其在外出旅行時。如果症狀變化時，請立即就醫。
6. 當您看牙醫或手術及緊急處理，一定要告訴醫師您正服用本藥或曾服用本藥（即使您已停藥在十二個月以內）。
7. 糖尿病患者如有血糖、尿糖變化請告知醫師。
8. 長期服藥者，須定期抽血檢查、照X光、

檢查眼睛，時常量血壓、身高、體重，及做身體檢查。這些檢查對小孩特別重要，因為此藥會使骨骼生長緩慢。

9. 併用止痛消炎藥或有胃腸潰瘍病史者，使用本類藥品需小心。
10. 不要飲酒，並注意熱量攝取，以避免體重增加；體重增加異常時，請通知醫師。
11. 請隨身攜帶卡片，上面要記錄您的姓名、疾病、使用之藥品及劑量，醫師姓名、電話號碼。

**副作用與處理：**副作用的發生常與類固醇劑量及服用時間長短有關，類固醇副作用可能發生在身體各系統，但非所有副作用都會發生。

器官	副作用	處理
皮膚	皮膚變薄。容易瘀傷。傷口癒合緩慢。瘡瘡樣皮疹。面部發紅。臉長細毛。	避免外傷和日曬。保持皮膚清潔，和使用乳液保持皮膚滋潤。
胃腸道	胃腸道刺激(有潰瘍病史者請慎用)。食慾增加。	如有胃痛或胃灼熱或黑色柏油樣大便，請告知醫療團隊。盡量不要與阿司匹林或非類固醇消炎止痛藥一起服用。
肌肉	隱隱作痛。肌肉無力。肌肉萎縮。	維持體力活動以保持肌耐力。
外表變化 脂肪分佈改變	水牛肩、月亮臉、四肢變細	維持體力活動與健身，可減少外表變化。
心臟血管	高血壓。水腫。體重增加。	低鈉飲食。可能需要藥物來降低血壓和減輕水腫。
血糖	血糖升高。	可能需要胰島素或口服降血糖藥物來控制升高的糖分。糖尿病患者請常規量血糖。可能需要營養/糖尿病衛教。
情緒	性格改變。沮喪。焦慮。失眠。 **詳情見下文。	告知醫療團隊。同時與照顧者討論。
骨骼	骨質疏鬆症。缺血性壞死。	如有新發生之骨頭疼痛，請告知醫療團隊。若常規使用類固醇超過4周，請服用鈣/維生素 D(元素 Ca

		1000mg + Vitamin D3 400-800 IU) (好市多: 品牌: 顧可飛)
眼睛	視力模糊。白內障。可能會使青光眼惡化。	若發生視力模糊，請看眼科醫師。
免疫系統	可能掩蓋感染症狀。可能會增加發生感染的風險。	避免與生病的人接觸。如有發燒、發冷、咳嗽、疲勞加劇、頭暈、排尿疼痛、頻尿。立即告知醫療團隊。

### 有關潛在心理影響的資訊。

- 類固醇的情緒和社交副作用可能無法預測。研究估計差異很大，有 2 - 57% 的人報告經歷這些情緒副作用。
- 高達 6% 的病人會出現嚴重的精神副作用，包括失眠、易怒、心情高昂/低落、情緒/行為改變、強迫症。
- 這些心理障礙，即使是相對較不嚴重的情緒波動，也會對人際關係造成挑戰，並可能導致沮喪、溝通不暢和恐懼。
- 先前已存在的精神疾病不一定表示有類固醇的精神副作用。然而，如果某人已有存在的症狀或精神健康問題的脆弱性，類固醇可能會使情緒變得更糟。
- 精神方面的副作用可能在治療開始時出現，通常在停用類固醇後會好轉；然而這些副作用有時會在停藥後首先出現。
- 如果您或您所愛的人注意到病人有關情緒、社交或心理的變化，請通知您的醫生。可以使用不同的治療方法，包括基於藥物的治療和非藥物的治療。

### 重要提醒

如果在過去一年有使用過類固醇，如果您有要進行手術。請告知新的/其他醫療服務團隊。

### 忘記服藥時該怎麼辦？

1. 隔天服藥一次者：想起時若還是在應服藥的當天早上，則儘快補服，然後回復原來療程。若想起時已是下午或晚上，則隔天早上再服用，然後跳過一天，之後再回復原來療程。
2. 每天服藥一次者：想起時儘快補服，如果第二天才想起，則無須補服，只要服用當天的劑量即可。
3. 每天服用多次者：想起時儘快補服，再將當天剩餘藥量均分於當天服用。若想起時已是下次服藥時間，則服用二倍劑量，再將當天剩餘藥量均分於當天服用，隔天再回復原來療程。

### 此藥可能引起的副作用有哪些，如果發生了該怎麼辦？

症狀	如何處理
噁心、嘔吐、胃有刺激感覺	與食物一起服用。 如果症狀持續或大便變黑時，請立即就醫。
發燒、感染、喉嚨痛	請儘速就醫。
視力減弱，多尿、口渴，情緒改變、精神恍惚	請儘速就醫。
體重急遽增加，臉、腳、關節、踝腫脹，肌肉痛、及虛弱，畏光、青春痘、皮膚變薄、毛髮增加、月經不正常	長期服用可能的副作用，請儘速就醫。
食慾增加、消化不良、神經緊張、皮膚變色、頭昏、出汗、臉部發紅	請告知醫師，尤其是症狀持續或嚴重時。