



春暉周刊



發行人:陳冠宇

指導:黃聖芳

主編:春暉社長簡睿成

副編:春暉副社長莊婷安

期別:112-2-10期

出刊日期: 113.04.23

【#藥品小百科】

現代人時常遇到壓力大造成失眠問題，在尋求幫助前，安眠藥【用藥五能力】，你清楚嗎？

先從改善自己的習慣做起，養成良好作息與睡眠習慣

有失眠問題找醫師診治，用藥問題找藥師詢問。

就醫時要清楚跟醫生說明失眠狀況、用藥過敏情形或工作的性質(ex: 大夜班)



領藥時需看清楚藥袋上基本資料、藥品注意事項及保存方式等

吃安眠藥之前先瞭解用藥的時間、劑量及服用方式

資料來源:

<https://www.facebook.com/sleepverywell?fref=ts>