



The Pharmaceutical Society of Hong Kong  
香港藥學會

# OTC PRODUCTS HANDBOOK

零售藥物及保健產品手冊

# 2014-2015

For Healthcare Professionals Only • Copyright by PSHK



政府註冊

榮譽商號

特許經營

全民正貨

OTC DRUG CO. LIMITED 奧迪斯便利藥店有限公司



No. 6A, G/F, Wing Ping Tsuen Road, San Tin, Y.L.  
Tel : 2882 1323 元朗新田永平村路六號A地下



# 長效紓緩關節痛

## 每天輕鬆第一步



8  
小時

8小時長效紓緩



自然排出體外\*

+

近90%受訪  
醫生推薦\*

給您關懷的力量

\* 須依照盒上指示服用

\* 近90%受訪醫生推薦必理痛™ 關節痛配方紓緩關節痛 Ipsos Healthcare study 12-040831-01  
必理痛為葛蘭素史克集團所擁有之商標 CHHK/CHPDL/0010/13d(07/2016)



The Pharmaceutical Society of Hong Kong  
香港藥學會

# OTC PRODUCTS HANDBOOK

零售藥物及保健產品手冊

2014-2015

For Healthcare Professionals Only • Copyright by PSHK

## 編輯委員會 | Editorial Board

### **Chief Editors**

Donald Chong  
Peter Leung

### **Managing Editor**

Felix Fong

### **Financial Manager**

Andrew Chan

### **Business Manager**

Tiffany Chan

### **Publication Manager**

Matthew Hui

### **Chief Designer**

Bobo Fung

### **Editing Associates**

Helen Wan  
Matthew Hui  
Bobo Fung

Alex Ng  
Timothy Mak  
Vivian Ho

Leonie Ma  
Natalie Chung  
Christy Ng

### **Business Associates**

Alex Ng  
Timothy Mak  
Natalie Chung  
Mandy Chan  
Sandy So

### **Advisory Board**

Mary Cheng  
Zhixiu Lin  
Rico Yau

---

### **Disclaimer**

The Pharmaceutical Society of Hong Kong (PSHK) expressly disclaims any and all liability to any person in respect of any loss, damage, death, personal injury or other consequences whatsoever, howsoever caused or arising, suffered by any such person by their use of or reliance upon, in any way, the information or any product referred to or contained in OTC Products Handbook.

All the editorial matters published herein are independently prepared by the medical and pharmaceutical professionals who are either members of or invited by the Editorial Board of OTC Products Handbook and are based on medical literatures and approved official reference sources. Although great effort has been made in compiling and checking the information contained in this publication to ensure that they are accurate, the PSHK or any one of the members of or persons invited by the Editorial Board to prepare the said editorial matters shall not be held responsible for the currency, validity, errors, omissions or inaccuracies of the information referred to in this publication or for any consequences arising therefrom howsoever caused. The inclusion or exclusion of any products does not mean that the publisher advocates or rejects its use either generally or in any particular field or fields. Full and up-dated information of any products listed herein should be obtained from the manufacturer or distributors.

The PSHK does not make any representation in this publication and formally disclaim any liability of whatsoever nature regarding the safety, efficacy, costs or truthfulness of any statement or information about any products included in this publications. In whatever circumstances, professional advices should be obtained before taking any pharmaceuticals and health products.

Advertisements are subject to editorial acceptance and will have no influence on editorial content or presentation. Circulation is on a controlled basis to the medical professionals in Hong Kong. PSHK is a professional association and is an independent publisher of OTC Products Handbook. PSHK is not affiliated with any pharmaceutical manufacturer or distributors.

---

# 目錄 | Content

- 3 序言
- 5 內容簡介
- 6 零售藥物的法定分類
- 7 食物營養標籤
- 9 選用合適的OTC藥物
- 11 孕婦用藥須知
- 12 衛生署藥品不良反應呈報須知

## 西藥

### 呼吸道問題

- 13 傷風感冒
- 15 咳嗽
- 18 喉痛
- 19 流鼻水及鼻塞
- 20 鼻敏感
- 21 哮喘

### 腸胃問題

- 22 口腔潰瘍(飛滋)
- 23 齦牙及牙齦炎
- 24 消化不良
- 25 暈眩及嘔吐
- 26 便秘
- 27 腹瀉
- 28 痔瘡

### 皮膚問題

- 29 皮膚炎
- 32 暗瘡
- 33 皮膚黴菌及酵母菌感染
- 34 雞眼及疣
- 35 唇瘡
- 36 頭皮及脫髮
- 37 傷口消毒
- 38 皮膚防曬
- 39 其他皮膚護理產品

### 痛症

- 41 發燒及痛症
- 44 肌肉痛症

### 女士健康

- 47 婦女衛生
- 48 口服避孕藥

### 眼部問題

- 50 戒煙產品
- 52 其他西藥產品

## 中藥材及中成藥

- 54 人參
- 55 當歸
- 56 靈芝
- 57 雲芝
- 58 冬蟲夏草膠囊
- 59 猴棗散
- 60 開奶茶
- 61 七星茶
- 62 感冒沖劑

## 健康食品

- 64 維他命及礦物質
- 71 葡萄糖胺及軟骨素
- 74 山桑子
- 75 魚油及鯊魚肝油
- 78 卵磷脂
- 79 甲殼素
- 81 乳酸桿菌
- 83 蘆薈
- 84 大蒜
- 85 銀杏
- 86 蔓越莓
- 87 鋸棕櫚
- 88 螺旋藻
- 89 褪黑激素
- 90 奶薊
- 91 纖維
- 92 輔酶Q10
- 93 紫錐花
- 94 貴葉連翹
- 95 月見草油
- 96 武靴葉
- 97 海帶
- 98 蜂膠
- 99 蜂皇漿
- 100 藍莓素
- 101 奶粉
- 102 其他健康食品

## 附錄

- 103 藥商及藥房通訊錄
- 105 分區藥房列表
- 109 產品索引

很高興香港藥學會編著新版的《香港零售藥品及保健食品指南》，當中包含了最新非監售藥品及保健食品的資訊，為各專業醫療人員及健康服務提供者提供較整全的資訊及正確使用非監售藥品及保健食品的原則。編著新版所需的努力不少，但隨著這類產品在市場上的變化，香港藥學會精益求精，更顯其專業的精神。

現代人雖然得益於先進的醫藥發展，但由於工作繁忙、飲食習慣起了變化，對保健食品及可治療輕微病況的非監售藥品需求甚大。雖說非監售藥品及保健食品一般副作用較輕，風險較低，但若使用不當，也可導致嚴重的副作用或與其他藥品產生相互作用。然而，一般人都認為這類產品非常安全，可以隨意服用，這正是醫護人員提供正確資訊及指導的重要時刻。這本指南相信可對各醫護人員提供適時適切的協助。

我衷心感謝香港藥學會編著新版《香港零售藥品及保健食品指南》的努力，亦希望各醫療人員及健康服務提供者好好善用這本指南，為市民健康多出一分力。

衛生署助理署長吳婉宜  
二零一四年十二月

## 序言 | Preface

藥用植物,尤其是中草藥,早已進入香港人的日常生活中。隨著中草藥的現代化,越來越多傳統的中藥秘方以不同的現代劑型(片劑,膠囊及顆粒劑型)出現在社區藥房。該類的產品層出不窮,其更新換代的頻率甚至高於西藥。因此,社區藥劑師自然會成為患者(尤其是長期病患者)的諮詢對象。除了詢問有關療效外,有關中西藥相互作用方面的諮詢最為常見。香港藥學會在過去多年一直堅持不懈地出版有關零售藥品及健康食品的指南(OTC Products Direct或OTC Handbook),旨在為社區藥劑師及大眾提供更好的服務。

2014/2015版的OTC Products Handbook順應時代的變化增添了常見的傳統秘方和現代中藥產品。除此之外,在手冊的資料收集過程中引入了香港中文大學藥劑學院近期建立有關中西藥相互作用的研究及查詢平台。此平台匯集了世界上現有的草藥和西藥相互作用的英文數據庫,以及兩岸三地常用的中文中西藥數據庫。隨著產品的現代化質量控制及藥劑師對產品的更深入瞭解,我們深信患者不僅會得到更全面的服務,而且會更安全有效地使用此類產品,並且將因中西藥相互作用引起的不良反應降到最低。

香港中文大學藥劑學院署理院長左中教授  
2014年12月

## 內容簡介 | Introduction

香港藥學會為一政府法定專業團體，主要由香港註冊藥劑師組成。本會以推廣藥劑專業，讓市民能正確及安全使用藥物為宗旨。

有不少市民對藥物缺乏認識，往往產生很多錯誤觀念，而造成很多問題，包括：

- 濫用藥物：很多時因為藥物能暫時抑制或舒緩症狀，令病人長期依賴，而沒有向醫生求診，耽誤病情；
- 病人往往為求快速見效，錯誤使用藥物，服食過多種類藥物或過高劑量藥物，產生不必要的副作用；
- 不清楚藥物的功效及特性，錯誤服用藥物及不遵從指示服藥，延誤病情。

此外，不少市民會自行到藥房購買藥物，但毋需醫生處方即可購買的藥物只適宜短暫使用，例如對一般輕微病癥如發燒、咳嗽、便秘及眼乾等有舒緩作用的藥物。由於種類繁多，選擇時必須小心，特別是一些複方藥物，需避免不必要的成分，選擇前最好先諮詢藥劑師的意見。一些須在藥劑師監督下才可購買的藥物，更需要先諮詢藥劑師的意見才可購買。原因是：1)避免病人誤解本身疾病；2)避免錯誤服用藥物，產生不必要的副作用。

本會定期出版零售藥物及保健產品手冊(OTC Products Handbook)，旨在讓從事醫護行業人士清楚知道：

- 本港常見的普通零售藥品(包括毋需醫生處方或必須在有藥劑師的情況下才可購買的藥物)、中成藥及保健產品的藥用常識及法律規範；
- 使用普通零售藥品、中成藥及保健產品的基本須知。



## 零售藥物的法定分類 | Legal Classifications

### 普通零售藥品(Over-the-Counter Products)

在香港，所有藥劑製品都受香港法例第138章《藥劑業及毒藥條例》及附屬規例所監管。普通零售藥品泛指所有不需醫生處方也可出售的藥物。當中包括止痛藥、外用皮膚藥、止瀉藥及舒緩傷風感冒癩狀藥等。一般OTC藥物都擺放在貨架上給客人選購，但基於藥物的安全性及病人的病況，某些OTC藥物必須經藥劑師了解病況及講解用藥須知後方可出售。

### OTC藥物的法定分類

根據法例，OTC藥物可分為：

1. 第一部毒藥(Part I Poison)(包括附表一(Schedule 1)之毒藥，但不包括附表三(Schedule 3)之毒藥)；
2. 第二部毒藥(Part II Poison)
3. 不屬於毒藥的藥劑製品，俗稱非毒藥(Non-Poison)

#### 第一部毒藥(Part I Poison)

屬於第一部毒藥的藥物，其藥性及療效，都較第二部毒藥及非毒藥強。為避免病人濫用或誤用屬於第一類毒藥的藥物，法例對此類藥物有較為嚴格的規管，只准在有Rx標記的藥房內並在註冊藥劑師的監管下方可出售。當中屬於附表一的藥物，更必須將其交易及購買者的資料記錄於毒藥登記冊(Poisons Book)內，並由當值藥劑師及購買者共同簽名確認後，方可出售。

#### 第二部毒藥(Part II Poison)及非毒藥(Non-Poison)

此等藥物均有減輕及舒緩症狀的作用，對輕微不適例如頭痛、流鼻水或眼睛乾澀等情況有幫助。

事實上，藥劑師是應用藥物的專家。為保障自己的健康，病人在購買藥物前，可向藥房內當值的藥劑師諮詢有關藥物的選擇、副作用及使用方法。如果同時服用其他藥物，更應向藥劑師查詢藥物之間可能產生的相互作用。

注意：香港藥物註冊之分類會隨社會需要而作出變更，必須定時翻閱香港特別行政區憲報內之資料。

## 食物營養標籤 | Nutrition Label

《2008年食物及藥物(成分組合及標籤)(修訂：關於營養標籤及營養聲稱的規定)規例》於二零一零年七月一日生效後，大部分在香港出售的預先包裝食物都會附有營養標籤。在營養標籤上會有能量及七種指定營養素的標示(包括蛋白質、總脂肪、飽和脂肪、反式脂肪、碳水化合物、糖和鈉)，即所謂“1+7”的數值，幫助消費者依據標籤選擇食物和了解食物是否配合個人營養需要。個人攝取量會因應能量需要而有所增減。

### 能量/熱量(Energy)

能量是用以支持人體的活動。攝取過多能量會增加超重和肥胖的風險，從而增加患心臟病、糖尿病和某些癌症的機會。

能量需要視乎年齡、性別、體重及活動量而定。以一個體重56kg，大部分時間站立工作的女性售貨員為例，每天需要約2000kcal(千卡)能量。體重是與能量平衡相關的。若攝取的能量較消耗的能量為多，體重便會增加。

### 營養素

#### • 碳水化合物(Carbohydrates)

碳水化合物是身體能量的主要來源。在2000kcal的膳食中，一般人每天應攝取約300g碳水化合物。

#### • 糖(Sugars)

糖為身體提供能量但並無其他營養價值。進食過多糖可能會令人攝取過多能量，從而增加超重和肥胖的風險。經常攝取過量的糖亦會導致蛀牙。在2000kcal的膳食中，一般人每天應攝取不多於50g糖。

#### • 蛋白質(Proteins)

蛋白質對成長發育及肌肉、骨骼和牙齒的生長是必需的。蛋白質的功用也包括修補身體組織和提供能量。在2000kcal的膳食中，一般人每天應攝取約60g蛋白質。兒童、青少年、孕婦和授乳的女性需要較多蛋白質。

#### • 總脂肪(Total fat)

脂肪屬高能量的來源。進食過多脂肪容易引致超重和肥胖，從而增加患心臟病、糖尿病及某幾類癌症的風險。脂肪對維持細胞膜功能，以及輸送和儲存脂溶性維他命(包括維他命A、D、E及K)是必需的。在2000kcal的膳食

中，一般人每天應攝取不多於60g脂肪。

- 飽和脂肪(Saturated fat)

飽和脂肪及反式脂肪均會增加血液中低密度脂蛋白(「壞」膽固醇)的含量。在2000kcal的膳食中，一般人每天應攝取不多於20g飽和脂肪。

- 反式脂肪(Trans fat)

反式脂肪亦會降低血液中高密度脂蛋白(「好」膽固醇)的含量。進食過多飽和脂肪及反式脂肪會增加患心臟病的風險。在2000kcal的膳食中，一般人每天應攝取不多於2.2g反式脂肪。

- 鈉(Sodium)

進食過多鈉會增加患高血壓的風險。身體需要少量的鈉以維持體液平衡，並協助傳送神經脈衝。每天應攝取不多於2000mg (毫克)鈉。

若干食品可能會因不同的理由而獲得豁免遵從營養標籤規定，例如盛載容器的總表面面積少於100cm<sup>2</sup>的食品、部分能量及指定標示營養素含量極低(接近零)的食物及並無添加任何成分的生肉和新鮮蔬果等。每年銷售量不超過30,000件的預先包裝食物可申請豁免遵從營養標籤規定。這些食物會在包裝上附有標貼「此乃豁免營養標籤產品Nutrition Labeling Exempted」，以表明其豁免資格。

## 選用合適的OTC藥物 | *Selecting OTC products*

當顧客前往社區藥房購買OTC藥物時，他們通常已事先自行診斷病況，且認為其病情並非嚴重，可自行以OTC藥物治療。當遇到上述情況，藥劑師需要：

- 分析顧客的診斷是否正確；和
- 因應顧客的情況採取適當的行動，包括：
  - 提供忠告(如注意飲食、多休息及注重個人衛生等)；
  - 介紹合適的OTC藥物及提供有關的藥物輔導；
  - 按病情嚴重性轉介至醫生/醫院急症室診治。

一般OTC藥物的療程都不應太長(療程長短需視乎病況而定)。如病人長時間服藥但情況未有顯著改善，應盡快轉介病人向醫生求診，以免耽誤病情。另外，為了保障病人的安全及向病人提供更優質的藥劑服務，在出售任何OTC藥物前，藥劑師應先詢問病人以下問題：

- 誰是病人？
- 病人的年齡？  
長者及幼童服藥的劑量應作適量的調較，並且須注意某些OTC藥物不適宜十二歲以下的兒童服用。
- 病人有何病癥？在甚麼情況下病人的病情會加劇/舒緩？  
以上問題有助了解病人的情況，從而分辨病情輕重以決定是否需要轉介醫生，及建議適合的OTC藥物予病人。
- 病人的不適持續了多久？  
如病人的不適已持續了一段頗長時間，應向病人建議向醫生求診，以免耽誤病情。
- 病人有沒有服用任何藥物來治理目前的不適？如有，他如何服用該藥？其療效如何？  
某些病人可能已服用適當的藥物，但由於用法不正確，以致藥物未能發揮應有藥效。此情況下應教導病人使用該藥的正確方法。若病人已嘗試服用適當藥物，其用法亦正確，但經過一段日子後病情仍未見舒緩，則代表病人的情況較為嚴重，需向醫生求診。

- 病人有否患任何慢性疾病？  
長期病患者不宜自行治理某些疾病，例如糖尿病患者若同時患上皮膚問題(如雞眼)，應盡快向醫生求診。另外，亦應注意哪些藥物不宜讓這些長期病患者服用。
- 病人現時有沒有服食任何醫生處方或OTC藥物？  
避免介紹會與病人本身服食的藥物有相互作用的OTC藥物。
- 病人對甚麼藥物有過敏反應？  
避免介紹會令病人產生過敏反應的OTC藥物。

## 孕婦用藥須知 | *Pregnancy Precautions*

部分藥物會對胎兒產生不良影響，嚴重者更會導致畸胎，所以孕婦生病時應避免自行用藥，並應主動向醫生或藥劑師表示正在懷孕，以便對其處方作出相應調整。

美國食品藥品監督管理局(FDA)將所有藥物對胎兒的安全性分為5類，以供醫護人員參考。

### 類別A (Category A)

經由適當且良好控制的臨床人體試驗研究，仍無法證明藥物對懷孕初期的胎兒有危險性，同時也沒有證據顯示對懷孕中期或懷孕晚期的胎兒有危險性。

### 類別B (Category B)

動物生殖試驗無法證明藥物對胎兒有危險性，亦缺乏對孕婦進行適當而良好控制的臨床人體試驗；或是動物試驗顯示對胎兒有副作用，但是對孕婦進行適當而良好控制的臨床人體試驗無法證明對三個懷孕期中任何一期的胎兒有危險性。

### 類別C (Category C)

沒有相關的動物生殖試驗或良好控制的臨床人體試驗研究；或動物生殖試驗顯示藥物對胎兒有副作用，但缺乏適當而良好控制的臨床人體試驗資料，不過即使可能有危險性，其可能的益處較風險高時仍可用於孕婦。

### 類別D (Category D)

市場經驗或是人體試驗有證據顯示對人體胎兒有危險性，但即使可能有危險性，可能的益處較高時仍可用於孕婦。

### 類別X (Category X)

動物或人類研究已證實會引致胎兒不正常發展，或根據市場經驗證實會對胎兒構成危險，或兩者皆然；以及孕婦使用此類藥物的危害顯著大於其潛在益處。此類別藥物在孕婦或即將懷孕的婦女中忌用。

FDA將在2015年6月30日實行新的孕婦用藥標籤規格，詳情請參閱FDA公佈的官方資料。

# 衛生署藥物不良反應呈報須知

## 藥品不良反應呈報指南 (內容摘自衛生署網頁)

世界衛生組織將「藥品不良反應」定義為「使用正常劑量藥品於人體作為預防、診斷、治病或調節生理機能用途時，所出現的有害及與用藥目的無關的反應。」醫生、中醫師、牙醫及藥劑師可以自願性向藥物警戒組呈報病人疑涉案品的不良反應。如疑涉中藥中毒個案須要調查及跟進，可使用DH 1B號呈報表格(下載網址<http://www.chp.gov.hk/files/pdf/hpf-form3-en-20070214.pdf>)。

醫護人員可以自願性呈報下列種類的藥品不良反應個案：

- 所有懷疑嚴重性的藥品不良反應，包括已知的不良反應：致命或危及生命、導致病人入院或延長住院時間（如肝中毒）、引致持續性的功能喪失或身體殘障及導致胎兒缺陷；
  - 懷疑有關藥品相互作用，包括藥品 / 藥品之間及藥品 / 草藥之間的相互作用；
  - 醫護人員判斷為在醫學上需關注的非嚴重性藥品不良反應；
  - 非預期的藥品不良反應，即所涉及的反應與產品資料或標籤所載不符。
- 如有懷疑，敬請呈報。閣下不需要肯定有關的不良反應與懷疑藥品的關係。

## 報告內容

每名病人應使用獨立表格，請提供表格內閣下所知及其他詳盡資料。以下項目對因果關係評估非常重要，應盡可能提供：

- 病人資料(不需提供病人姓名；識別病人的簡稱或檔案編號經已足夠)；
- 不良反應的詳述(包括最初出現藥品不良反應的日期)；
- 病人服藥或接種疫苗資料（包括疑涉案品及併用藥品的名稱、劑量、批號、服藥途徑、開始及停止用藥日期、使用原因)；
- 治療藥品不良反應的資料；
- 藥品不良反應的導致結果；
- 藥品不良反應的後遺症（例如：完全康復、持續殘障）；
- 備註(例如：過敏及其他相關資料，如飲酒習慣等)；
- 呈報者的詳細資料(日間聯絡電話，作有需要跟進個案時使用)。

## 呈報方法

- 網上填妥藥品不良反應呈報表格呈報  
[http://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/tc/healthcare\\_providers/adr\\_reporting/adr\\_report\\_form\\_electronic.html](http://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/tc/healthcare_providers/adr_reporting/adr_report_form_electronic.html)
- 下載藥品不良反應呈報表格  
[http://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/en/healthcare\\_providers/adr\\_reporting/adr\\_report\\_form.html](http://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/en/healthcare_providers/adr_reporting/adr_report_form.html)

填妥表格後，可用以下方法交回：使用附有回郵地址的藥品不良反應呈報表格，或郵寄至香港皇后大道東213號胡忠大廈1856室，衛生署藥物辦公室藥物警戒組；或傳真至2186 9845；或電郵至adr@dh.gov.hk。

# 傷風感冒 | Cold and Flu

傷風(又稱普通感冒)是上呼吸道受到病毒感染所引致,病人常有的癥狀包括流鼻水、鼻塞、頭痛、喉嚨痛及乾咳等;一般在七至十天內便痊癒。傷風與流行性感冒不同,雖然同是由病毒引起而且癥狀相近,但感冒患者亦可能會有發冷、發燒及肌肉關節酸痛等病癥。由於感冒主要由病毒引起,所以消滅細菌的抗生素並無功效。由於流感可引致嚴重併發症(如肺炎),抵抗力較弱的人士,例如長者及幼童等必須小心留意,一旦有流感病癥應向醫生求診。

一般治療傷風感冒的藥物只可舒緩病癥,最重要是多喝水及有充分休息。市面上的傷風感冒

藥大部分含有超過一種成分,服用多種成分的傷風感冒藥可能導致不必要的副作用,病人選擇藥物時應諮詢藥劑師的意見。

## 注意事項

- 確保藥物內所含的每種成分都適合病人服用,如患有高血壓及心臟病的人士不宜服用含有Phenylpropanolamine (PPA)的藥物;
- 清楚了解藥物的副作用,如某些抗組織胺藥(Antihistamines)可令人產生睡意;
- 若病情嚴重或服藥後病情仍未有好轉,應立刻向醫生求診。

### 特理通傷風丸 Dristan Cold Multi-Symptom

**成分:** 每5mL含有Acetaminophen 325mg, Chlorpheniramine Maleate 2mg, Phenylephrine Hydrochloride 5mg

**適應症:** 幫助舒緩傷風、感冒、實炎、上呼吸道敏感所引起的徵狀:如鼻塞、流鼻水、發燒及頭痛等

**建議劑量:** 成人及12歲以上兒童:每4小時服用2片,每天不可超過12片

**副作用:** 急性顆粒狀,溶血性貧血,發育不良性貧血,血小板減少症,心跳過慢,心房額外收縮,心悸,心跳過快,視力模糊,視力障礙,便秘,腹瀉,口乾,噁心,嘔吐,乏力,倦怠,過敏,性休克,過敏,異常協調,頭暈,頭痛,鎮靜,嗜睡,精神運動亢進,意識模糊狀態,愉悅的心情,興奮,煩躁,緊張,煩躁,失眠,排尿困難,尿液滯留,咽乾,鼻燥,藥疹,光敏反應,皮疹,蕁麻疹,血壓升高

#### 禁忌症:

- 現在或過去兩星期內服用單胺氧化酶抑制劑(MAOI),如您不確定自己是否正服用MAOI,請於使用本產品前諮詢醫生意見
- 現服用含有Acetaminophen的產品(處方或非處方產品),如您不確定自己是否正服用此類藥物,請於使用本產品前諮詢醫生或藥劑師意見
- 12歲以下兒童,請勿使用於鎮靜劑或使兒童昏昏欲睡

#### 注意事項:

- 懷孕期間小心服用

- P2
- 肝臟警告:本產品含有Acetaminophen,如您於24小時內服用本產品超過12粒,同時服用其他含有Acetaminophen的產品,於服用用本產品時每天飲用3個或以上酒精飲料,有可能導致嚴重肝臟損害
  - 喉嚨痛警告:如出現嚴重喉嚨痛,持續超過2天,伴隨或隨後出現發燒、頭痛、皮疹、噁心或嘔吐,應立即向醫生諮詢
  - 如您患有肝臟疾病、心臟病、高血壓、甲狀腺疾病、糖尿病、因前列腺擴大而有的排尿困難、呼吸道有關的疾病如肺氣腫、哮喘或慢性肺部疾病,請於使用本產品前諮詢醫生意見
  - 如您正服用血液稀釋藥物華法林、任何口服通鼻劑或興奮劑、任何止痛/退燒藥、鎮靜藥或鎮靜劑,請於使用本產品前諮詢醫生或藥劑師意見
  - 或使人昏昏欲睡,避免酒精飲料,酒精、鎮靜劑和安定劑可能會增加睡意,請小心駕駛汽車或操作機器
  - 可能會出現興奮性狀態,特別是在兒童身上
  - 如您感到緊張、頭暈目眩或失眠,疼痛或鼻塞加劇或持續超過7天,發燒問題更嚴重或持續超過3天,出現發紅或腫脹,新的症狀出現,立即停止使用本產品及諮詢醫生意見
  - 如您正在懷孕或哺乳,請在使用前諮詢醫生意見
  - 如意外服用過量藥物,應停止使用並立即尋求醫護人員協助
  - 請將本產品放於兒童不能接觸

的地方及儲存於25°C以下

**包裝:** 每盒20粒

**製造商:** Pfizer Canada Inc.

**批發商:** Zuellig Pharma

### 新適傷風丸 Neozep Cold Tablets

P1S1

**成分:** Each tablet contains N-acetyl-p-aminophenol 150mg, Salicylamide 150mg, Phenylpropanolamine HCl 25mg, Chlorpheniramine maleate 2mg, Ascorbic acid 25mg

**適應症:** 舒緩因傷風感冒引致的頭痛、發燒、肌肉、關節及喉部疼痛;透過收窄鼻腔血管作用,減少鼻腔分泌液,暢通呼吸,舒通鼻塞;舒緩過敏反應、收鼻水、止噴嚏;以及提昇抵抗力,促進痊癒

**建議劑量:** 成人:每日3至4次,每次1粒,每日不可超過4粒

**副作用:** 此藥可使人昏昏欲睡,服後如有此情形,不得駕駛或動用機械

#### 禁忌症:

- 假如您是在醫生的照料下或長期服用藥物或懷孕,請徵詢醫生意見
- 患有高血壓、甲狀腺素高、心臟病或接受單基胺抑制劑的病人不可服用此藥
- 此藥可使糖尿病、青光眼和前列腺肥大等病症病情轉壞
- 此藥不可作食慾抑制劑使用

#### 注意事項:

- 餐後服用
- 懷孕期間小心服用
- 避免兒童誤取
- 非經醫生指示,16歲以下兒童不



- 可服用
- 不適當使用此藥可引致肝中毒及肝臟嚴重損傷，切勿服食超過指定劑量
  - 非經醫護人員指示，不可同時服用其他含撲熱息痛的藥物
  - 儲存環境：請儲存於30°C或以下、遠離強光及兒童接觸不到的地方

**包裝：**每盒20粒或100粒

**製造商：**United Laboratories, Inc.

**批發商：**耀南洋行 UNAM CORPORATION, LIMITED

**必理痛傷風感冒日夜配方** P2  
**Panadol Cold & Flu Day & Night Caplets**

**成分：**

- 日服傷風感冒丸：撲熱息痛(Acetaminophen) 500mg、鹽酸去氧腎上腺素(Phenylephrine hydrochloride) 5mg
- 夜服傷風感冒丸：撲熱息痛(Acetaminophen) 500mg、鹽酸去氧腎上腺素(Phenylephrine Hydrochloride) 5mg、馬來酸氯苯那敏(Chlorpheniramine Maleate) 2mg

**適應症：**針對日夜不同需要，紓緩症狀包括發燒、頭痛、四肢酸痛及鼻塞

**建議劑量：**

- 日服傷風感冒丸：成人(12歲或以上)：每次服用2粒，每隔6小時服1次，24小時內服用日服傷風感冒丸不超過4粒
- 夜服傷風感冒丸：成人(12歲或以上)：每晚睡前服用2粒，24小時內服用夜服傷風感冒丸不超過2粒
- 不建議12歲以下小童服用

**禁忌症：**

- 請勿同時服用超過一種含撲熱息痛(Acetaminophen)的藥物
- 對此產品內任何成份敏感人士，切勿服用
- 如正服用或在過去兩週期間曾服用單胺氧化酶抑制劑的人士，切勿服用此藥

**注意事項：**

- 除在醫生指導下，在懷孕或正準備懷孕、在授乳期間的婦女請勿服用此藥
- 儲存環境：保存於30°C以下

**包裝：**每盒12粒

**製造商：**葛蘭素史克有限公司

**必理痛特強傷風感冒丸** NP  
**Panadol Cold & Flu Extra Caplets**

**成分：**每粒含有撲熱息痛(Acetaminophen) 500mg及鹽酸去氧腎上腺素(Phenylephrine hydrochloride) 10mg、那可汀(Noscaphine) 15mg、咖啡因(Caffeine) 25mg、抗壞血酸(Ascorbic acid) 63.33mg、水合肼二醇

(Terpin hydrate) 33.33mg

**適應症：**舒緩傷風感冒症狀，包括鼻塞、發燒、痰多咳嗽、頭痛、身體痛楚及喉嚨痛，不會使人昏昏欲睡

**建議劑量：**

- 成人(12歲或以上)：每次服2粒，每隔6小時服用1次，24小時內服用不超過8粒
- 不建議12歲以下小童服用

**禁忌症：**

- 請勿同時服用超過一種含撲熱息痛(Acetaminophen)的藥物
- 對此產品內任何成份敏感人士，切勿服用
- 如正服用或在過去兩週期間曾服用單胺氧化酶抑制劑的人士，切勿服用此藥

**注意事項：**在懷孕或授乳期的婦女，請於服用前向醫生查詢

**包裝：**8、16、24粒裝

**製造商：**Sterling Drug (M)

**批發商：**葛蘭素史克有限公司

**必理痛傷風感冒熱飲蜜糖檸檬** NP  
**味(薄荷蒸氣熱飲)**

**Panadol Cold & Flu Hot Remedy Lemon with Honey (Menthol Vapour Flavor)**

**成分：**Acetaminophen 600mg, Ascorbic acid (Vitamin C) 40mg, Phenylephrine Hydrochloride 10mg

**適應症：**舒緩鼻塞、發燒、頭痛、四肢酸痛、喉嚨痛等傷風感冒症狀

**建議劑量：**成人12歲或以上：每隔4小時服1包，24小時內服用不超過6包

**禁忌症：**

- 對此產品內任何成份敏感人士，切勿服用
- 如正服用或在過去兩週期間曾服用單胺氧化酶抑制劑的人士，切勿服用此藥

**注意事項：**

- 在懷孕、計劃懷孕或授乳期的婦女，服用此藥前需要徵詢醫生意見
- 儲存環境：保存於30°C以下及兒童不可觸及的地方

**包裝：**每盒5包

**製造商：**Smith

**批發商：**葛蘭素史克有限公司

咳嗽是一種保護身體的機制，能清除在呼吸道中的刺激物，例如空氣中的塵埃或煙等；它也可能是其他疾病，例如哮喘、肺癌的癥狀，或者是藥物(如ACE inhibitors類心臟血壓藥)的副作用。

咳嗽可大致分為痰咳(Productive cough)及乾咳(Dry cough)。痰咳是指呼吸道中有大量痰液分泌而引起的咳嗽；乾咳則是指咳嗽中沒有明顯的痰液。

### 痰咳

伴有清白痰液的咳嗽多屬於病毒感染，病人可服用祛痰劑(Expectorants)或化痰劑(Mucolytics)，例如Ammonium chloride, Sodium citrate, Guaifenesin, Acetylcysteine, Ambroxol, Bromhexine等。它們的作用主要是刺激氣管，使其分泌大量黏液稀釋痰液，使病人較容易將痰咳出。

除了使用藥物，保持氣管濕潤亦有助稀釋痰液，故此病人應多飲水。

### 乾咳

病人可使用鎮咳劑如Dextromethorphan、Pholcodine或Codeine等。此類藥物可壓抑神經中樞而抑制咳嗽。大部分鎮咳劑都需要在藥劑師指示下才可出售，甚至需按法例登記購買者資料。

很多病人都誤以為鎮咳劑有治療功效而長期服用，而忽視了本身潛在的氣管問題，導

致嚴重氣管疾病。因此長期有乾咳情況的病人，應向醫生求診，以免延誤治療。

長期服用鎮咳劑(如Codeine)可引致便秘等副作用及藥物依賴的問題，因此病人應避免長時間服用此類抑壓中樞神經的鎮咳劑。(註：Pholcodine及Dextromethorphan比Codeine較少引致副作用。)

除了上述藥物外，某些抗組織胺藥，如Diphenhydramine及Promethazine亦會用作鎮咳用途。

### 用藥須知

- 如病人遇到以下情況應轉介醫生：
  - 持續2星期或以上的咳嗽；
  - 懷疑咳嗽是由藥物副作用引致；
  - 百日咳(Whooping cough)或嘶吼(Croup)；
  - 痰液中出現黃、綠、鐵色或帶血；
  - 呼吸急促；
  - 喘息。
- 讓病人清楚了解藥物的用處，如祛痰劑是幫助病人咳出痰液，所以咳嗽可能持續一、兩天，待清除所有痰液後，咳嗽才得以舒緩，病人必須耐心服用藥物。
- 讓病人了解藥物的副作用，如Pholcodine和Codeine可能使人有睡意。
- 由於大部份治療乾咳的藥物均沒有訂明兩歲以下小童的建議劑量，並且有嬰孩服藥後死亡的個案，因此兩歲以下幼童的咳嗽病情應轉介醫生作診治。

**必理咳化痰止咳丸特強****Panacough Expectorant Extra****成分：**每粒緩釋膠囊含Ambroxol HCl 75mg**適應症：**舒緩各種因濃痰過多而引致的咳嗽，氣管不適等上呼吸道不適症狀。**建議劑量：**

- 12歲或以上成人：飽肚服，每日服1粒

- 不適合服用12歲以下小童服用

**副作用：**偶爾會發生輕微的腸胃不適**禁忌症：**

- 對Bromhexine或此藥物內的任何成分敏感人士，請勿服用

- 不應同時服用鎮咳藥(如：可待因)

**注意事項：**

- 懷孕(尤其在懷孕初期的頭三個月)或授乳期的婦女，在服用此藥前需要徵詢醫生意見

- 儲存環境：保存於30°C以下

**包裝：**每盒10粒**製造商：**葛蘭素史克有限公司**樂必治DM化痰止咳水****Robitussin DM**

P1S1

**成分：**每10mL含有Guaiphenisn 200mg, Dextromethorphan Hydrobromide 30mg**適應症：**有助液化頑痰，幫助減輕咳嗽，配方含鎮咳劑，能迅速止咳長達8小時**建議劑量：**

- 成人及12歲以上兒童：如有需要，每6-8小時服用1次，每次服用10mL

- 6歲至12歲以下兒童：如有需要，每6-8小時服用1次，每次服用5mL

- 請勿於24小時內服用超過4次劑量

**副作用：**噁心，嘔吐，敏感反應**禁忌症：**

- 現在或過去兩星期內服用單胺氧化酶抑制劑(MAOI)

- 6歲以下兒童

**注意事項：**

- 懷孕期間小心服用

- 請勿超過建議服用劑量

- 以下的情況請在服用此產品前諮詢醫療專業人士意見：伴隨著吸煙或慢性肺部疾病，如哮喘或肺氣腫的慢性咳嗽、正在懷孕或授乳

- 如有以下情況，應停止使用本產品：持續咳嗽超過一星期、復發跡象或出現發燒、紅疹或持續頭痛，這些可能是嚴重疾病的徵狀

- 如意外服用過量藥物，應停止使用並立即尋求醫護人員協助

- 請存放於兒童無法取得之處及25°C以下

- 請勿接受封口已損或缺掉的产品

**包裝：**每瓶100mL**製造商：**Interphil Laboratories Inc.NP **批發商：**Zuellig Pharma**樂必治EX化痰止咳水****Robitussin EX**

NP

**成分：**每10mL咳水：Guaiphenisn 200mg**適應症：**因頑痰所引起之不適，有效清除頑痰，使氣管暢順及減少咳嗽**建議劑量：**

- 成人及12歲以上兒童：如有需要，每4小時服用1次，每次服用10-20mL，請勿於24小時內服用超過6次劑量

- 6歲至12歲以下兒童：如有需要，每4小時服用1次，每次服用5-10mL，請勿於24小時內服用超過6次劑量

- 6歲至12歲以下兒童：如有需要，每4小時服用1次，每次服用5-10mL，請勿於24小時內服用超過6次劑量

**副作用：**噁心，嘔吐，敏感反應**禁忌症：**6歲以下兒童**注意事項：**

- 懷孕期間小心服用

- 請勿超過建議服用劑量

- 以下的情況請在服用此產品前諮詢醫療專業人士意見：伴隨著吸煙或慢性肺部疾病，如哮喘或肺氣腫的慢性咳嗽、正在懷孕或授乳

- 如有以下情況，應停止使用本產品：持續咳嗽超過1星期、復發跡象或出現發燒、紅疹或持續頭痛，這些可能是嚴重疾病的徵狀

- 如意外服用過量藥物，應停止使用並立即尋求醫護人員協助

- 請存放於兒童無法取得之處

- 請勿接受封口已損或缺掉的产品

- 儲存於25°C以下

**包裝：**100mL**製造商：**Interphil Laboratories Inc.**批發商：**Zuellig Pharma**樂必治ME頑痰配方咳水****Robitussin ME**

NP

**樂必治ME頑痰配方咳水****Robitussin ME****成分：**每10mL咳水：Guaiphenisn 200mg, Bromhexine Hydrochloride 8mg**適應症：**因頑痰所引起之咳嗽，有助祛痰及化痰，減低痰的黏性及液化頑痰，使其排出氣管，減少咳嗽，幫助痊癒**建議劑量：**

- 成人及12歲以上兒童：如有需要，每8小時服用1次，每次服用10毫升，請勿於24小時內服用超過3次劑量

- 6歲至12歲以下兒童：如有需要，每8小時服用1次，每次服用5毫升，請勿於24小時內服用超過3次劑量

- 6歲至12歲以下兒童：如有需要，每8小時服用1次，每次服用5毫升，請勿於24小時內服用超過3次劑量

**副作用：**噁心，嘔吐，敏感反應**禁忌症：**6歲以下兒童**注意事項：**

- 懷孕期間小心服用

- 請勿超過建議服用劑量

- 以下的情況下請在服用此產品前諮詢醫療專業人士意見：伴隨著吸煙或慢性肺部疾病，如哮喘或肺氣腫的慢性咳嗽、正在懷孕或授乳

- 如有以下情況，應停止使用本產品：持續咳嗽超過一星期、復發跡象或出現發燒、紅疹或持續頭痛，這些可能是嚴重疾病的徵狀

- 如意外服用過量藥物，應停止使用並立即尋求醫護人員協助

- 請存放於兒童無法取得之處

- 請勿接受封口已損或缺掉的产品

- 儲存於25°C以下

**包裝：**100mL**製造商：**Interphil Laboratories Inc.**批發商：**Zuellig Pharma

全新



# 一日一粒 真正咳清頑痰<sup>#</sup>



## 3大功效

幫你容易咳清頑痰，才能掃走痰咳



你有痰咳？ 搜尋

<sup>#</sup>必理咳有效成份經臨床證實可分解頑痰，使濃痰容易咳出，有效加速清除頑痰  
必理痛及必理咳為葛蘭素史克集團所擁有之商標 CHHK/CHPAN/0016/14(04/2015)

## 喉痛 | Sore Throat

喉痛通常是傷風感冒的其中一種病癥，主要是由細菌或病毒感染引起。一般而言，由病毒感染引致的喉痛，多數不會持續多於3天；如果喉痛持續超過3天以上，而且有其他病癥包括喉部感到刺裂、吞嚥時感到痛楚及嘶啞等，則可能是細菌感染所致。

此外，喉痛亦可能由其他傷風感冒以外的疾病引起，例如腺熱(Glandular fever)、扁桃腺發炎(Tonsillitis)等。有些藥物亦會引致喉痛，例如：

- 治療甲狀腺機能亢進的Carbimazole；
- 口服或噴霧式類固醇(Steroids)；
- 抑制免疫系統藥(Immunosuppressants)；
- 抗生素(Antibiotics)。

喉痛的治療以減輕癥狀為主。喉糖能刺激口水分泌，從而滋潤已發炎的喉嚨。此外，市

面上很多喉痛藥含有抑菌(Bacteriostatic)或消毒(Antiseptic)成分，例如Cetylpyridinium chloride。另外亦有些喉痛藥含有局部麻醉藥(Local anaesthetics)的成分，例如Phenol及Benzocaine，用以減輕喉部痛楚，但此類藥物會使人產生麻痺感並使人進食困難，因此不應服用多於所示劑量，而且應避免進食燙熱食物。

### 用藥須知

如病人遇到以下情況應轉介醫生：

- 喉痛持續一星期以上；
- 嘶啞多於三星期；
- 喉痛經常復發；
- 進食感到困難；
- 服用過適當的藥物但喉痛沒有轉好；
- 懷疑是由藥物副作用引致。

# 流鼻水及鼻塞 | Running Nose and Nasal Congestion

流鼻水及鼻塞可以是普通感冒或過敏性鼻炎的症狀。市面上很多成藥都可以舒緩這些病癥。

舒緩輕微鼻塞最簡單的方法是用薄荷膏塗在鼻孔或胸口，亦可吸入蒸氣，幫助呼吸暢順。在熱水中加入薄荷或薄荷油，效果會更理想。

藥物方面，口服抗組織胺藥(Antihistamines)如Chlorpheniramine能有效減少流鼻水；而口服的抗充血藥(Decongestant)例如Pseudoephedrine及Phenylephrine能舒緩鼻塞。

市面上亦有滴鼻或噴鼻劑的抗充血藥，如Oxymetazoline及Xylometazoline，這些產品較口服藥快見效，但一般情況下不應持續使用超過7-10天，否則會引起反覆鼻塞。

## 用藥須知

- 如病人遇到以下情況應轉介醫生；
  - 鼻竇內有劇痛；
  - 耳內劇痛；
  - 鼻分泌物呈綠色或帶血絲；
  - 呼吸困難或帶氣促；
  - 服用成藥七天後未見好轉；
  - 患有青光眼、高血壓或前列腺肥大的病人應避免口服及外用的抗充血藥；
  - 讓病人清楚了解藥物的副作用，如某些抗組織胺藥會使人有睡意，而抗充血藥會引起口乾等副作用。
- 由於大部份治療流鼻水及鼻塞的藥物均沒有訂明兩歲以下小童的建議劑量，並且有嬰孩服藥後死亡的個案，因此兩歲以下幼童應轉介醫生作診治。

## 得敏脫

### Dimetapp Elixir

P2

前服用血壓藥或擬交感神經藥，正在服用鎮靜劑或安眠藥(此能令你增加睡意)，正在懷孕或授乳，長期服用藥物

- 請勿超過建議服用劑量
- 如有以下情況，應停止使用本產品：持續咳嗽超過48小時，復發跡象或出現發燒、紅疹或持續頭痛，這些可能是嚴重疾病的徵狀
- 如意外服用過量藥物，應停止使用並立即尋求醫護人員協助
- 請勿接受封口已損或缺掉的产品
- 此藥可使人昏昏欲睡，服後如有此情形，不得駕駛或動用機械
- 避免飲酒，因酒精可使人昏昏欲睡
- 儲存於25°C以下及兒童無法取得之處

**包裝：**每瓶100mL及200mL

**製造商：**Interphil Laboratories Inc.

**批發商：**Zuellig Pharma

**成分：**每5mL含有Brompheniramine Maleate 2mg, Phenylephrine Hydrochloride 5mg

**適應症：**迅速舒緩因傷風或敏感所引起的徵狀：鼻塞、流鼻水、鼻及喉嚨痕癢、打噴嚏、眼睛痕癢及流眼水

### 建議劑量：

- 成人及12歲以上兒童：如有需要，每6-8小時服用1次，每次服用10毫升
- 6歲至12歲以下兒童：如有需要，每6-8小時服用1次，每次服用7.5毫升
- 請勿於24小時內服用超過4次劑量

**副作用：**噁心，嘔吐，敏感反應

### 禁忌症：

- 對Brompheniramine Maleate或本產品的成分有過敏反應
- 現在或過去兩星期內服用單胺氧化酶抑制劑(MAOI)
- 6歲以下兒童

### 注意事項：

- 懷孕期間小心服用
- 請於使用本產品前諮詢醫生意見，如患有呼吸道有關的疾病並伴隨著吸煙、哮喘、慢性肺部疾病、肺氣腫，患有甲狀腺疾病或因前列腺擴大而有的排尿困難，患有心臟、高血壓、青光眼或糖尿病，正在或之

# 鼻敏感 | Allergic Rhinitis

鼻敏感是鼻對敏感原的反應過敏(太強烈)而引致打噴嚏流鼻水、痕癢、鼻塞。常見敏感原包括花粉、塵埃、塵蟎、動物和霉菌等。有時溫度、濕度等環境的轉變也可以引起過敏反應。

抗組織胺藥(Antihistamines)為現時最常用於舒緩鼻敏感症狀的藥物，當中有：

- 第一代口服抗組織胺藥如Chlorpheniramine 及 Dexchlorpheniramine等。此類藥物可減少因過敏引致的流鼻水及

痕癢，但會使人產生睡意；

- 第二代口服抗組織胺藥如Cetirizine、Fexofenadine及Loratadine等則較少產生睡意。此類藥物多屬於第一類毒藥，病人須向藥劑師查詢及購買；
- 滴鼻或噴鼻劑的抗組織胺藥如Azelastine。

除了抗組織胺藥外，鼻敏感患者亦可以用無菌生理鹽水作沖洗鼻腔用，舒緩鼻敏感症狀的藥物。

## 法適寶眼及鼻清潔用生理鹽水 (幼兒配方)

### Physiodose Eye & Nasal Drops

成分：Sodium chloride ..... 0.9 g  
Purified water ..... to 100 mL

**適應症：**嬰兒在感冒的時候眼睛及鼻子會出現較多的分泌物，這造成刺激眼睛、眼膠及鼻塞等症狀，引起發炎，已消毒的無菌生理鹽水可作清潔眼睛及鼻實用。

#### 建議劑量：

適用於初生嬰兒、孩童及成人

- 每天清洗眼睛，鼻孔及咽喉
- 沖洗眼睛及鼻子內的塵埃，汗水及外來不潔物
- 每天可清洗1至6次

#### 注意事項：

- 不要用作身體注射
- 開封後請立即使用，以防細菌滋生
- 滴注鼻孔後十分鐘內可抹乾倒流分泌物，請勿吹鼻
- 使用法適寶眼及鼻清潔用生理鹽水(幼兒配方) 15分鐘後，才可使用其他眼部滴劑，不要使用同一小瓶清洗眼睛及鼻子，滴注眼睛時，慎防直接接觸眼睛
- 儲存環境：請存放於室溫(15-25°C)

**包裝：**每盒12支 x 5毫升或30支 x 5毫升

**製造商：**Gilbert Laboratoires

**批發商：**UNAM CORPORATION, LIM-ITED 耀南洋行

## 法適寶高滲壓通鼻噴劑

### Physiodose Hypertonic

成分：100% Diluted seawater sterile and hypertonic (Equivalent of 22 g/L of salts)

#### NP 適應症：

- 鼻腔清潔，強化鼻黏膜
- 避免鼻黏膜過乾或因鼻液分泌過盛而引發的呼吸困難及鼻腔不適，尤其適用於鼻患人士
- 清潔及護理眼睛及鼻實可以減低因污染而引發的各類眼疾及鼻實毛病
- 適合鼻患較嚴重時使用

**建議劑量：**適用於18個月或以上的嬰兒、小孩及成人，每日可使用1-3次

#### 注意事項：

- 使用前先將噴咀清潔，把頭傾斜向一邊，將噴咀置於一邊鼻孔內，輕按噴霧器1-2次，把海水噴至鼻孔上方，把頭置回正常位置，待分泌物及多餘水份流出，抹乾鼻孔，重複使用至另一鼻孔
- 儲存環境：容器的壓力由氮氣推動，液體儲存在內層容器，不會與氮氣接觸。壓力容器不能放置於太陽下及溫度超過50°C的地方
- 使用完後不要刺穿或燒毀容器

**包裝：**每瓶100毫升

**製造商：**Gilbert Laboratoires

**批發商：**UNAM CORPORATION, LIM-ITED 耀南洋行

## 法適寶等滲壓通鼻噴劑

### Physiodose Isotonic

成分：100% Diluted seawater sterile and isotonic

#### 適應症：

- 鼻腔清潔，強化鼻黏膜
  - 避免鼻黏膜過乾或因鼻液分泌過盛而引發的呼吸困難及鼻腔不適，尤其適用於鼻患人士
  - 清潔及護理眼睛及鼻實可以減低因污染而引發的各類眼疾及鼻實毛病
- 建議劑量：**每日可使用1-4次

#### 注意事項：

- 使用前先將噴咀清潔，把頭傾斜向一邊，將噴咀置於一邊鼻孔內，輕按噴霧器1-2次，把海水噴至鼻孔上方，把頭置回正常位置，待分泌物及多餘水份流出，抹乾鼻孔，重複使用至另一鼻孔
- 儲存環境：容器的壓力由氮氣推動，液體儲存在內層容器，不會與氮氣接觸。壓力容器不能放置於太陽下及溫度超過50°C的地方。使用完後不要刺穿或燒毀容器

**包裝：**每瓶100mL

**製造商：**Gilbert Laboratoires

**批發商：**UNAM CORPORATION, LIM-ITED 耀南洋行

## 「快敏適」片劑10毫克

### Cetihis Tablet 10mg

P2

成分：每片快敏適含10毫克Cetirizine hydrochloride。

**適應症：**用於下列過敏癩狀治療：季節性鼻炎及眼結膜炎；常年性過敏鼻炎；過敏性皮膚瘙癢和風疹等癩狀。

#### 建議劑量：

- 成人：1片。
- 6-12歲兒童：半至1片。
- 2-5歲小童：半片。

以上劑量每日服1次或照醫生指示服用。

**副作用：**包括輕微和短暫的頭痛、眩暈、躁躁、口乾和腸胃不適等。

**禁忌症：**對本藥任何成分過敏者。

**注意事項：**儲存環境：保存於30°C以下

**包裝：**每盒20片

**製造商：**Unison Laboratories Co., Ltd. Thailand

**代理商：**Health Alliance International Co. Ltd.

哮喘是一種慢性呼吸道敏感疾病。患者的氣管受過敏源(如花粉、動物毛髮、某些藥物如阿士匹靈等)刺激，引致氣管壁發炎漲大及分泌大量黏液，令氣管收窄。輕微的患者與常人無異，但嚴重的則呼吸欠暢順。當天氣轉變或當患者需要額外氧氣時(如運動後或心情緊張)，此時便容易病發，引致呼吸困難。

治療哮喘的藥物分為控制病情的預防性藥物及即時舒緩病情的救急性藥物；劑型方面則分為口服藥及吸劑。而吸劑當中亦分為多種類型，例如壓縮吸入器(Metered-dose Inhaler)、都保吸入器(Turbuhaler)及準納器(Accuhaler)。

註：一般哮喘藥物都需要在藥劑師監管或/及需要醫生處方才可售賣。

### 吸劑的使用方法

使用吸劑的病人非常多，但完全懂得怎樣正確使用的人其實不多。大部份人因錯誤使用吸劑引致病情難以控制，所以病人應定期接受吸劑使用技巧的檢查，確保方法正確。若有疑問，可向藥劑師查詢。

### 壓縮吸入器的使用方法

1. 打開吸咀蓋
2. 手握吸入器較長的管道，並使其朝上
3. 搖勻吸劑
4. 用口深深呼氣
5. 將吸咀置於牙齒之間，咀唇把吸咀完全罩著
6. 按下藥筒至盡頭並同時用口深深吸氣
7. 屏住呼吸約10秒
8. 然後慢慢呼氣
9. 若需要使用多於一個劑量，需相隔半分鐘，然後重複步驟3至8
10. 用後蓋回吸咀蓋

### 都保吸入器的使用方法

1. 檢查瓶身上的劑量指示窗以確保劑量充足：當指示窗呈現白色時，表示瓶內劑量足夠使用；當指示窗出現紅色記號時，表示瓶內大約剩餘20次劑量；當紅

色記號低至指示窗邊緣時，則表示瓶內藥粉已經用完

2. 手握藥瓶，瓶口向上，將藥瓶顏色底盤向逆時針方向轉動至盡頭，再向順時針方向轉到至發出「嗒」一聲為止，以取得一次劑量
3. 吸氣技巧與壓縮吸入器相同。如需使用多於一個劑量，需相隔半分鐘，然後重複步驟2及上述吸氣方法
4. 呼氣時請勿向瓶內呼氣
5. 請勿使用瓶身或瓶蓋受損的都保吸入器

### 準納器的使用方法

1. 一手握外盒，另一手的拇指放於指套上，向外推開淺色部份，直至露出吸入口及聽到「咯」一聲
2. 檢討劑量計，確保有足夠的劑量
3. 將準納器平放，吸藥口朝著自己，同時檢查吸咀是否清潔
4. 切勿搖動準納器
5. 把扣條向向外推至盡頭
6. 吸氣技巧與壓縮吸入器相同
7. 關閉準納器：將拇指放在指套上，把淺色部份向內推回原位，直到聽到「咯」一聲
8. 如需使用多於一個劑量，需相隔半分鐘，然後重複上述步驟

### 哮喘吸劑用藥須知

- 經常檢查剩餘劑量，以確保帶備足夠藥物；
- 經常清潔吸入器，以免藥粉阻塞吸咀；
- 吸藥後，緊記要屏住呼吸10秒，使藥物有足夠時間停留在肺部；
- 使用消炎類固醇吸劑(如Beclomethasone)後應用清水漱口，以減少藥物停留在口腔內所引致的副作用(如：鵝口瘡)；
- 如須同時使用氣管擴張吸劑及消炎類固醇吸劑，應先使用氣管擴張吸劑，然後再使用消炎類固醇吸劑；
- 按照醫生指示服藥，切勿自行更改劑量及次數。



## 口腔潰瘍 | Mouth Ulcers

口腔潰瘍(俗稱飛滋)有多種成因，最常見的是由於口腔黏膜/舌頭受傷(如被牙刷刮傷、咬傷或假牙咬合位置不當)，傷口被真菌感染而出現白色潰瘍。服食抗生素期間，口腔抑制真菌的益菌被一併殺掉，亦可能令病人的口腔容易受真菌感染而潰爛。此外，由於類固醇會抑制口腔黏膜的抗菌能力，使用吸入式類固醇的人士如使用後沒有漱口，殘留在口腔內的藥粉會增加口腔潰瘍的機會。體內的鐵質、葉酸或維他命B12不足亦可引起口腔潰瘍，患者通常會有口角爆裂、舌肥大、缺苔的症狀。

# 齲牙及牙齦炎 | Tooth Decay and Gingivitis

齲牙(蛀牙)及牙齦炎是最常見的牙科病，兩者都是由初期牙菌膜引致。牙菌膜是由口腔內細菌產生，它在牙齒表面形成一層黏性薄膜，引致齲牙及牙齦炎，如不作適當護理，可引致牙齒鬆脫。

## 齲牙

由於牙菌膜內的細菌分泌酸性物質損壞牙齒，長時期會侵蝕牙齒，導致蛀牙。沒有被清除的牙菌膜會鈣化成牙石。

## 牙齦炎

牙齦的炎症，其特點為牙齦腫脹、發紅及易出血。主要原因是口腔不衛生引致牙菌膜積聚於牙齦而發炎，嚴重者可能出現牙週病。

每天擦牙最少兩次及使用牙線可以清除牙菌膜。氟化物(Fluoride)是牙膏常用的主要成分(如Sodium fluoride, Sodium monofluophosphate, Stannous fluoride)，它有助礦化牙齒，對抗齲牙。六歲以下兒童容易出現氟中毒，建議使用兒童牙膏。

其他常見於牙齒及口腔清潔用品的成分如下：

- Triclosan：對齲牙及牙齦炎有抗菌功效；
- Zinc chloride、Zinc citrate及可溶性Pyrophosphates：能預防及抑制牙石形成；
- San guinarine、Sodium bicarbonate及Hydrogen peroxide：對抗牙菌膜的功效仍有待證實；
- Chlorhexidine：對抗齲牙及牙齦炎的細菌非常有效，但由於會令牙齒染色、增加牙石的形成及改變味覺，所以只限於作為漱口水分使用；
- Strontium chloride、Strontium acetate、Formaldehyde、Hydroxyapatite及Potassium salts：敏感牙齒適用；
- Thymol、Eucalyptol、Menthol及Methyl salicylate：常見於漱口水分內，有抗菌功效，但不能全面滲透牙菌膜。

應先刷牙，後用漱口水，牙膏及漱口水所含的正負離子會產生相互作用使功效減低，因此應先刷牙，後用漱口水。

### 3大強效

舒緩消化不良  
化胃氣  
刺激膽汁分泌



FEEL LIKE YOU'RE READY TO BURST AFTER YOU'VE JUST EATEN?

**ENZYPLEX**  
DIGESTIVE ENZYMES

100 TABLETS

消化酶片 綜合維他命 抗嘔氣素

FOR MORE EFFICIENT DIGESTIVE PROCESS AFTER EVERY MEAL.

## 睇仔! 你係咪食得 飽得帶呀?

### 易消達

消化酶片  
**ENZYPLEX**  
DIGESTIVE ENZYMES

連續四年  
全球最暢銷的  
**No.1**  
2010-2013\*



\*來源 Euromonitor International Limited；消化酶；所有零售藥店；按 Euromonitor International 的全球品牌分類；按零售價格計算的零售額；2010-2013 資料

總代理：耀南洋行藥管代理

零售店：Watsons 屈臣氏 | Mannings 萬寧 | Mannings 萬寧 | 華潤堂 Cascare | VnGO 便利店 及各大藥房均有代售

查詢熱線：3665 2000 網頁：www.unamcorp.biz.com.hk

# 消化不良 | Dyspepsia

「消化不良」其實是一個相對籠統的形容詞，一般指上腹有持續或偶發的痛楚及不適。消化不良有多種成因，結構性的原因包括消化性潰瘍(Peptic ulcer disease)、胃食道反流病(Gastro-esophageal reflux disease, GERD)等疾病，也有藥物所引起的消化不良，例如阿士匹靈(Aspirin)及非類固醇類消炎藥(NSAIDs)等；更多情況是原因不明的非潰瘍性消化不良或功能性消化不良。消化不良的病癥除了上腹痛楚不適外，一般會有脹滿感、飯後飽滯、噁心等感覺。治療方案旨在舒緩及預防上述病癥。非藥物治療包括：

- 少食多餐；
- 避免吸煙、酒精、含咖啡因之飲品及食物(如咖啡、巧克力等)及其他能引致消化不良的食物(如檸檬汁)。

## 胃食道反流病

胃食道反流病是由於食道括約肌功能不全，影響胃食道交接處功能，引致胃內的食物倒流至食道。胃食道反流病的主要症狀包括最常見的胸口灼熱感覺(火燒心)、胃酸倒流及吞嚥困難。坐立姿勢、懷孕、吸煙、藥物及

食物均可引起此病。胃食道反流病有可能引致其他併發症、包括食道炎、食道潰瘍等。非藥物性治療包括：

- 睡眠三小時前避免進食；
- 如消化不良的病癥在晚間發生，可以在睡眠時將頭部位置墊高6至8吋；
- 少食多餐，及於飯後三小時內避免躺下；
- 避免吸煙、酒精、含咖啡因之飲品及食物(如咖啡、巧克力等)及其他能引致消化不良的食物(如檸檬汁)。

用藥須知：

- 病人如有以下情況，必需向醫生求診：
  - 腹部異常疼痛；
  - 糞便帶血；
  - 呼吸用力時病況加劇(可能是心絞痛)；
  - 持續嘔吐；
  - 體重大幅減輕；
- 病人患有非潰瘍性消化不良或胃食道反流病初期可先嘗試非藥物性治療；如無好轉可選用Antacids或Alginates。如症狀持續，則應向醫生求診；
- H2 Receptor antagonists及Omeprazole需根據醫生或藥劑師指示方可服食。

## 易消達消化藥片 Enzplex Tablets

**成分：**Each Tablet contains Amylase 10,000 Units, Protease 9,000 Units, Lipase 240 Units, Desoxycholic Acid 30mg, Dimethylpolysiloxane 25mg, Vitamin B1 10mg, Vitamin B2 5mg, Vitamin B6 5mg, Vitamin B12 5mcg, Niacinamide 10mg, Calcium Pantothenate 5mg

**適應症：**化胃氣，幫助分解脂肪、碳水化合物、蛋白質，刺激膽汁分泌，分解脂肪；促進消化及新陳代謝，釋放能量，提高活力

**建議劑量：**成人：每進餐時或餐後服1-2粒，每日3次

**注意事項：**

- 餐後/用餐期間服用
- 懷孕期間小心服用
- 膽管閉塞者不能服用
- 儲存環境：儲存於乾爽及遠離兒童的地方

**包裝：**每瓶30粒或100粒

**製造商：**P.T. Medifarma Laboratories

NP **批發商：**UNAM CORPORATION, LIMITED 耀南洋行

## 胃即妥 Magesto

**成分：**Mamylase 37.5mg, Diastase 25mg, Sodium bicarbonate 50mg, Calcium carbonate ppt. 200mg, Scopolia ext 2.5mg, Thiamine mononitrate 0.75mg, Dried aluminium hydroxide gel 36.635mg, Dibasic calcium phosphate (as anhydrous) 20.30mg, Cinnamon oil 0.3mg, Clove oil 0.3mg, Fennel oil 0.3mg, Ginger oil 0.4mg, Orange peel oil 0.4mg, Menthol 1mg

**適應症：**胃痛、腹痛、食慾不振、消化不良、胃脹、反胃、胃灼熱、胃氣、噁心腹脹、吸收力弱及頭重感等

**建議劑量：**

- 成人：每天3次，每次2粒，飯後吞服，不用咬碎
- 6-12歲：每天3次，每次1-2粒，飯後吞服，不用咬碎

**包裝：**每盒20粒，每瓶1000粒  
**製造商：**Interthai Pharmaceutical Manufacturing Ltd.  
**批發商：**Zuellig Pharma Limited

## 胃美健 SIMAGLEN

NP

**成分：**每片含400毫克Cimetidine  
**適應症：**減少胃酸的分泌，治療消化性潰瘍。

**建議劑量：**

- 每日早餐及臨睡前各服食一劑400毫克。
- 醫生可能指示你每晚進膳後服食一劑800毫克。

**副作用：**極少副作用，偶然出現輕微口乾等不良反應。

**注意事項：**存放溫度不超於30°C。

**包裝：**每盒20片

**製造商：**Unison Laboratories Co., Ltd. Thailand  
**代理商：**Health Alliance

# 暈眩及嘔吐 | Dizziness and Vomiting

暈眩及嘔吐是一種症狀，引致這種症狀的原因有很多，包括疾病(如腸胃炎)、藥物副作用、情緒激動、飲酒、懷孕及暈浪等。

## 暈浪(Motion sickness)

一般相信，暈浪是由於腦部負責嘔吐反射區的部分接收到由眼睛、耳內前庭神經(Vestibular nerve，負責身體平衡)及腸胃所發出、互相矛盾的信息，而觸發暈眩甚至嘔吐的反應，而這種情況一版是由乘坐交通工具包括汽車、船及飛機所引致。兩歲或以下的幼童甚少會有暈浪的情況；隨年紀增長，暈浪的情況一般亦會逐漸減少，然而有一部分成年人仍會受暈浪問題影響。

## 藥物預防及治療

常用於一般暈眩嘔吐的止暈止嘔藥包括Anticholinergics(例如Hyoscine butylbromide)、抗組織胺藥(Antihistamines，如Cinnarizine)和Phenothiazines，後者必須醫生處方；而前兩者，尤其是Cinnarizine及Dimenhydrinate，是常用於預防暈浪的藥物，此類藥物應在起程前最少半小時服用(視乎不同藥物)，方可達到最佳預防效果。

止暈止嘔藥只能減輕暈眩、嘔吐等症狀，如情況持續，必須向醫生求診，找出病因。服食止暈止嘔藥會令人昏昏欲睡，病人服用後須避免駕駛車輛或從事如操作機械等危險活動。

### 暈浪寧防暈貼片劑

Ariel TDDS Transdermal Patch for Motion Sickness

P1 胃健益止嘔片

Rabugen Tablet

P1

**成分：**每片含1.5mg Scopolamine

**適應症：**預防或緩解動暈症(暈車、暈船、暈機)引起之頭暈、噁心、嘔吐、頭痛等症狀

**建議劑量：**

- 於搭乘飛機、汽車、船之5-8小時(至少4小時)前使用，並於旅途結束後即應除去。使用時貼於耳後皮膚，每次使用一片，每片藥效可維持72小時。超過72小時之長途旅行，可在72小時後撕去舊的暈浪寧貼劑，在另一耳後方貼上一片新的暈浪寧貼劑
- 12歲以下不建議自行使用

**副作用：**思睡、倦怠感、口乾，偶有視覺上之困擾，偶見興奮反應(以幼兒及老年人較常見)

**注意事項：**

- 須置於小孩接觸不到之處
- 避免陽光直射，直保存於陰涼處
- 除非藥劑師或醫師指示，孕婦及授乳婦不建議自行使用
- 勿超過建議劑量，若有副作用產生，應立即停藥就醫
- 使用過的貼片劑應妥善丟棄，確保不再被觸摸

**包裝：**每盒2片，每片用鋁箔袋個別包裝

**製造商：**Health Alliance International Company Limited

**批發商：**Caleb Pharmaceuticals Inc.

**成分：**每片「胃健益」含Domperidone 10毫克。

**適應症：**止嘔和舒緩噁心的感覺。

**建議劑量：**

- 成人：每日最多服3次，每次服1片，飯前口服。
- 一般不應服用超過1星期。

**副作用：**在極少用藥者當中，或會有短暫輕微的腸部絞痛。有記錄顯示Domperidone曾導致心室心律不整或及突發性心因性猝死，但其發生率為未知。

**禁忌症：**具有中度或嚴重肝功能受損的病人，或已知心臟有不正常的電活動或心律不整，或增加那些症狀風險人士都不可服用。

**注意事項：**

- 本身患有心臟傳導間期延長(尤其是QTc)，電解質嚴重障礙或潛在心臟病(如充血性心力衰竭)的病人，使用Domperidone和其他延長QTc心電圖間期藥物時要特別小心。
- 不再適用於治療其他狀況如胃腫脹或胃灼熱
- 存放溫度不超於30°C。

**包裝：**每盒20片

**製造商：**Unison Laboratories Co., Ltd. Thailand

**代理商：**Health Alliance

# 便秘 | Constipation

便秘是指大便的次數減少(正常次數可由每日三次到每星期三次)，特徵是糞便僵硬而且乾燥。飲食習慣的改變、少喝水、缺乏運動或藥物副作用都可引致便秘。

如有便秘的情況出現，病人應多進食含豐富纖維的食物、多喝水及多做運動以改善情況。如無改善，可使用通便劑。通便劑的給藥途徑可分為口服及肛塞兩種；而根據藥物的作用，通便劑可分為以下幾類：

類別	例子	藥效開始時間	備註
纖維性通便劑 (Bulk laxatives)	Psyllium, Isphagula husk, Methylcellulose, Sterculia	開始服用後1-2天	需多喝水；最適合用於痔瘡及刺激性腸道綜合症，以及懷孕其間因荷爾蒙改變及服用鐵質補充劑引致的便秘
刺激物瀉劑 (Stimulant laxatives)	Bisacodyl, Senna	服用後6-12小時	可於晚上服藥，待早上如廁；應避免長期服用
滲透性瀉劑 (Osmotic laxatives)	Lactulose, Magnesium sulphate	開始服用後1-2天	
甘油條/甘油泵 (Glycerin suppository)	N/A	使用後1小時內	適用於兒童因飲食習慣改變或情緒引起的便秘
Docosate sodium	N/A	服用後1-2天	
灌腸劑(Enema)	N/A	使用後15分鐘內	只可在醫生指示下使用

以上通便劑只適用於偶發性便秘，如有持續性及嚴重的病癥時，病者必須向醫生求診。很多人誤以為通便劑有減肥的作用，亦有病

人因持續性便秘長期服用瀉劑，但長期使用這些瀉劑可引致依賴性便秘及大量電解質流失，導致併發症，因此不可濫服通便劑。

## 丹尼通乳果糖 Danilax Mixture

NP

**成分：**Lactulose

**適應症：**便秘，手術前後之通便及治療和防肝昏迷或昏迷前

**建議劑量：**

- 可直接用，或加在水、果汁等飲品中
- 成人：每天2次，每次15mL
- 1-5歲兒童：每日兩次，每次5mL
- 1歲以下：每日兩次，每次2.5mL
- 肝昏迷及昏迷前期：口服起始量，每日3-4次，每次30-45mL，至每日最多90-180mL

**包裝：**每瓶250mL 或1000mL

**製造商：**Pharmadan A/S

**批發商：**TCM Healthcare (London) Ltd.

## 腹瀉 | Diarrhoea

腹瀉是由於身體過快排出大便，未有充足時間抽出水分，而排出較軟、較稀爛及多水分的糞便，排便次數亦會增加。其他可能一併出現的病癥包括腹痛、腹部脹滯、噁心、嘔吐等。引發原因主要包括病毒或細菌感染、食物、精神緊張、酒精及藥物；到外地旅遊，很多人都會因水土不服，容易出現腹瀉癥狀；而一些嚴重的疾病，包括刺激性腸道綜合症(Irritable bowel syndrome)及大腸癌(Colon cancer)等亦可引發腹瀉。

出現腹瀉癥狀的話，遇上腹瀉，不應停止進食；應多吃小餐，進食清淡食物如餅乾及麵包。老年人及幼兒應多喝開水補足水分，以免脫水，而服用電解質補充劑可補充因腹瀉而流失的電解質。由於在腹瀉時，腸道內的乳糖酶會暫時失去活性，無法分解牛奶內的乳糖，因此腹瀉時應避免進食奶類產品，以免腹瀉惡化。

藥物治療方面，抗腸蠕動藥(Antimotility drugs)包括Loperamide及Diphenoxylate對短暫或不反覆的肚瀉有止瀉作用。四歲以下兒童不能服用此類止瀉藥；服食Diphenoxylate容易引致便秘，需在藥劑師指示下方可購買。一些吸附劑(Adsorbents)如Kaolin、Pectin、Attapulgit及Activated charcoal傳統上用於吸走細菌釋出的毒素來治療腹瀉，然而這種做法已被否定。活性乳酸菌(Lactobacillus)有助平衡腸內益菌。抗生素不會用於由病毒引起的腹瀉，相反，很多抗生素都會引致腹瀉。

### 注意事項

- 止瀉藥可減少及停止腹瀉，但不能治療引致腹瀉的病因，因此不應長期服用止瀉藥。如服用止瀉藥後病情未有好轉或轉趨嚴重，應向醫生求診；
- 如有其他症狀如發燒或頭痛，亦應向醫生求診。

# 痔瘡 | Hemorrhoids

痔瘡是由肛門靜脈曲張或脹大所致，常見於常吃高澱粉質及少吃蔬菜人士。初次懷疑有痔瘡的人士應先找醫生看診，確診為痔瘡後則可各藥劑師查詢有關藥物。

痔瘡分為內痔及外痔。內痔初期在肛門內產生，患者不感痛楚，但糞便可能會略帶鮮紅色的血絲。在中期，痔瘡會因排便被推出肛門。到後期，痔瘡不能返回肛門內，患者會感到痛楚。如出現其他癥狀，如糞便帶有暗

紅色血塊或腹痛，則有可能是其他疾病，應找醫生看診。

患有痔瘡的人士應多吃高纖維食物及多喝水，以減少便秘。藥物方面，內痔患者可使用肛塞劑形的痔瘡藥，附有塗藥器的藥膏亦可使用，而外痔則應使用藥膏。痔瘡藥的常見成分為血管收縮劑、局部麻醉劑、類固醇及收斂劑等。

## 痔克安軟膏附塗藥器

FAKTU Ointment with Dispenser

**成份：**每1g軟膏含有Policresulen 50mg, Cinchocaine hydrochloride 10mg

**適應症：**痔瘡，尤其肛門發炎引至流血；肛門裂傷和皸裂；和肛門搔癢。因肛門與直腸之毛病而引至的肛門濕疹。治療直腸手術後的傷口。

**建議劑量：**如非由醫生特別指示，則每天塗敷2-3次於患處。使用塗藥器從直腸插入，用前須先清除腸內排洩物。

**副作用：**

- 在開始治療時局部偶有輕微不適，如痕癢，或燒灼的感覺，但通常能迅速消滅，不須停藥
- 非常罕有的情況：過敏性反應，包括皮膚反應(血管神經性，喉頭的水腫、風疹和過敏性休克)

**禁忌症：**

- 對Cinchocaine過敏的病人
- 在懷孕初期，只要必須時才採用痔克安，亦應考慮所有痔克安對母親或胎兒的不良影響

**注意事項：**存於25°C以下

**包裝：**20g軟膏

**製造商：**Nycomed GmbH

**批發商：**Zuellig Pharma Limited

NP 至每天一次。

**副作用：**

- 在開始治療時局部偶有輕微不適，如痕癢，或燒灼的感覺，但通常能迅速消滅，不須停藥
- 非常罕有的情況：過敏性反應，包括皮膚反應(血管神經性，喉頭的水腫、風疹和過敏性休克)

**禁忌症：**

- 此藥不適合Cinchocaine過敏的病人
- 痔克安栓塞含有豆腐素溶劑，如你對黃豆或花生過敏，請不要使用痔克安栓塞
- 在懷孕初期，只要必須時才採用痔克安，亦應考慮所有痔克安對母親或胎兒的不良影響

**注意事項：**

- 需存放於兒童接觸不到之處
- 儲存於25°C以下

**包裝：**10粒裝及120粒裝

**製造商：**Nycomed GmbH

**批發商：**Zuellig Pharma Limited

## 痔克安栓塞

FAKTU Suppositories

**成份：**每一粒栓塞含有Policresulen 100mg, Cinchocaine hydrochloride 2.5mg

**適應症：**痔瘡，尤其肛門發炎引至流血；肛門裂傷和皸裂；和肛門搔癢。因肛門與直腸之毛病而引至的肛門濕疹。治療直腸手術後的傷口。

**建議劑量：**如非由醫生特別指示，每天把一栓塞放入直腸2-3次，用前須先清除腸內排洩物。當症狀減退，用量可減

NP

# 皮炎 | Dermatitis

皮炎主要有幾類：異位反應性皮炎(Atopic dermatitis)、接觸性皮炎(Contact dermatitis)及脂溢性皮炎(Seborrheic dermatitis)。症狀主要是皮膚出現紅點、痕癢、水泡或其他皮疹。

## 異位反應性皮炎

一種慢性皮膚炎，與個人或家族曾患有過敏性疾病(如花粉症或哮喘)有關。異位反應性皮炎是指接觸刺激物的部位與產生過敏反應的部位可能不在同一處，例如部分人進食海產後會出現濕疹。

## 接觸性皮炎

一種急性或慢性皮炎，由皮膚接觸刺激性(Irritant dermatitis)或過敏性(Allergic dermatitis)物質所引起，而皮炎癢狀出現的位置大多局限在接觸致敏物質的部位，如常見於嬰兒的尿疹，受影響範圍局限於尿布位置。造成刺激或過敏的物質有很多種，例如洗潔精(俗稱為「主婦手」、工業用溶劑、染料和金屬等。如病人曾經出現皮炎的症狀，可以先了解發病的位置、工作性質、曾經接觸過可能致敏的物質、以及皮炎出現的時間，以了解是否與過敏反應有關。

## 脂溢性皮炎

出現在皮脂腺密集的地方，例如頭皮及面部，在受影響的部位出現發炎及鱗屑。嬰兒亦常出現脂溢性皮炎，大多在耳背及面部皮膚出現黃色鱗屑。

## 皮膚乾燥

秋冬季節的濕度較低，令皮膚非乾燥，容易引致皮膚痕癢。老年人的皮膚水份較年青人低，因此情況會更嚴重。

## 皮炎的藥物治療

皮炎的治療以滋潤皮膚、舒緩痕癢、及抑制皮膚過敏反應為主。

滋潤皮膚的藥膏，例如水分乳霜(Aqueous cream)或乳化軟膏(Emulsifying ointment)，可以保持皮膚濕潤和減少皮膚炎對皮膚造成的刺激和痕癢。這些藥膏可在任何時間使用，亦可用作清潔雙手及洗澡。由於市面上很多沐浴露及肥皂都含有香料，容易刺激皮膚，皮膚炎患者應避免使用。患者可選用低敏配方的沐浴露，而含有Mineral oil的浴油及肥皂有滋潤皮膚的作用，可以替代一般沐浴露。皮膚滋潤劑(包括Lanolin、Glycerin及Propylene glycol等)的主要作用是保持皮膚濕潤。最佳用法為在洗澡或洗手後，皮膚仍保持濕潤時塗上滋潤劑。

止痕藥物有多種：

含Coal tar的浴油及肥皂能有效改善皮膚乾燥引致的痕癢，但由於會染污衣服，須小心使用；Calamine的止痕作用對一般皮膚炎(熱痱)亦有幫助；Crotamiton對一般敏感皮膚亦有止痕作用，特別對疥瘡引致的痕癢更為有效。

外用抗組織胺藥(Topical antihistamines)如Mepyramine及Diphenhydramine等，大多用於敏感皮膚，此類藥膏一般會加入其它具止痕功效的成分如Menthol、Camphor等。

外用類固醇的消炎作用對於治療皮膚炎亦有幫助，但當中只有Hydrocortisone 1%及Clobetasone butyrate 0.05%可在藥劑師監督下購買。由於類固醇可能令皮膚感染情況惡化及使皮膚變薄，故此未經醫生或藥劑師指示下，應避免長期使用。



**舒特膚潔膚露****Cetaphil Gentle Skin Cleanser**

NP Sorbic acid, Benzyl alcohol, Panthenol, Farnesol, Sodium hydroxide, Citric acid  
**適應症:** 適合中性至乾燥皮膚, 濕疹及敏感性皮膚使用  
**建議劑量:** 每天及需要時使用  
**包裝:** 每支200ml  
**製造商:** 高德美大藥廠  
**批發商:** 美國森美有限公司

濕疹、乾燥及易受刺激的敏感肌膚適用。  
**建議劑量:** 每日使用2次, 或按需要增加使用次數, 均勻塗上肌膚並輕輕按摩片刻。  
**注意事項:** 只供外用  
**儲存環境:** 貯放於25°C以下的地方  
**包裝:** 每支50ml或100ml  
**製造商:** Stiefel, a GSK company  
**批發商:** 裕利

**舒特膚高效潤膚膏****Cetaphil Intensive Moisturising Cream**

NP  
**成分:** Purified water, Glycerol, Cetearyl alcohol and Oleth-12, Diethylene glycol, Monostearate, Butyrospermum parkii (Shea butter), Ethylhexyl methoxycinnamate, Dimethicone 350, Stearyl alcohol, Glyceryl stearate and PEG-100 stearate, Pirglutargine, Alpha tocopherol, Methyl hydroxybenzoate, Chlorhexidine gluconate  
**適應症:** 適合乾燥, 濕疹及敏感皮膚使用  
**建議劑量:** 每天及需要時使用  
**包裝:** 每瓶85mL  
**製造商:** 高德美大藥廠  
**批發商:** 美國森美有限公司

**Physiogel™ 溫和潔面乳** NP  
**Physiogel™ Daily Moisture Therapy Dermo-Cleanser**

**成分:** SCI (Sodium cocoyl isethionate)  
**適應症:** 溫和潔淨讓皮膚柔軟細滑  
**建議劑量:** 取適量潔面乳塗抹在肌膚上, 按摩片刻, 以清水洗淨或以化妝棉拭淨  
**注意事項:** 只供外用  
**儲存環境:** 貯放於30°C以下的地方  
**包裝:** 每支150mL或300mL  
**製造商:** Stiefel, a GSK company  
**批發商:** 裕利

**舒特膚潤膚膏****Cetaphil Moisturising Cream**

NP  
**舒特膚倍加潤膚膏**  
**Cetaphil Restoraderm Skin Restoring Body Moisturizer**

**成分:** Water, Polyglycerylmethacrylate and propylene glycol, Petrolatum, Dicapryl ether, PEG-5 glyceryl stearate, Glycerin, Dimethicone and dimethiconol, Sweet almond oil, Cetyl alcohol, Benzyl alcohol, Acrylates/C10-C30 alkyl acrylate crosspolymer, Tocopherol acetate (Vitamin E), Disodium EDTA, Phenoxylethanol, Sodium hydroxide  
**適應症:** 適合乾燥, 濕疹及敏感皮膚使用  
**建議劑量:** 每天及需要時使用  
**包裝:** 每支100g  
**製造商:** 高德美大藥廠  
**批發商:** 美國森美有限公司

**Physiogel™ 低敏保濕乳液** NP  
**Physiogel™ Daily Moisture Therapy Lotion**

**成分:** Physiogel BioMimic Technology®  
**適應症:** Physiogel BioMimic Technology®模仿人體皮脂層的成分及結構, 與肌膚自然融合, 能修復皮膚天然保濕屏障, 鎖緊水分, 同時阻隔致敏原侵擾, 減退敏感肌膚  
**建議劑量:** 每日使用2次, 或按需要增加使用次數, 均勻塗上肌膚並輕輕按摩片刻  
**注意事項:** 只供外用  
**儲存環境:** 貯放於30°C以下的地方  
**包裝:** 每支200mL或400mL  
**製造商:** Stiefel, a GSK company  
**批發商:** 裕利

**舒特膚潤膚霜****Cetaphil Moisturising Lotion**

NP  
**舒特膚倍加潤膚潔膚露**  
**Cetaphil Restoraderm Skin Restoring Body Wash**

**成分:** Water, Glycerin, Hydrogenated polyisobutene, Cetearyl alcohol and ceteareth-20, Macadamia nut oil, Dimethicone, Tocopheryl acetate (Vitamin E), Acrylates/C10-30 alkyl acrylate crosspolymer, Stearoxymethylsilane and stearyl alcohol,

**Physiogel™ 抗敏舒緩乳霜** NP  
**Physiogel™ Calming Relief A.I. Cream**

**成分:** PEA (Palmitoyl ethanol amide)  
**適應症:** 含肌膚必要脂質成分包括PEA, 舒緩由乾燥引起的發紅及痕癢,

**PHYSIOGEL™**  
HYPOALLERGENIC

新裝

全線升級面貌

makes skin less sensitive



Stiefel  
a GSK company

經皮膚科醫生認証，減退敏弱肌膚

PHYSIOGEL and Physiogel BioMimic Technology are trademarks of Stiefel Laboratories, Inc

CHHKCPHY000414(04/2015)

# 暗瘡 | Acne Vulgaris

暗瘡，又稱為「痤瘡」、「青春痘」。毛囊出口收窄，皮脂分泌增多，加上毛囊受細菌感染，便會發炎紅腫，形成暗瘡。治療暗瘡的方法包括去除多餘油脂、避免粉刺形成、減低發炎機會及避免疤痕形成。

治療暗瘡的藥物分為外用及內服。一般輕微的暗瘡可選用外用藥，其作用主要為加快脫

皮及抑制引起發炎的細菌(Corynebacterium acne)，最常見的成分有Sulphur、Salicylic acid及Benzoyl peroxide，當中外用Benzoyl peroxide可抑制細菌和溶解毛囊出口的堵塞物。外用Retinoic acid亦可治療暗瘡，但由於非常刺激皮膚及會增加紫外光的致癌性，因此病人必須有醫生處方才可購買。

藥物成分	Benzoyl peroxide	Sulphur	Salicylic acid
抑制細菌功效	有	-	-
脫皮功效	-	有	有
劑量及用法	2.5% - 10% 每天一次兩次	2% - 10% 每天一至三次	0.5% - 2% 多用於潔膚用品
副作用	漂白頭髮及衣服	有色及有味	高份量會損害皮膚

內服藥如抗生素(必須醫生處方)及維他命A酸類藥如Isotretinoin(由於有嚴重副作用如導致婦女懷孕畸胎，服食前必須簽署同意書及依皮膚專科醫生服食)只限於中度至嚴重性暗瘡。

## 克靈靈抗瘡暗瘡 Benzac AC 5%

**成分：**Benzoyl peroxide 5%

**適應症：**暗瘡

**建議劑量：**每日使用1至2次，或按醫生指示

**副作用：**皮膚乾燥、發紅

**包裝：**每支15g

**製造商：**高德美大藥廠

**批發商：**美國森美有限公司

NP Pentylene glycol, Caprylyl glycol, Polysorbate 61, Sucrose tristearate, Panthenol, Sodium stearoyl glutamate, Tocopheryl acetate

**適應症：**油性及暗瘡性皮膚

**建議劑量：**每天使用或與暗瘡治療一併使用

**包裝：**每瓶118mL

**製造商：**高德美大藥廠

**批發商：**美國森美有限公司

## 舒特膚暗瘡護理系列—控油保潔 乳液

**Cetaphil Dermacontrol Oil-Control Facial Moisturizer SPF 30**

**成分：**Allantoin, Glycyrhretinic acid, Disodium EDTA, Zinc gluconate, Triethanolamine, Hydroxypalmitoyl sphinganine (Ceramide 5), Silica, Polymethyl methacrylate, Potassium sorbate, Phenoxyethanol, Si-iso-propyl sebacate, Isopropyl lauroyl sarcosinate, Ethyl hexyl salicylate, Octocrylene, Butyl methoxydibenzoylmethane, Aluminum starch octenylsuccinate, Xanthan gum, Carbomer, Dimethicone, Dimethicone and dimethiconol, Aqua, Glycerin,

## 舒特膚暗瘡護理系列—控油舒緩 泡沫

**Cetaphil Dermacontrol Oil-Control Foam Wash**

**成分：**Zinc coceth sulfate, Zinc gluconate, Dipotassium glycyrrhizate, glycerine, PEG75, PEG-200 hydrogenated glyceryl palmate and PEG-7 glyceryl cocoate, Sodium benzoate, Disodium EDTA, PEG-40 hydrogenated castor oil, Perfume, Aqua

**適應症：**油性及暗瘡性皮膚

**建議劑量：**每天使用或與暗瘡治療一併使用

**包裝：**每瓶236mL

**製造商：**高德美大藥廠

**批發商：**美國森美有限公司

## 舒特膚油性及暗瘡皮膚潔膚露 Cetaphil Oily Skin Cleanser

**成分：**Purified water, PEG-200 hydrogenated glyceryl palmate, PEG-7 glyceryl cocoate, Sodium lauryl sarcosinate, Acrylates/steareth-20 methacrylate copolymer, Glycerin, Sodium laureth sulfate, Butylene glycol, Phenoxyethanol, Masking fragrance, Panthenol, PEG-60 hydrogenated castor oil, Disodium EDTA, Methylparaben

**適應症：**潔淨油性，混合性及暗瘡皮膚

**建議劑量：**每天及需要時使用

**包裝：**每瓶125mL

**製造商：**高德美大藥廠

**批發商：**美國森美有限公司

# 皮膚癬菌及酵母菌感染 | *Dermatophytes and Yeast Infections*

皮膚癬是由於皮膚癬菌(Dermatophytes)感染皮膚所引起，導致腳癬、甲癬、體癬、股癬及頭癬等皮膚問題。毛癬菌屬(Trichophyton)、表皮癬菌屬(Epidermophyton)和小孢子菌屬(Micorsporum)是最常見的致病原。念珠菌感染則屬於酵母菌皮膚病的一種。由於環境濕熱適合其繁殖，在容易磨擦的部位如指間、趾間、乳房下及股溝等部位的感染最為常見。

## 腳癬

通常由鬚髮毛癬菌引起，起於趾間。

## 甲癬

通常由毛癬菌屬引起。指甲的感染較趾甲少見，病癥為指甲增厚、失去光澤，在指甲邊緣有碎屑聚集。

## 體癬

通常由毛癬菌屬引起。

## 頭癬

主要影響兒童，它通過接觸傳染，毛癬菌為常見病原。

## 股癬

在男性較常見，可由各種皮膚癬或酵母菌(念珠菌)引起，由於真菌可重複感染易感者，因此容易復發，在夏天尤其常見。

## 花斑癬(Tinea versicolor)

另一種酵母菌引起的皮膚病，最常見於胸部、頸部及腹部，通常只有輕微鱗屑，在夏天較常見。

外用抗真菌藥，如唑類、Ciclopirox及Terbinafine，對大多數皮膚癬都有良好效果。外用抗真菌藥物無須醫生處方，但部分需要在藥劑師監管下才可售賣；而口服抗真菌藥則必需醫生處方。

- 唑類(Azoles，如Miconazole、Clotrimazole、Econazole、Ketoconazole)外用抗真菌藥可抵抗多種真菌，包括皮膚癬菌、引致花斑癬的酵母菌及念珠菌感染。一般療程需要至少兩星期或以上，視乎患處位置而定；
- 外用Ciclopirox可用於皮膚癬菌、酵母菌及念珠菌感染；
- 外用Terbinafine可使用於腳癬、股癬及體癬。口服Terbinafine需要醫生處方；
- 外用Tolnaftate可用於皮膚癬菌感染，對酵母菌及念珠菌無效。療程需要一個月以上；
- 外用Naftifine可抗皮膚癬菌，對念珠菌只有抑制功效；
- Undecenoic acid外用只有抑制真菌功效，常與其他抗真菌藥一同使用；
- 其他藥物包括Selenium sulfate、Zinc pyrithione及Sulphur-Salicylic acid組合藥都常用於花斑癬。

皮膚癬容易復發，病人不應因患處有好轉而提早停用，必須按醫生或藥劑師指示完成整個療程，以減復發機會。出現耐藥性或身體廣泛受感染時則需服用口服藥物，在此情況下必須向醫生求診。

### 羅霉樂皮膚癬膏

Loceryl Cream

成分：Amorolfine 0.25%

適應症：皮膚癬

建議劑量：每日1次，持續2至3週

包裝：每支20g

製造商：高德美大藥廠

批發商：美國森美有限公司

NP 建議劑量：每星期1至2次在指甲患

處掃抹

包裝：每瓶2.5mL或5mL

製造商：高德美大藥廠

批發商：美國森美有限公司

### 羅霉樂抗癬甲油

Loceryl Nail Lacquer

成分：Amorolfine 5%

適應症：甲癬，灰甲

NP

## 雞眼及疣 | *Corns and Warts*

雞眼(Corns)是由於皮膚受長期壓迫及摩擦而引致，位置通常在腳底及腳緣。清除雞眼可用含有Salicylic acid collodion的貼膏或藥水，令雞眼的硬皮軟化脫落。

疣(Warts)是由病毒引起，最常見於手腳(尤其腳底)；性病疣則生於生殖器官及其周圍，病癢為出現圓形有清晰界線的丘疹。治療疣需經醫生診斷，可用冷凍療法、電灼法、

藥物(如Podophyllotoxin)或手術切除治理。

### 注意事項

- 糖尿病患者不應自行購藥醫治足患，需由醫生診治；
- 足部必須保持乾爽，建議穿著舒適的鞋或涼鞋；
- 使用雞眼貼膏或雞眼藥水以及治療疣的藥物可能會刺激皮膚，須小心使用。

## 唇瘡 | Cold Sores

唇瘡是一種由過濾性病毒(疱疹病毒)寄生面部神經所引起的口腔疾病，病發時患者唇邊會感到刺痛灼熱，一至兩天後疼痛位置出現水泡和潰瘍，傷口一般在兩個星期內自動痊癒。唇瘡不能根治，且會在患者抵抗力弱時(如大病後、過度勞累)於唇邊同一位置發作。

使用含抗病毒成分(如Acyclovir 5%、Idoxuridine 5%或Tromantadine 1%)的軟膏能有效縮短發病期及舒緩不適，但患者應在感到疼痛時便立即使用此類藥膏，並連續使用五天，否則待水泡出現時才使用則會減弱其療

效。另外，使用Acyclovir 5%軟膏者應注意此藥需每天搽五次。

如果水泡已經形成，患者可使用含殺菌成分(如Chlorhexidine、Cetrimide)的藥膏以防止傷口受細菌感染，亦可使用含止痛成分(如Lignocaine)的藥膏。

由於唇瘡發作部位會有大量具傳染性的病毒，患者在每次接觸唇瘡部位後(包括塗藥後)必須立即洗手，患者亦應避免在發病期間接吻，以免把病毒傳染他人。

## 頭皮及脫髮 | Dandruff and Alopecia

### 頭皮屑

頭皮屑過多與頭皮細胞替換速度增加有關，屬非炎性，一般在夏天減退。脂溢性皮膚炎亦會產生頭皮屑，主要因為受酵母菌Pityrosporon ovale感染，患者會明顯感到痕癢。

治療方面，應先用普通洗髮水清洗頭髮至少一星期三次。如兩星期後沒有改善或效果不佳，可選用含有Zinc pyrithione或Selenium sulfide的藥性洗髮水。如情況嚴重，可選用含有抗真菌藥Ketoconazole藥性洗髮水，然而此種洗髮水有副作用，需在醫生或藥劑師指示下方可使用。其他藥性洗髮水包括含有止癢作用的Tar，而一些含有Cetrimide、Povidone-Iodine或Triclosan等的洗髮水有抗菌作用，但並非治療頭皮屑的首選。

### 注意事項

- 使用含Zinc pyrithione或Selenium sulfide洗髮水前，應先用無藥性洗髮水洗去頭油及污垢；
- Zinc pyrithione洗髮水可每天使用，但Selenium sulfide洗髮水則每星期使用一至兩次；
- Tar洗髮水味濃而且容易染污衣物，應小心使用。部份人會對Tar產生敏感。

### 脫髮

在正常情況下，一根健康的頭髮可以維持五年的壽命，自然脫落再待兩至三個月便會再長出。一般人大約有90%的頭髮屬生長期，10-15%屬更換期。如果處於生長期的頭髮維持在90%以下，便屬於脫髮。在脫髮初期，脫髮情況不明顯，患者很多時候未能察覺。

### 脫髮的風險因素

- 遺傳：特別是男性。女性極少出現禿髮現象，較為頭髮稀疏；
- 荷爾蒙：當荷爾蒙分泌不平衡或有所變化時，頭髮便會明顯脫落。男士的髮線會日漸後移至禿頭；而女士的頭髮會愈來愈稀疏，特別是產婦在產後2至3個月開始，可能出現大量脫髮現象，大多數人在經過六個月後，脫髮情況會慢慢得到改善；
- 藥物如Bromocriptine、Carbamazepine、高劑量的維他命A及接受化療或電療的病人。接受化療或電療的病人在停止治療一段時間後，頭髮可以回復生長，然而髮質可能有所改變；
- 年齡增長；
- 生活或工作上的壓力；
- 疾病。

遺傳性脫髮(Androgenetic alopecia)不會引起毛囊發炎，脫髮階段緩慢，長達15至25年。其他因疾病如自身免疫系統疾病引起的脫髮都會出現突然脫髮現象，這些情況下必須轉介醫生。

現時唯一被認可用於脫髮問題的非處方藥物為外用Minoxidil，但只局限於遺傳性脫髮。外用Minoxidil需在藥劑師監督下方可售賣，分2%及5%兩種劑量。Minoxidil 2%一般建議使用於女性，男性應使用5%。使用Minoxidil 2%需大概四個月才見效，而5%則需大概兩個月。然而，外用Minoxidil只可抑制脫髮，並無根治功效。而內服Minoxidil不應用於脫髮，而且有嚴重副作用，需要醫生處方才可出售。

# 傷口消毒 | Aseptic Wound Management

傷口主要分兩類：

- 少血，包括擦傷及刺傷；
- 多血，包括撕裂、切傷及割傷。

由於皮膚的完整性受破壞，傷口易受細菌感染，症狀有紅腫、疼痛、發熱及有膿。傷口癒合分三階段：發炎、細胞增生期、創疤成熟期。治理傷口最重要是令其免受感染或再度受創。程序是先止血，然後清除異物及清潔傷口，塗上適當的消毒劑，最後選擇合適的敷料包紮傷口。

消毒劑用於殺死微生物或防止其在傷口滋生。選擇時要留意其效力、性質為抑菌還是殺菌、對皮膚的刺激性。有顏色的消毒劑會遮蓋傷口的膚色，故不易察覺傷口癒合的情形。常用的消毒劑有氯己定(Chlorhexidine)、酒精(Alcohol)、碘酒(Iodine tincture)、雙氧水(Hydrogen peroxide)、硼酸(Boric acid)、藍藥水(含Gentian violet)、紅藥水(含Murochrome)及黃藥水(含Acriflavine)。一般使用於輕微擦傷的傷口。

## 酒精

用於消毒的酒精濃度為70%，能夠殺掉所有常見的細菌。由於酒精易揮發，所以需要於皮膚上揉約兩分鐘才能有效。由於酒精會令皮膚乾旱及刺激傷口組織，引起刺痛，應避免直接將酒精塗於傷口。每日可用酒精清潔一至三次，乾透後才包紮傷口。

## 碘酒

碘能氧化微生物細胞的原生質，故能殺掉革蘭氏陰性及陽性細菌、真菌、酵母菌、孢子、原生動物及病毒。碘酒(USP)含2%碘、2.5%碘化鈉和50%酒精。酒精本身已有消毒功能，同時又能加強碘於皮膚上的分散及滲透。塗碘酒後不要包紮傷口以免造成刺

激。碘會將皮膚染成啡紅色，留意褪色的碘表示已失效。對碘過敏者忌用。若與紅藥水同用的話會產生有毒物質，故兩者不能同時使用。

## 雙氧水

雙氧水是一種氧化劑，可殺掉廣譜細菌，特別是厭氧菌，用於消毒的濃度為3%。雙氧水接觸血液和組織液後會釋放出氧氣來清潔傷口，功效持續至氧氣釋放完畢。但清潔傷口同時會阻礙傷口癒合，故只適用於已受感染的淺表傷口。

## 氯己定

氯己定能殺掉革蘭氏陰性及陽性細菌，但對後者較有效。最低可殺菌的濃度為0.05%，常用於清潔傷口，較高濃度(2%或4%)則用於清潔皮膚。由於它能有效殺菌，不會刺激傷口亦不會染色，是較理想的傷口消毒藥水。

## 藍藥水

藍藥水含龍膽紫(Gentian violet)，可用來對抗真菌，具有消毒功能。但有機會致癌，建議塗於沒有破損的皮膚上，且不能內服。龍膽紫會將皮膚染成紫黑色。

## 紅藥水

紅藥水原名「紅汞水」，「汞」即水銀，所含Murochrome有殺菌消毒功效。然而水銀為有毒物質，抑菌作用亦較弱，安全及治療性較低。

## 黃藥水

所含Acriflavine能抑制革蘭氏陽性細菌，但對革蘭氏陰性細菌效力較弱。可用於傷口、燒傷及消毒，但長期使用會減慢傷口癒合。



## 皮膚防曬 | Sunscreens

紫外線可分為三類：紫外線A(UVA)、紫外線B(UVB)和紫外線C(UVC)。UVA(320-400nm)能滲透皮膚深層，對皮膚造成嚴重傷害。UVB(290-320nm)可以導致皮膚灼傷，尤其於中午時間(上午10時至下午3時)最為強烈，但亦有助身體製造維他命D3。UVC(200-290nm)多被臭氧層吸收，所以很少機會抵達地球表面而對皮膚造成傷害。

防曬油的防曬能力由陽光保護指數(SPF)表示，這指數是根據皮膚科學中「最低紅斑劑量」(Minimal erythema dose, MED)來訂定的。日曬後UVB令皮膚發紅引致紅症，而MED是指陽光曝曬引致皮膚出現紅斑症所需時間，SPF數值便是這所需時間的倍數。舉例來說，皮膚平常曬上20分鐘便會發紅，MED是20分鐘，塗上SPF15的防曬品後，理論上在陽光下逗留15倍長的時間，即300分鐘，皮膚才會發紅。

防曬油的主要成分按功效分為兩種：一種可以吸收紫外光，而不會被皮膚吸收(包括Aminobenzoic acid及其衍生物、Dibenzolmethane衍生物、Benzophenones、Anthranilates及Cinnamates等)；另一種則將紫外光反射(包括Titanium dioxide及Zinc oxide)。Aminobenzoate及其衍生物和Pal-

mitate，可有效吸收UVB，一般含量為2-5%，含量愈高SPF愈強，亦能提供持久保護力，但部份人容易產生光敏感反應。Anthranilates為較弱防曬物質，只能吸收UVA輻射線。Benzophenones含有Dioxybenzone、Oxybenzone及Sulisobenzene，主要吸收UVA，亦能吸收UVB，現被廣泛採用。Cinnamates中以Octocrylene最常被使用，它能吸收250-360nm的紫外光線，較其他防曬成分廣泛。Dibenzoylmethane衍生物中的Avobenzene(亦稱Parso 1789)，是較新一類的防曬物質，可以完全覆蓋UVA。Sallylates為較弱的防曬物質，容易被汗水及水沖掉。反射紫外線的物質中，Titanium dioxide較多被使用，因為它能增強防曬油的SPF及對UVA的覆蓋。

使用防曬油時，須注意以下事項：

- 防曬油應在接觸陽光前5-30分鐘塗抹，每2至4小時須再補塗一次。
- 非經醫生指示，防曬油不應用於6個月以下的嬰孩。

除使用防曬油外，穿著鬆身的長褲和長袖衣服以保護身體、戴上闊邊帽及太陽眼鏡、避免在上午10時至下午3時曬太陽，都是有助保護皮膚防止曬傷的方法。

### 舒特膚UVA/UVB防曬日霜

SPF50

Cetaphil UVA/UVB Defense

SPF50

**成分：**Terephthalylidene dicamphor sulphonic acid/Mexoryl SX, Drometrisole trisiloxane/Mexoryl XL, Butyl methoxydibenzoylmethane/Parsol 1789/Eusolex 9020, Ethylhexyl salicylate/Eusolex os, Ethylhexyl triazone, Octocrylene/Parsol340/Eusolex ocr, Bis-ethylhexyloxyphenol methoxyphenyl triazine/Tinosorb S, Titanium dioxide, Myristyl myristate, Petrolatum, Stearyl alcohol, Hydroxypropyl methylcellulose, Nylon-12, Ammonium polyacryloyldimethyl taurate, Methyl methacrylate crosspolymer, Dimethicone, Cyclopentasiloxane,

NP C12-15 alkyl benzoate, Glycerin, Aqua, Propylene glycol, Aluminium hydroxide, Stearic acid, Glyceryl stearate (and) Peg-100 stearate, Potassium cetyl phosphate, Disodium edta, Tocopherol + hydrogenated soybean oil, Triethanolamine, Phenoxyethanol, Methylparaben, Ethylparaben, Propylparaben, Isobutylparaben, Butylparaben

**適應症：**適合敏感及問題皮膚使用，包括接受激光或換膚等美容療程後

**建議劑量：**每天及需要時使用

**包裝：**每瓶50mL

**製造商：**高德美大藥廠

**批發商：**美國森美有限公司

# 其他皮膚護理產品 | Other Skin Care Products

**克痘靈潔面磨砂膏-清爽去角質配方 NP**  
Benzac Blackheads, Facial Scrub

**成分:** Aqua, Alumina, Cetearyl olivate, Sorbitan olivate, Hydrogenated vegetable oil, Canola Oil, Cetearyl alcohol, Dimethicone, Hydrogenated olive oil, Cetyl alcohol, Methyl gluceth-20, Olea europaea fruit oil, Glycerol behenate, Butylene glycol, Phenoxyethanol, Parfum, Xanthan gum, Allantoin, Olea europaea oil unsaponifiables, Disodium Edta, Propylene glycol, Pentaerythrityl tetra-di-t-butyl hydroxyhydrocinamate, Ocimum sanctum leaf extract, Silybum marianum fruit extract, Ci 11680, Methylisothiazolinone, silica, Ci 77491, Potassium sorbate, Ci 42090, Citric acid, Limonene, Citral

**適應症:** 適合所有皮膚類型, 有效清潔毛孔, 減少皮脂而不損害皮膚

**建議劑量:** 每星期使用2次

**包裝:** 每瓶60g

**製造商:** 高德美大藥廠

**批發商:** 美國森美有限公司

**克痘靈潔面泡沫-油性及混合性皮膚配方 NP**  
Benzac Excess Oil, Daily Facial Foam Cleanser

**成分:** Aqua, Sodium C14-16 olefin sulfonate, Sodium trideceth sulfate, Cocamidopropyl betaine, Disodium cocoyl glutamate, Propylene glycol, Calendula officinalis flower extract, Sodium sulfate, Poly(c20-28 olefin), Peg-40 hydrogenated castor oil, Alcohol, Methyl gluceth-20, Sodium chloride, Citric acid, Parfum, Dipropylene glycol, Buteth-3, Menthol, Tetrasodium edta, Sodium benzotriazolyl butylphenol sulfonate, Diethyl phtalate, Niacinamide, Aesculus hippocastanum extract, Faex extract, Phenoxyethanol, Zinc gluconate, Panthenol, Ammonium glycyrrhizate, Methylparaben, Tributyl citrate, Tris(teramethylhydroxypiperidinol) citrate, Aloe barbadensis leaf extract, Caffeine, Diethylene glycol, Benzyl alcohol, Magnesium chloride, Methylchloroisothiazolinone, Methylisothiazolinone, Magnesium nitrate, Ci 15510, Ci 14720, Limonene

**適應症:** 去除污垢, 清潔毛孔, 有效控油而不致皮膚乾燥

**建議劑量:** 每日使用2次

**包裝:** 每瓶130mL

**製造商:** 高德美大藥廠  
**批發商:** 美國森美有限公司

**克痘靈潔面泡沫-敏感性及中性皮膚配方 NP**  
Benzac Spots, Daily Facial Foam Cleanser

**成分:** Aqua, Sodium C14-16 olefin sulfonate, Sodium trideceth sulfate, Cocamidopropyl betaine, Cocamide mipa, Propylene glycol, Sodium sulfate, Laureth-2, Parfum, Peg/Ppg-120/10 trimethylpropane Trioleate, Peg-40 hydrogenated castor oil, Poly(c20-28 olefin), Sodium chloride, Methyl gluceth-20, Olivamidopropyl betaine, Alcohol, Polyquaternium-10, Tetrasodium edta, Glycerin, Citric acid, Buteth-3, Calendula officinalis flower extract, Sodium benzotriazolyl butylphenol sulfonate, Isopropanolamine, Methylparaben, Aloe barbadensis leaf extract, Tributyl citrate, Tris(teramethylhydroxypiperidinol) citrate, Sodium acetate, Magnesium chloride, Magnesium nitrate, Methylchloroisothiazolinone, Methylisothiazolinone, Isopropyl alcohol, Ci60730, Ci 14720, Ci42090

**適應症:** 去除污垢, 清潔毛孔, 而不損害皮膚

**建議劑量:** 每天使用2次

**包裝:** 每瓶130mL

**製造商:** 高德美大藥廠

**批發商:** 美國森美有限公司

**舒特膚潔膚皂 NP**  
Cetaphil Bar

**成分:** Sodium cocoyl isethionate, Stearic acid, Sodium tallowate, Water, Sodium stearate, Sodium dodecylbenzene sulfonate, Sodium cocoate, PEG-20, Sodium chloride, Masking fragrance, Sodium isethionate, Petrolatum, Sodium isostearyl lactylate, Sucrose laurate, Titanium dioxide, Pentasodium pentetate, Tetrasodium etidronate

**適應症:** 潔淨任何性質皮膚

**建議劑量:** 每天及需要時使用

**包裝:** 每件127g

**製造商:** 高德美大藥廠

**批發商:** 美國森美有限公司

**舒特膚輕爽防曬保溼日霜SPF15 NP**  
Cetaphil Daily Facial Moisturizer SPF 15

**成分:** Butyl methoxydibenzoylmethane/Parsol 1789, Octocrylene, purified water, Diisopropyl adipate, cyclomethicone, Glycerol stearate, PEG-100 stearate, Glycerin, Polyethyl methacrylate, Phenoxyethanol, benzyl alcohol, Acrylates/C10-30 alkyl acrylate crosspolymer, Tocopherol acetate, Carbomer 940, Disodium EDTA, Triethanolamine

**適應症:** 適合中性至油性皮膚

**建議劑量:** 每天及需要時使用

**包裝:** 每瓶118mL

**製造商:** 高德美大藥廠

**批發商:** 美國森美有限公司

**舒特膚強效保溼霜 NP**  
Cetaphil DailyAdvance Ultra Hydrating Lotion

**成分:** Butyrospermum Parkii butter (shea butter), Panthenol, Sodium PCA, Cyclopentasiloxane (and) Dimethiconol, Sodium polyacrylate, Water, Glycerin, Hydrogenated polyisobutene, Cetearyl alcohol (and) Oleth-12, Macadamia ternifolia nut oil, Tocopheryl acetate, Benzyl alcohol, Phenoxyethanol, Stearoxtrimethylsilane (and) stearyl alcohol, Farnesol, Acrylates/C10-30 alkyl acrylate crosspolymer, Sodium hydroxide, Citric acid

**適應症:** 適合敏感皮膚使用

**建議劑量:** 每天及需要時使用

**包裝:** 每支85g

**製造商:** 高德美大藥廠

**批發商:** 美國森美有限公司

**娥羅納英H軟膏 NP**  
Oronine H Ointment

**成分:** 20%洗必泰葡萄糖酸脂溶液 (10mg)、月桂醇、聚山梨酸脂80、硫酸鋁鉀、聚乙二醇、甘油、橄欖油、硬脂醇、白蠟、礦油、硬油酸甘油(自我乳化種類)、香料、淨化水等。

**適應症:** 粉刺、疹子、輕度火傷、皮膚破裂(皸疥)、凍瘡、輕度刀傷、乾性香港腳、癬

**建議劑量:** 成人、長者、小童: 每日塗擦患部二、三次, 直至白色藥膏看不見。

**禁忌症:** 濕疹(包括患處潰瘍及皮疹)、蟲咬

**注意事項:**

- 請蓋緊瓶蓋並貯存於陰涼處, 避免陽光直射。
- 以下人士在使用前, 應查詢醫生或藥劑師意見: (1) 正在接受治療人士 (2) 對藥物、化妝品敏感、或其

家人有此等過敏性的人士 (3)曾經對藥物、化妝品出現過敏反應人士 (如皮疹、紅腫、痕癢、刺激性皮膚等) (4) 患處面積較大的人士 (5) 傷口嚴重流膿或有開放性潰瘍人士 (6) 嚴重受傷或燒傷人士

- 如出現以下情況，請立即停用娥羅納英H軟膏，諮詢醫生或藥劑師，並攜同說明書作參考：(1) 使用後出現過敏癢狀如皮膚發疹、紅腫、痕癢、乾燥、龜裂等。(2) 使用5-6天後情況未見改善。
- 請勿讓小朋友接觸。
- 為免被誤用及確保產品質素，請勿盛放娥羅納英H軟膏於其他容器。
- 請勿使用過期產品(有效日期見包裝及標籤)。

**包裝：**每支10g，每瓶30g或100g

**製造商：**大塚製藥工廠株式會社 Otsuka Pharmaceutical Factory Inc.

**批發商：**裕利醫藥有限公司

# 發燒及痛症 | Fever and Pains

市面上常見的退燒止痛藥主要含有撲熱息痛(Paracetamol/Acetaminophen)及非類固醇消炎藥(Non-steroidal anti-inflammatory drugs, NSAIDs), 如阿士匹靈(Aspirin)及布洛芬(Ibuprofen)。這些藥物經常用於頭痛、牙痛、經痛、肌肉及關節痛症等。

撲熱息痛是目前較常用及較安全的退燒止痛藥, 但無消炎作用。此藥適合兒童、孕婦及老年人使用。由於不刺激胃部, 撲熱息痛亦適用於胃潰瘍患者。撲熱息痛甚少引致副作用或過敏反應, 但服食過量會引致肝臟功能衰竭。成人每日最高劑量為4g, 小童則須視乎年齡及體重而定。如發現服用過量撲熱息痛, 應立刻到醫院求診。撲熱息痛有多種劑型, 包括藥片、膠囊、藥水及塞劑。

和撲熱息痛比較, 阿士匹靈和布洛芬皆有消炎功效。其中布洛芬有較強止痛功效, 並需在藥劑師監督下方可出售。阿士匹靈及布洛芬均可能刺激胃部, 故此胃潰瘍患者不宜使用; 另外患有鼻敏感、支氣管收縮及過敏反

應的人士亦應避免服用含有阿士匹靈或非類固醇消炎藥的藥物。而由於阿士匹靈有減慢止血功能, 故此不適用於牙科手術後的止痛及患有血友病的人士。另外, 非經醫生指示, 不可讓12歲以下患有流行性感冒或出水痘的嬰兒及兒童服用阿士匹靈, 因為會增加患上雷爾氏綜合症(Reye's Syndrome)的機會; 授乳婦女亦應避免服食阿士匹靈。

市面上一些止痛藥配方中含有咖啡因(Caffeine), 一般認為有助增強撲熱息痛及阿士匹靈的止痛功效並有提神的作用, 然而亦有可能增加胃酸分泌。

## 用藥須知

上述止痛藥並不能用於舒緩胃痛。

市面上很多感冒藥及止痛藥產品都含有撲熱息痛, 當服用多於一種前述的藥品時, 應留意標籤上所列明的主要成分, 避免重複服用撲熱息痛引致服食過量。如有疑難, 應向藥劑師查詢。

### 痛熱適止痛退熱滴劑(嬰兒配方) Biogesic Drops 100 mg Orange

NP

### 痛熱適止痛退熱片 Biogesic Tablets

NP

### 痛熱適小兒止痛退熱水 Biogesic Tasterite 120 mg (Orange/Strawberry)

NP

**成分:** Each mL of Biogesic suspension contains Paracetamol 100mg  
**適應症:** 頭痛, 牙痛, 發燒及各種痛症, 不含阿士匹靈及咖啡因, 迅速退熱, 幼兒配方專利技術, 無苦無澀  
**建議劑量:**

- 口服、每4小時1次, 每日最多服4次
- 1-3個月: 0.6 - 0.8 mL
- 4-6個月: 0.8 - 1 mL
- 7-12個月: 1 - 1.2 mL
- 1-2歲: 1.2 - 1.6 mL
- 或依醫生處方

#### 注意事項:

- 餐後服用
- 不適當使用此藥可引致肝中毒及肝臟嚴重損傷。切勿服食超過指定劑量
- 非經醫護人員指示, 不可同時服用其他含撲熱息痛的藥物

**包裝:** 每瓶15毫升

**製造商:** United Laboratories, Inc.

**批發商:** UNAM CORPORATION, LIMITED 耀南洋行

**成分:** Each tablet contains Paracetamol 500mg  
**適應症:** 頭痛, 牙痛, 發燒及各種痛症, 不含阿士匹靈及咖啡因  
**建議劑量:**

- 成人: 口服, 每日3至4次, 每次1至2片
- 小童: 口服, 每日3至4次, 每次半片至1片
- 或遵照醫生之處方服用

#### 注意事項:

- 餐後/用餐期間服用
- 懷孕期間小心服用
- 不適當使用此藥可引致肝中毒及肝臟嚴重損傷。切勿服食超過指定劑量
- 非經醫護人員指示, 不可同時服用其他含撲熱息痛的藥物
- 儲存環境: 請儲存於30°C或以下及兒童接觸不到的地方

**包裝:** 每盒20粒或500粒

**製造商:** United Laboratories, Inc.

**批發商:** UNAM CORPORATION, LIMITED 耀南洋行

**成分:** Each 5 mL (1 teaspoon) of Biogesic suspension contains Paracetamol 120mg

**適應症:** 頭痛, 牙痛, 發燒及各種痛症, 不含阿士匹靈及咖啡因, 迅速退熱, 幼兒配方專利技術, 無苦無澀  
**建議劑量:**

- 口服、每4小時1次, 每日最多服5次
- 1-2歲: 5 mL
- 3-6歲: 5 - 10 mL
- 7-12歲: 10 - 15 mL
- 12歲以上: 15 - 20 mL
- 或依醫生處方

#### 注意事項:

- 餐後服用
- 不適當使用此藥可引致肝中毒及肝臟嚴重損傷。切勿服食超過指定劑量
- 非經醫護人員指示, 不可同時服用其他含撲熱息痛的藥物
- 儲存環境: 請儲存於30°C或以下及兒童接觸不到的地方

**包裝:** 每瓶60毫升

**製造商:** United Laboratories, Inc.  
**批發商:** UNAM CORPORATION, LIMITED 耀南洋行

**痛熱通小兒止痛退熱水** NP  
**Biogesic Tasterite 250 mg (Orange/Strawberry)**

**成分:** Each 5 mL (1 teaspoon) of Biogesic suspension contains Paracetamol 250mg  
**適應症:** 頭痛, 牙痛, 發燒及各種痛症, 不含阿士匹靈及咖啡因, 迅速退熱, 幼兒配方專利技術, 無苦無澀  
**建議劑量:**

- 口服、每4小時1次, 每日最多服5次
- 1-2歲: 2.5 mL
- 3-6歲: 2.5 - 5 mL
- 7-12歲: 5 - 7.5 mL
- 12歲以上: 10 mL
- 或依醫生處方

**注意事項:**

- 餐後服用
- 不適當使用此藥可引致肝中毒及肝臟嚴重損傷。切勿服食超過指定劑量
- 非經醫護人員指示, 不可同時服用其他會撲熱息痛的藥物
- 儲存環境: 請儲存於30°C或以下及兒童接觸不到的地方

**包裝:** 每瓶60毫升

**製造商:** United Laboratories, Inc.  
**批發商:** UNAM CORPORATION, LIMITED 耀南洋行

**必理痛 (Optizorb® 配方)** NP  
**Panadol Caplets (With Optizorb®)**

**成分:** 500mg撲熱息痛 (Paracetamol/Acetaminophen)

**適應症:** 紓緩下列各種痛症及身體不適: 頭痛、身體痛楚、肌肉酸痛、傷風與感冒引起的痛楚、經痛、牙痛、喉嚨痛

**建議劑量:**

- 12歲或以上成人: 每次服1-2粒, 每隔4小時服一次, 24小時內服用不超過8粒
- 不建議服用12歲以下小童服用

**副作用:** 長期服用撲熱息痛及抗凝血藥(如 Warfarin 及其他 Coumarins) 可能會增加流血機會

**禁忌症:** 不應同時服用其他會撲熱息痛的藥物

**注意事項:**

- 懷孕期間小心服用
  - 儲存環境: 保存於30°C以下
- 包裝:** 每盒20、150或1000粒  
**製造商:** 葛蘭素史克有限公司

**必理痛兒童** NP  
**Panadol Children Caplets**

**成分:** 每粒含有乙醯氨基酚(Acetaminophen)120mg

**適應症:** 迅速有效地退燒。迅速紓緩因傷風感冒、出牙期間、疫苗注射和一般兒童患病引起的發熱及各種痛症

**建議劑量:** 2歲或以上兒童服用劑量是按兒童本身的體重而計算的: 每次10-15mg/kg(乙醯氨基酚(Acetaminophen)/體重), 即每一公斤體重每次需服用10至15mg乙醯氨基酚(Acetaminophen)

**副作用:** 長期服用撲熱息痛及抗凝血藥(如 Warfarin 及其他 Coumarins) 可能會增加流血機會

**禁忌症:** 不應同時服用其他會撲熱息痛的藥物

**注意事項:** 儲存環境: 保存於30°C以下

**包裝:** 每盒24粒

**製造商:** 葛蘭素史克有限公司

**必理痛關節痛** NP  
**Panadol Joint**

**成分:** 665mg 撲熱息痛 (Paracetamol / Acetaminophen)

**適應症:** 能紓緩各種關節痛症

**建議劑量:**

- 12歲或以上成人: 每次服1-2粒, 每隔6-8小時服一次, 24小時內服用不超過6粒
- 不建議服用12歲以下小童服用

**副作用:** 長期服用撲熱息痛及抗凝血藥(如 Warfarin 及其他 Coumarins) 可能會增加流血機會

**禁忌症:** 不應同時服用其他會撲熱息痛的藥物

**注意事項:** 儲存環境: 保存於25°C以下

**包裝:** 每盒12粒

**製造商:** 葛蘭素史克有限公司

**必理痛特效Advance** NP  
**Panadol Extra Advance Caplets**

**成分:** Acetaminophen 撲熱息痛 (Paracetamol) 500mg, Caffeine 咖啡因 65mg

**適應症:** 紓緩下列各種痛症及身體不適: 頭痛, 身體痛楚, 肌肉酸痛, 傷風與感冒引致的身體痛楚, 經痛, 牙痛, 喉嚨痛

**建議劑量:**

- 12歲或以上成人: 每次服1-2粒, 每隔4小時服一次, 24小時內服用不超過8粒
- 不建議服用12歲以下小童服用

**副作用:** 長期服用撲熱息痛及抗凝血藥(如 Warfarin 及其他 Coumarins) 可能會增加流血機會

**禁忌症:**

- 服用此藥期間應避免飲用過量含咖啡因的飲品, 如咖啡或茶
- 不應同時服用其他會撲熱息痛的藥物

**注意事項:**

- 懷孕期間小心服用
- 儲存環境: 保存於30°C以下

**包裝:** 每盒10、20或30粒

**製造商:** 葛蘭素史克有限公司

**安客諾液態膠囊** P1  
**Advil Liquid Capsules 200mg**

**成分:** 布洛芬(Ibuprofen)200mg

**適應症:** 有助紓緩頭痛、背痛、肌肉痛、經痛、牙痛、喉痛、因傷風感冒或發燒所引起的痛楚及不適

**建議劑量:**

- 以清水吞服1-2粒, 請服用1粒以紓緩輕微的疼痛; 服用2粒以紓緩劇烈的疼痛; 需要時隔4-6小時服1次
- 切勿於24小時內服用多於6粒, 採用最少的劑量、最短的療程, 可減少副作用

**副作用:** 粒細胞缺乏症, 貧血症, 再生障礙性貧血症, 溶血性貧血症, 白細胞減少症, 血小板減少症, 心力衰竭, 心肌梗塞, 心絞痛, 耳鳴, 眩暈, 視力模糊, 上腹部疼痛/鼓脹, 克羅恩氏病, 腸胃炎, 便秘, 腹瀉, 消化不良, 腸胃氣脹, 胃炎, 胃腸道出血, 胃腸道穿孔, 胃腸道潰瘍, 嘔血, 黑便, 口腔潰瘍, 噁心, 嘔吐, 水腫, 肝腫, 血管神經性水腫, 肝臟疾病, 肝功能異常, 肝炎, 黃疸, 過敏反應, 過敏性反應, 非菌性腦膜炎, 腦膜炎, 紅細胞壓積下降/血紅蛋白, 頭暈, 頭痛, 腦中風, 神經過敏, 血尿, 間質性腎炎, 腎功能衰竭, 腎病綜合症, 蛋白尿, 腎乳頭壞死, 哮喘, 支氣管痙攣, 呼吸困難, 喘鳴, 血管神經性水腫, 大腸性皮炎, 中毒性表皮壞死脫層症, 多形性紅斑, 面部水腫, 皮疹, 斑丘疹, 瘙癢, 紫斑病, 史蒂芬斯-強森症侯都, 蕁麻疹, 高血壓

**禁忌症:**

- 對布洛芬、阿士匹靈或其他消炎藥過敏, 止痛藥/退燒
- 12歲以下兒童, 現有或曾經患有胃潰瘍/出血性疾, 腎功能受損或心臟衰竭, 懷孕期間最後3個月, 嚴重心臟衰竭, 因冠狀動脈繞道手術前/後引起的痛楚, 與非類固醇類消炎藥物治療有關的胃腸道出血/穿孔病史

**注意事項:**

- 懷孕期間不可服用
- 如有以下情況, 應停止使用本產品: 發生過敏反應, 包括皮膚發紅、皮疹或水泡; 疼痛或發燒
- 問題更嚴重或持續超過數天; 嘔血或黑便發生; 哮喘、心臟疾病、肝硬、高血壓或腎臟疾病

- 長期使用可能增加心臟發作或中風的風險
- 以下人士，於使用本產品時應特別留意：懷孕期間頭6個月、授乳期婦女、65歲以上人士及兒童、肝硬化、高血壓或腎臟疾病
- 長期使用可能增加心臟發作或中風的風險
- 請勿超過建議服用劑量

**包裝：**每盒20粒

**製造商：**Catalent Australia Pty. Ltd.

**批發商：**Zuellig Pharma

# 肌肉痛症 | Muscle Pains

肌肉疼痛最主要的原因是過分操勞或運動所引致的扭傷、拉傷或其他肌肉骨骼問題。市面上的止痛劑可以暫時舒緩疼痛，但不能加快扭傷及拉傷痊癒。

止痛劑有外用及內用兩種，而外用也分為兩種：非類固醇消炎藥(NSAIDs)及抗刺激劑(Counterirritants)。

## 外用止痛劑

外用非類固醇消炎藥包括Piroxicam、Diclofenac sodium、布洛芬(Ibuprofen)及Ketoprofen等，主要用作運動受傷、扭傷及拉傷之用，有些更添加了酒精凝膠(Alcohol gel)以提供冰涼效果。使用抗刺激劑按摩患處，可用於運動扭傷、拉傷、撞瘀及其他因錯誤姿勢或長期壓力而引致的肌肉拉傷。其

中水楊酸甲酯(Methyl salicylate)及薄荷醇(Menthol)有冰涼作用，可使患處有和緩感覺，從而減少痛感。外用止痛劑較內用止痛藥的副作用少。然而，長期或過量使用抗刺激劑會引起過敏，故此不可長期使用。它們不適於有傷口的皮膚上使用。為免引起過敏或藥物被吸收入體內後引致的副作用，不可在已塗上抗刺激劑的患處上用發熱物品(如熱墊及熱水袋等)。

## 內用止痛藥

內用止痛藥如阿士匹靈(Aspirin)、撲熱息痛(Paracetamol)及布洛芬也可用作舒緩肌肉疼痛，詳情請參閱本指南「發燒與痛症」部份。病人患處如疼痛超過2星期，或者有泛發性肌肉疼痛(Generalized muscle pain)，應立即向醫生求診。

### 必理痛滲透止痛貼(肩頸適用)

Panadol Pain Relief Patch (For Neck & Shoulder)

**成分：**樟腦(Camphor) 0.5% w/w，水楊酸乙二醇酯(Glycol salicylate) 1.5% w/w，及薄荷醇(Menthol) 1.0% w/w及維他命E(α-Tocopherol acetate, Vit E) 0.3% w/w

**適應症：**有效舒緩肩頸肌肉及關節疼痛，即時清涼，持久滲透

**建議劑量：**成人12歲或以上：每天可換貼最多3次，依患部情況增加或減少劑量

**禁忌症：**對Acetylsalicylic acid或其他非類固醇類抗炎藥有過敏反應者禁用本藥

#### 注意事項：

- 懷孕期間小心使用
- 儲存環境：保存於30°C以下

**包裝：**8片裝

**製造商：**Teh Seng Pharmaceutical

Mfg. Co. Ltd

**批發商：**葛蘭素史克有限公司

### 嶺南正白樹油

Ling Nam Pak Shu Oil

**成分：**冬青油 69.4%，白樟油 20.2%，其他 10.4%

**適應症：**止痛消炎，頭暈頭痛，湯火燙傷

**建議劑量：**成人：每次搽3至4滴於患

處，每日搽不可超過3、4次

#### 禁忌症：

- 患有感冒、水痘或發燒病的兒童避免使用含有水楊酸甲酯的產品
- 如對水楊酸有過敏反應者，使用本品前請諮詢中醫師或醫生意見

#### 注意事項：

- 外用忌食
- 切勿觸及口腔及眼睛
- 請放置於兒童不能取得之地方
- 若皮膚有敏感反應者，請立即停止使用

- 請存放於陰涼處
- 使用後將蓋蓋好

**包裝：**每瓶30mL

**製造商：**嶺南藥廠(香港)有限公司

### 嶺南正紅花油

Ling Nam Hung Far Oil

**成分：**冬青油 66.1%，松節油 24%，肉桂油 4.9%，桂葉油 2.0%，其他 3.0%

**適應症：**行血散瘀，止痛，驅風，消炎散腫，抽筋麻痺，肌肉酸痛，挫傷扭傷

**建議劑量：**成人：用適量本品塗擦於患處

#### 禁忌症：

- 患有感冒、水痘或發燒病的兒童避免使用含有水楊酸甲酯的產品
- 如對水楊酸有過敏反應者，使用本品前請諮詢中醫師或醫生意見

#### 注意事項：

- 外用忌食
- 2歲以下小兒及孕婦忌用
- 不可被小兒取得
- 如皮膚有過敏反應者，請即停止使用

- 請儲存在密閉置涼暗處

**包裝：**每瓶30mL或60mL

**製造商：**嶺南藥廠(香港)有限公司

### 嶺南萬應止痛膏

Ling Nam Ultra Balm

**成分：**冬青油 23.2%，薄荷素油 15.3%，桉油 12.5%，白樟油 12.5%，白凡士林 8.4%，羊毛脂 2.8%，其他 25.3%

**適應症：**提神醒腦，舒筋活絡，止痛止癢，驅風，消炎散腫，蚊叮蟲咬，肌肉疲勞，肌肉酸痛，挫傷扭傷，舟車暈浪，湯火燙傷

**建議劑量：**成人：治諸傷痛，先將痛處以溫水洗淨抹乾，以少許本品擦於患處

#### 禁忌症：

- 患有感冒、水痘或發燒病的兒童避免使用含有水楊酸甲酯的產品
- 如對水楊酸有過敏反應者，使用本品前請諮詢中醫師或醫生意見

#### 注意事項：

- 外用塗劑，不可口服
- 切勿觸及口腔及眼睛
- 如皮膚有過敏反應，請即停止使用

- 兩歲以下小兒及孕婦忌用
- 勿放置兒童可取得處
- 請儲存於密閉陰涼處

**包裝：**每瓶5mL, 20mL或70mL

**製造商：**嶺南藥廠(香港)有限公司

### 嶺南萬應荳蔻膏

Ling Nam Nutmeg Balm

NP

**成分：**冬青油 44.1%，荳蔻油 19.9%，桉油 6.3%，白凡士林 8.4%，羊毛脂 2.8%，其他 18.5%

**適應症：**止痛消炎，驅風，婦女經痛，小兒肚痛，肌肉疲勞，肌肉酸痛，舟車暈浪

**建議劑量：**成人：塗擦少許於患處，輕輕按摩。如婦女經痛可輕擦於腹部至暖

**禁忌症：**

- 患有感冒、水痘或發燒病的兒童避免使用含有水楊酸甲酯的產品
- 如對水楊酸有過敏反應者，使用本品前請諮詢中醫師或醫生意見

**注意事項：**

- 本品為外用搽藥，忌食
- 切勿觸及口腔及眼睛
- 請勿放置於兒童不能取得之地方
- 若皮膚有敏感反應者，請立即停止使用
- 請存放於陰涼處，使用後將蓋蓋好

**包裝：**每瓶5mL, 20mL或70mL

**製造商：**嶺南藥廠(香港)有限公司

### 嶺南黑鬼油

Ling Nam Hak Kwai Oil

NP

**成分：**松節油 66.4%，冬青油 29.0%，香茅油 1.0%，其他 3.6%

**適應症：**活血生肌，止痛，消炎散腫，瘡科爛肉，手腳筋痛，跌打損傷，關節痛症

**建議劑量：**成人：用適量本品塗擦於患處

**禁忌症：**

- 患有感冒、水痘或發燒病的兒童避免使用含有水楊酸甲酯的產品
- 如對水楊酸有過敏反應者，使用本品前請諮詢中醫師或醫生意見

**注意事項：**

- 2歲以下小兒及孕婦忌用
- 不可被小兒取得
- 如皮膚有過敏反應者，請即停止使用
- 請儲存於密閉置涼暗處

**包裝：**每瓶30mL或60mL

**製造商：**嶺南藥廠(香港)有限公司

### 茂隆萬應荊朮油

Mau Lung Minjak Gosok Oil

NP

**成分：**椰子油 49.4%，松節油 29.3%，香茅油 15.0%，其他 6.3%

**適應症：**止血止癢止痛，消炎散腫，傷痛流血，湯火燙傷，疥癩瘡癬，蚊叮蟲咬，筋骨酸痛

**建議劑量：**成人：用適量本品塗擦

**患處**

**注意事項：**

- 外用忌食
- 切勿觸及口腔及眼睛
- 用後皮膚敏感者請停止使用
- 不得放置兒童可取得處
- 請保存於密閉涼暗處
- 若存放於溫度10°C以下之地方會產生沉澱或凝固現象，將產品置於溫暖處即可復原狀

**包裝：**每瓶10mL或40mL

**製造商：**嶺南藥廠(香港)有限公司





滲出溫馨  
透出關懷



# 嶺南萬應止痛膏

信心保證  
澳洲GMP廠房製造



各大藥房藥行 華潤堂、北京同仁堂門市、裕華、莎莎、卓悅、卡萊美、東方紅、萬寧及屈臣氏有售



嶺南藥廠(香港)有限公司

總店: 香港九龍上海街467號

查詢電話: 2771 7986

電郵: [lingnam@ling-nam.com](mailto:lingnam@ling-nam.com) 網址: [www.lingnam.com.hk](http://www.lingnam.com.hk)

## 婦女衛生 | Women's Health

女性的陰道中有數以百萬計的益菌，這些益菌可幫助陰道維持pH3.5至5之間的环境，抑制一般病菌生長，從而對陰道產生天然保護作用。

婦女疾病有很多種，其中陰道炎是一種較常見的婦科疾病，當中亦分為不同種類：

### 念珠菌(*Candida*)

念珠菌感染的陰道炎通常與婦女常服口服避孕藥或廣譜抗生素有關。其他相關因素包括月經、懷孕及糖尿病。陰道中的pH值會因荷爾蒙分泌影響而提高至pH5至6之間，使病菌能在適合的環境中繁殖。主要病癥包括：外陰感到非常痕癢；陰道會分泌黃白、呈乳酪狀的分泌物；患者陰道可能有赤痛感覺。治療念珠菌感染的陰道炎可使用含Clotrimazole及Miconazole等的陰道塞劑，而此類藥物必須在藥劑師監管下方可售賣。

### 滴蟲(*Trichomonas*)

滴蟲引致的陰道炎是經由性接觸傳染。陰道分泌量多而呈泡沫狀，顏色由正常的透明變成綠色或黃綠色，而且會有小便困難的問題，外陰會有痕癢、灼熱、腫痛的感覺。

### 加德納菌(*Gardnerella vaginalis*)

受加德納菌感染的陰道炎，可經由性接觸或使用宮內避孕器傳染。陰道分泌物帶非常強烈異味。

### 衣原體(*Chlamydia trachomatis*)

衣原體引致的陰道炎，可經由性接觸傳染，一般不會感到任何症狀。

### 注意事項

- 患有陰道炎的婦女不應自行購買藥物，以免延誤病情，必須經醫生診斷屬哪一類陰道炎；
- 市面上的婦女清潔劑很多含有Triclosan及Povidone-iodine，只有一般消毒效能，不能用作治療陰道炎；
- 女性應經常保持陰戶清潔乾爽。以肥皂或視液和清水洗滌陰戶可達到保持清潔的效果，但應切記選用不會引起皮膚敏感的肥皂或視液，盡量選用pH值3.5至5之間的潔膚液，以加強抗菌能力，減低陰道炎發生的機會。

## 口服避孕藥 | Oral Contraceptives

口服避孕藥是最有效和最方便的避孕方法，如正確服用的話，避孕有效率達98%以上。一般非處方的口服避孕藥含兩種成分：雌激素(Estrogens)和黃體素(Progesterones)，主要作用為抑制腦下垂體分泌促性腺激素，阻止由其激發的排卵活動。

口服避孕藥除了避孕用途外，亦有其他好處：

- 穩定情緒；
- 減低缺乏鐵質引起貧血的機會；
- 減少痛經；
- 預防子宮內膜及卵巢癌。

口服避孕藥使用方便，適合大部分女士使用。但有以下疾病者不能服用：

- 血管栓塞、冠狀動脈心臟病、腦溢血或有中風病史；
- 35歲以上有吸煙習慣、高血脂或患肥胖症的婦女；
- 陰道原因不明下出血；
- 乳癌或子宮癌；
- 肝腫瘤或肝功能疲弱；
- 懷孕。

### 初次服食者的注意事項

- 初次服食避孕藥的女士應先向醫生或藥劑師查詢是否適合服食避孕藥。醫生或藥劑師亦可協助選擇合適的避孕藥及為初次服食的女士提供協助及藥物輔導；
- 初次服食者須注意服食第1粒避孕藥的時間，一般在來經第5天開始服食，但亦有在來經第1天開始服食，服用者須留意該款避孕藥的服用指示。然後每天定時服食一粒。如果使用28片裝避孕藥的話，應

連續服用28天，不需停服；而使用21片裝避孕藥，則連續服用21天後停止服藥7天，待來經(即7天)後再開始新的避孕藥療程；

- 因口服避孕藥必須每天服用才可有效發揮避孕效果，因此使用者必須注意每天定時服藥，如有忘記服藥的情況，則要按時限決定補救方法：
  - 如忘記服藥不超過12小時，應立即補服，然後依回原本時間服藥；
  - 如忘記服藥超過12小時，避孕藥則不能保證能有效避孕，使用者必須同時使用其他避孕方法(如使用安全套)，並繼續按原定時間服用餘下的避孕藥，直至來經；
- 很多藥物，例如大部分的抗生素和抗癲癇藥都會令避孕藥失效，如須同時使用這些藥物和口服避孕藥者，應詢問藥劑師或醫生如何採取適當措施，以避免因避孕藥失效而引致的意外懷孕。

### 常見副作用

避孕藥一般副作用為噁心、乳房腫脹、頭痛、體重增加或情緒低落等，嚴重副作用可出現嚴重的痛症，如出現此情況，須立刻停止服食及向醫生求診。

### 用藥須知

- **嘔吐**  
如果服用藥片後3-4小時內發生嘔吐，避孕藥可能未被完全吸收，這種情況相當於漏服，應遵循關於漏服的建議。
- **出現意外出血**  
服用所有避孕藥的最初數月，月經週期的期間均可能出現無規律陰道出血(點滴

出血或短暫出血)，可能須要使用衛生護理用品，但應繼續照常服藥。身體一旦適應避孕藥後(一般約3個服藥週期後)，無規律陰道出血現象通常會停止。如果繼續出血、出血量增加或再次出血，須向醫生求診。

• 一次月經未如期出現

如果所有藥片均按時服用，並無嘔吐或使用其他藥物，則懷孕的可能性不大，可繼續照常服用。如連續兩次未如期行經，則可能已經懷孕，應立即告知醫生，經醫生檢查證實並未受孕後，方可開始服用下一盒。

## 眼部問題 | Eye Problems

眼部不適一般有以下常見的類別：

### 眼乾(Dry eye)

大多是由於淚腺分泌不足所致，於老人家尤其常見。患者眨眼時會感到困難。人造淚水可有助減輕眼乾所引起的不適。

### 結膜炎(Conjunctivitis)

指保護眼球前部的薄膜發炎，此病可由細菌或病毒感染引起，亦可因敏感或受化學物品的刺激所引致。治療方法需依病因而定。

#### • 敏感性結膜炎(Allergic conjunctivitis)

如接觸花粉後引致的敏感反應，患者通常會有眼睛痕癢、流眼水、眼睛腫脹及有異物感等病癢，同時亦有其他敏感症狀如流鼻水、打噴嚏等。患者應盡量避免接觸引起敏感反應的物品(如花粉)，用冷濕按敷或使用人造淚水可助減輕病癢，另外亦可使用含抗組織胺藥(Antihistamines)如Antazoline與Pyrilamine或抗充血藥(Decongestants)如Naphazoline與Tetrahydrozoline的眼藥，以收縮眼球血管充血。

#### • 細菌性結膜炎(Bacterial conjunctivitis)

除有眼球發紅、刺癢、眼瞼腫脹等病癢外，通常會有較黏的分物流出，令患者於早晨時有「眼膠」的感覺，必須向醫生求診。治療方法通常都會使用含抗生素的眼藥。

#### • 病毒性結膜炎(Viral conjunctivitis)

可分為疱疹類(Herpetic)及非疱疹類(Non-herpetic)，病癢與細菌性結膜炎相似，但眼部分泌物則相對較稀。患者必須向醫生求診，不應自行用藥，因疱疹類結膜炎有機會傷害視力。

#### • 刺激性紅眼(Irritative conjunctivitis)

可以由不同化學物品所導致，例如泳池水中的氯氣或殺蟲水等。如接觸到刺激物品，應立即用清水沖洗眼睛，並求醫診治。

### 眼瞼炎(Blepharitis)

症狀有眼瞼緣紅腫、痕癢、有黏性的厚皮。可用生理鹽水敷洗，以去除硬皮屑。如情況未有改善，應向醫生求診，並使用由醫生處方的抗生素或類固醇眼藥。

### 瞼腺炎(Stye)

俗稱「眼挑針」，是眼睫毛根部腺體的炎症，在眼皮邊緣附近的部分發紅、發腫、疼痛及化膿。患者可使用溫濕按敷及使用由醫生處方的含抗生素眼藥膏。

### 注意事項

- 一般市面上的眼部產品只適用於眼睛輕輕不適，例如眼乾、痕癢、流眼水等情況；
- 有痛楚、畏光、視力改變、角膜邊緣發紅、瞳孔異常、受到創傷及有大量分泌物流出等情況出現時，可能是較嚴重的眼部疾病的病癢，可能會影響視力，應盡快向醫生求診；
- 配戴隱形眼鏡的人士，在使用任何眼部產品時，應留意產品是否適用於配戴隱形眼鏡時使用，否則必須暫停配戴隱形眼鏡(尤其軟鏡)數天，以免對眼睛及鏡片造成傷害，直至痊癒後方可繼續配戴。另外，隱形眼鏡清潔液中某些成分可能會引起眼部不適；
- 所有眼部不適的情況如持續超過48小時而未有改善或轉壞時，應該盡快轉介醫生診治；
- 開啟過的眼部藥物，1個月後必須棄掉，不可繼續使用；
- 不要使用他人用過的眼部用品；
- 如有眼藥水及藥膏一同使用，應先滴眼藥水，待5-10分鐘後才搽眼藥膏；
- 在使用眼藥時，切勿讓眼藥水或藥膏的開口接觸到眼睛或眼蓋，以免污染眼藥水或藥膏的開口。用藥後必須立即蓋好眼藥水/膏。

**卡他靈眼藥水****Catalin Ophthalmic Solution**

NP

**成分：**One tablet contains Pirenoxine 0.75mg. Solvent: Solvent is isotonic, buffered solution containing 0.02% methylparaben and 0.01% propylparaben as preservatives

**適應症：**老年性白內障

**建議劑量：**成人：將片劑放入15毫升之溶液中，當片劑完全溶解後，即變成黃色透明眼液，每日滴眼3-5次，每次1-2滴

**注意事項：**片劑溶解後，宜放於陰涼處，避免陽光直射

**包裝：**每樽溶劑15mL，片劑1片

**製造商：**Senju Pharmaceutical Co., Ltd

**代理商：**Zuellig Pharma Limited

**衛視美® GEL 持久滋潤配方 (不含防腐劑)**

NP

**VISMED® GEL Lubricant Eye Drops**

**成分：**Sodium hyaluronate 0.3%, Sodium chloride, Potassium chloride, Disodium phosphate, Sodium citrate, Magnesium chloride, Calcium chloride

**適應症：**持久滋潤眼液，適用於因塵埃、煙霧、乾燥、空調、長時間凝望電腦螢幕、配戴隱形眼鏡(硬鏡或軟鏡)或眼科檢查所引起的眼睛乾澀、灼熱及眼肌疲勞和其他輕微不適而無任何病癥

**建議劑量：**可按需要每次1-2滴

**禁忌症：**對產品內任何成分出現過敏反應

**注意事項：**

- 開啟後切勿觸及容器頂端，亦不要將容器頂端接觸眼睛，否則使用後應立即棄掉容器。請蓋合使用後的容器
- 由於衛視美® GEL不含防腐劑，應在開啓後12小時內用完。若容器已損壞，便不應使用
- 存放於2-25°C，不要使用過期的衛視美®GEL (有效期標示見容器和外盒)
- 如使用衛視美® GEL後眼睛仍然感到不適，應諮詢醫生意見
- 勿讓兒童接觸到

**包裝：**每盒20支，每支0.45mL

**製造商：**TRB Chemedica AG

**代理商：**Jacobson Medical (Hong Kong) Limited

**衛視美® 滋潤眼藥水 (不含防腐劑)**

NP

**VISMED® Lubricant Eye Drops**

**成分：**Sodium hyaluronate 0.18%, Sodium chloride, Potassium chloride, Disodium phosphate, Sodium citrate, Magnesium chloride, Calcium

chloride

**適應症：**雙眼感到乾澀，發熱及眼肌疲勞和其他輕微不適而無任何病癥，例如因塵埃、煙霧、乾燥、空調、風、寒冷、長時間凝望電腦螢幕或配戴隱形眼鏡(硬鏡或軟鏡)

**建議劑量：**可按需要每次1-2滴

**禁忌症：**對產品內任何成分出現過敏反應

**注意事項：**

- 開啟後切勿觸及容器頂端，亦不要將容器頂端接觸眼睛，否則使用後應立即棄掉容器。請蓋合使用後的容器
- 由於衛視美®不含防腐劑，應在開啓後12小時內用完。若容器已損壞，便不應使用
- 存放於2-25°C，不要使用過期的衛視美® (有效期標示見容器和外盒)
- 如使用衛視美®後眼睛仍然感到不適，應諮詢醫生意見
- 勿讓兒童接觸到

**包裝：**每盒20支，每支0.3mL

**製造商：**TRB Chemedica AG

**代理商：**Jacobson Medical (Hong Kong) Limited

**衛視美® MULTI 滋潤眼藥水 (不含防腐劑)**

NP

**VISMED® MULTI Lubricant Eye Drops**

**成分：**Sodium hyaluronate 0.18%, Sodium chloride, Potassium chloride, Disodium phosphate, Sodium citrate, Magnesium chloride, Calcium chloride

**適應症：**雙眼感到乾澀、發熱及眼肌疲勞和其他輕微不適而無任何病癥，例如因塵埃、煙霧、乾燥、空調、風、寒冷、長時間凝望電腦螢幕或配戴隱形眼鏡(硬鏡或軟鏡)

**建議劑量：**可按需要每次1-2滴

**禁忌症：**對產品內任何成分出現過敏反應

**注意事項：**

- 切勿觸及已開封的樽咀，亦不要讓眼睛表面接觸到樽咀。使用後應蓋回樽蓋。若容器樽已損壞，便不應使用
- 衛視美®MULTI開封後可使用達至3個月。開封後3個月未用完的溶液必須棄掉。否則，不再保證溶液無菌和可能有相關感染的風險
- 存放於2-25°C，不要使用過期的衛視美®MULTI(有效期標示見容器樽和外盒)
- 如使用衛視美®MULTI後眼睛仍然感到不適，應諮詢醫生意見
- 勿讓兒童接觸到

**包裝：**每支10mL

**製造商：**TRB Chemedica AG

**代理商：**Jacobson Medical (Hong Kong) Limited

吸煙有損個人健康，由於香煙的成分包括尼古丁、焦油、一氧化碳及其他有害的有機化合物，因此吸煙可引致身體不同系統及器官的疾病，其禍害超乎想像。

由於香煙中的尼古丁是令吸煙人士成癮的主要成因，因此當吸煙人士倚靠意志力進行戒煙時，在戒煙初期可能會出現脫癮癱狀，其中包括心跳減慢、精神難以集中、失眠、焦慮、不耐煩、食慾增加、體重上升、暴躁、沮喪或憤怒等，同時戒煙者心理上會出現對尼古丁的渴求，而這些原因往往會令戒煙者放棄戒煙。

使用尼古丁補充療法可以防止脫癮症狀出現，幫助吸煙人士戒除煙癮。在療程初期，戒煙者須使用適當劑量的尼古丁，其後劑量逐漸遞減，直至完全停止使用。由於尼古丁補充劑取代了香煙內的尼古丁，滿足了戒煙者對尼古丁的渴求，因此能舒緩戒煙時所引起的脫癮症狀，從而提高戒煙成功的機會。

在使用尼古丁補充療法前，應先行了解戒煙人士本身是否患有心臟病、高血壓、氣管疾病、哮喘、消化性潰瘍、糖尿病、腎病、肝病、是否懷孕或正在授乳等。在尼古丁補充療程中，切勿吸煙。

目前尼古丁補充劑的劑型有三種：

## 咀嚼膠

當戒煙者有吸煙意欲時使用一片(使用前5分鐘避免飲食)。戒煙者先將咀嚼膠放入口中慢慢咀嚼，當感覺到一陣濃烈的味道或少許刺激的感覺後，再將咀嚼膠放在面頰內壁及牙肉之間，待刺激感消失後，再次咀嚼，尼古丁便能經由口腔內膜吸收。每片咀嚼膠可使用約30分鐘，每次只可使用一片。患有顎骨毛病或配帶假牙者不宜使用。若使用後出現

下顎疼痛、口腔或喉部刺激、腸胃不適等症狀，應立即停止使用，並諮詢醫生或藥劑師的意見。

## 膠貼

使用時將膠貼貼在乾爽無毛的皮膚上，讓膠貼內的尼古丁慢慢釋放，並經由皮膚吸收，直到使用16至24小時後才除下(視乎該牌子膠貼的使用方法)。戒煙者應在每天相同時間使用，每次使用時應貼於不同部位，以免引致皮膚過敏。此外，切勿將膠貼貼在傷口或發炎的部位，及切勿自行裁剪膠貼，以免影響尼古丁吸收的劑量。若使用後出現頭暈、頭痛、噁心、局部皮膚痕癢或刺激時，應立即停止使用，並諮詢醫生或藥劑師的意見。

## 吸劑

戒煙者須將尼古丁吸劑放入吸入器使用，讓吸劑中的尼古丁揮發成氣體，經口腔內膜吸收進入體內。每支吸劑只可維持20分鐘，而且在開封後一日便會失效。使用過的吸劑仍會有少量尼古丁殘留在內，故此用後必須把吸劑包好棄置，切勿讓兒童接觸。吸劑療法可滿足戒煙者的手癮，而且可以彈性地調較劑量。若使用後出現咳嗽、口腔不適、胃痛、噁心、嘔吐、打嗝、喉嚨痛、鼻塞、頭痛等症狀時，應盡快向醫生或藥劑師求助。

以上三種療法均能達到良好的戒煙效果，但使用期間必須妥善儲存，勿讓兒童接觸。除了膠貼及4mg或以下的尼古丁咀嚼膠屬於第二部毒藥外，所有尼古丁補充劑皆為第一部附表一毒藥，必須在藥劑師監督下方可出售，而購買者亦必須按法例要求登記其個人資料於紀錄冊上。

其他關於戒煙的資訊，可參考衛生署控煙辦公室的網址 <http://www.tco.gov.hk/>

# 其他西藥產品 | Other Medicines

## 酒精噴霧乙醇70% Alcohol Spray

NP

**成分:** Alcohol, 乙醇70%  
**適應症:** 用於清潔、衛生及消毒  
**包裝:** 每瓶50mL或230mL

**製造商:** TCM Medicals (London) Ltd.  
**批發商:** TCM Healthcare (London) Ltd.

## 酒精打針紙(已滅菌) Alcohol Swabs/Alcohol Wipe

NP

**成分:** Alcohol, 異丙醇(美國藥典級別)70%, 6 X 2.8cm或11 X 9cm  
**適應症:** 用於注射前皮膚消毒  
**包裝:** 每盒100或200片  
**製造商:** TCM Medicals (London) Ltd.  
**批發商:** TCM Healthcare (London) Ltd.

## 酒精濕紙巾75% Alcohol Towel

NP

**成分:** Alcohol, 異丙醇75%(藍色)或乙醇75%(綠色), 16 X 20 cm  
**適應症:** 用於清潔、衛生及消毒  
**包裝:**  
● 異丙醇75%(藍色): 每盒30片  
● 乙醇75%(綠色): 每盒25片  
**製造商:** TCM Medicals (London) Ltd.  
**批發商:** TCM Healthcare (London) Ltd.

## 潔耳寶耳道清潔劑 A-Cerumen

NP

**成分:** Solution of alkylamido polypeptide salt 35.56g, Solution of coco-betaine 6.00g, PEG 120 methyl glucose dioleate 1.50g, Excipients q.s. 100g  
**適應症:** 溶解耳垢, 清潔耳道及預防耳垢堆積  
**建議劑量:**

- 適用於30個月或以上的小孩、兒童及成人
- 定期耳道清潔, 每星期2次, 若過量耳垢堆積, 應早晚1次連續使用3至4日
- 獨立滴裝: 兩邊耳窩各注入半瓶A-CERUMEN, 靜待1分鐘, 可用0.9%生理鹽水輔助清洗
- 噴霧裝: 將噴咀放進耳窩內, 輕輕按一下, 靜待1分鐘, 將溶解後流出的耳垢清洗, 若過量耳垢堆積, 應早晚1次連續使用3至4日

### 注意事項:

- 不要將瓶咀過分推進耳道內, 若病人耳鼓穿孔、耳道發炎或配有中耳

引流管, 請勿使用本產品  
● 若使用後感到耳痛, 請停用及向醫生查詢  
● 不要接觸眼睛及吞服  
● 儲存環境: 請存放在30°C以下室溫, 兒童接觸不到的地方

**包裝:** 獨立滴裝: 每盒10支, 每支2mL; 噴霧裝: 每支40mL  
**製造商:** Gilbert Laboratoires  
**批發商:** UNAM CORPORATION, LIMITED 耀南洋行

## 驅蚊敵驅蚊噴霧成人配方 MOUSTIDOSE DEET 30%

NP

**成分:** 30% DEET (m/m) N,N-diethyl-m-toluamide  
**適應症:** 預防蚊叮及蟬咬。蚊叮可傳播其孔肯亞熱(Chikungunya)、瘧疾(Malaria)、黃熱病(Yellow fever)、登革熱(Dengue); 蟬(Ticks)咬可引致萊姆病(Lyme disease)

### 建議劑量:

- 30個月以上小孩及成人適用
- 身體: 請距離外露皮膚10至15cm噴射
- 面部: 先將「驅蚊敵」噴在手掌心, 然後擦面, 避免接觸眼睛及口部, 每隔6小時可翻噴1次, 經劇烈運動、游泳或洗澡後可翻噴, 每日不可噴超過3次

### 注意事項:

- 使用前請先搖勻
- 懷孕期間不可使用
- 請注意此產品是可燃物品, 必須遠離小孩
- 避免吞服
- 切勿直接噴在幼童手部、面部、黏膜或大範圍傷口上
- 切勿接觸眼睛、膠面、珐瑯質面、錶面及鏡片
- 切勿在懷孕期及授乳期間使用
- 切勿用在敏感性皮膚上
- 切勿連續使用超過1個月
- 警告: 若本產品進入眼睛, 請用大量清水沖洗及盡速到醫生處就醫。若不慎吞服, 請即到醫生處就醫及提供本產品標籤
- 本產品含檸檬烯(Limonene), 可引致過敏反應
- 不可將本產品胡亂棄置, 以免污染水道及其環境
- 請在理想通氣環境下使用

**包裝:** 每瓶50mL或125mL  
**製造商:** Gilbert Laboratoires  
**批發商:** UNAM CORPORATION, LIMITED 耀南洋行

## 驅蚊敵驅蚊噴霧幼兒配方 MOUSTIDOSE Icaridin 25%

NP

**成分:** Icaridin (Picaridin) 25% (m/m)  
**適應症:** 預防蚊叮及蟬咬。蚊叮可傳播其孔肯亞熱(Chikungunya)、瘧疾(Malaria)、黃熱病(Yellow fever)、登革熱(Dengue); 蟬(Ticks)咬可引致萊姆病(Lyme disease)

### 建議劑量:

- 6個月以上小孩即可使用
- 身體: 請距離外露皮膚10至15cm噴射
- 面部: 先將「驅蚊敵」噴在手掌心, 然後擦面, 避免接觸眼睛及口部, 每隔10小時可翻噴1次, 經劇烈運動、游泳或洗澡後可翻噴, 每日不可噴超過3次

### 注意事項:

- 使用前請先搖勻
- 懷孕期間不可使用
- 遠離小孩
- 避免吞服
- 切勿直接噴在幼童手部、面部、黏膜或大範圍傷口上
- 切勿在懷孕期及授乳期間使用
- 切勿用在敏感性皮膚上
- 切勿連續使用超過1個月
- 若本產品進入眼睛, 請用大量清水沖洗及盡速到醫生處就醫
- 若不慎吞服, 請即到醫生處就醫及提供本產品標籤
- 避免本產品在陽光下長期暴曬, 最高貯存溫度30°C
- 不可將本產品胡亂棄置, 以免污染水道及其環境

**包裝:** 每瓶50mL或125mL

**製造商:** Gilbert Laboratoires  
**批發商:** UNAM CORPORATION, LIMITED 耀南洋行

## 驅蚊敵蚊叮軟膏 MOUSTIDOSE Soothing Cream 40 ml

NP

**成分:** *Boswellia serrata* extract  
**適應症:** 舒緩因蚊叮及蟲咬後的紅腫、痕癢及過敏

**建議劑量:** 直接塗在患處, 輕輕按摩, 適合3個月以上嬰兒使用

**注意事項:** 請不要將產品暴露在熱源, 陽光直射和溫度驟變的地方, 另不要吞服

**包裝:** 每支40mL  
**製造商:** Gilbert Laboratoires  
**批發商:** UNAM CORPORATION, LIMITED 耀南洋行



## 來源

人參(*Ginseng*)為五加科人參屬之植物。自古以來即被稱為「草藥之王」，被古代醫學論證為「扶正固本」的養生極品。這種珍貴的藥材，早在五千年前便在中國東北的山區被發現，被應用在中醫學上亦已達三千年之久。

人參分兩大種類，分別是亞洲人參(*Panax ginseng*)和美國人參(*P. quinquefolius*)。有很多人把美國人參和西伯利亞人參混淆。在俄國，西伯利亞人參被推銷作為一個相對便宜的人參選擇，與其他的人參有相同的功用和好處。然而，西伯利亞人參並不含有有效成分Ginsenosides。本文所描述的為亞洲人參。

## 成分及功效(用途)

人參的藥效範圍很廣。然而，它有很多作用都被坊間誇大，例如被視為春藥和起死回生藥等。人參的臨床藥效包括消除疲勞、增進體力、增加運動能力、改善神經衰弱、增強性慾等。不同的炮製方法亦對其功效有影響。

## 服用方法

常見的服用方法包括煎湯、隔水蒸服、切片泡茶、研粉吞服及切片含服。服用人參要每次少量地連續服用一段時間為好，切忌一次服用太多。

## 常見副作用

當使用適當的藥量時，副作用一般是很少見的。人參能升高亦能降血壓，因此患有高血壓的病人應小心使用。另外有研究指出人參能降低飯後血糖水平，故此糖尿病或低血糖症病人亦應慎服人參。

## 藥物相互作用

- 人參可能影響血壓或心臟藥的功效，例如Nifedipine、Digoxin。許多人參液含高水平酒精，與Metronidazole或Disulfiram同服時可能會導致噁心或嘔吐。雖然暫時沒有實驗證據支持，但是建議服用以上藥物者慎服人參；
- 動物實驗結果顯示，人參有可能影響Albendazole排出身體。少量的個案顯示，一同服用人參和Phenelzine可導致頭痛和失眠等症狀；
- 一些個案和藥理學研究表示，人參可降低「薄血丸」華法林(Warfarin)的效用，故此服用此藥物病人亦應慎服人參。

## 注意事項

有報告指出人參可能影響胎兒發育。因此在懷孕或餵哺母乳期間，亦不宜食用。許多市面上的人參液包含高酒精水平，孕婦應該避免服用。其他副作用包括頭痛、震顫、或失眠。

## 來源

當歸(Chinese angelica)屬多年生草本植物，在中國分佈於甘肅、雲南、四川、青海、陝西、湖南、湖北、貴州等地，此外世界各地均有栽培。

## 成分及功效(用途)

當歸的根可入藥，是最常用的中藥之一，根可分為三部分：根頭稱「歸頭」，主根為「歸身」，支根及根梢為「歸尾」。根部含揮發油(Essential oils)，揮發油的主要成分有亞丁基苯酞、鄰羧基苯正戊酮、二氫酞酞、阿魏酸、維他命B以及維他命A等。從古到今，當歸在中國被用作補血藥，有補血、活血、調經止痛、潤腸通便、滋養、鎮靜、鎮痛等作用。其主要用途如下：

- 當歸能補血，又能活血，故有和血的功效，為治血病的重要中藥，尤為婦科所重視，舉凡婦女月經不調，血虛經閉，胎產諸症，均可選用當歸為治療之藥物；
- 對血液及心血管系統：當歸能使血漿凝血時間延長，可使血栓減少，血栓增長速度減慢，有明顯的抗血栓作用；
- 保護肝臟功能：對慢性肝損害有減輕纖維化和促進肝細胞功能恢復的作用；
- 呼吸系統：對慢性氣管炎併發的肺氣腫和早期或緩解期肺原性心臟病 (Pulmonary heart disease) 肺功能，恢復體力；
- 免疫作用：當歸及其萃取物阿魏酸鈉和當歸多醣對單核-巨噬細胞系統有明顯的刺激作用，對免疫力低下的病人也有免疫調節和恢復作用。當歸對健康人的淋巴細胞轉化也有促進作用；

- 抗炎作用：當歸成分正丁烯內酯及苯內酯可鬆弛氣管平滑肌，對抗組織胺(Histamine)或乙醯膽鹼(Acetylcholine)引起的支氣管哮喘；
- 抗菌作用：當歸煎劑在試管實驗中對大腸桿菌、傷寒及副傷寒桿菌、痢疾桿菌、變形桿菌、白喉桿菌等有輕度抑制作用；
- 清除自由基：當歸中阿魏酸具有抗脂質過氧化作用，能直接消除自由基，抑制氧化反應和自由基反應，並能與生物膜磷脂(Phospholipid)結合，保護膜脂質，對抗自由基對組織的損害。

## 服用方法

- 每日3-12g；
- 除了成藥製劑，當歸普遍會與其他中藥及食物材料煮成湯。不同的湯藥則有不同的藥效。

## 常見副作用

副作用包括頭痛、噁心、虛弱、高血壓等。

## 藥物相互作用

- 少數動物研究顯示同時服用當歸和鎮靜安眠藥diazepam可增加其鬆弛肌肉的效果；
- 根據幾個臨床試驗結果，當歸可能具有雌激素特性，所以可影響各種與雌激素相關藥物，如tamoxifen，同時也不能排除刺激乳癌增生的可能性；
- 有不少報告的證據顯示，當歸和抗凝血劑可能有相互作用，增加出血的風險。

**來源**

靈芝(*Ganoderma lucidum*)一般生長在濕度高且光線昏暗的山林中，主要生長在腐樹或其樹木的根部。在《神農本草經》中將靈芝依色澤的不同劃分成赤芝、黃芝、白芝、青芝、黑芝、紫芝六種。而現代常見的只有赤芝和紫芝兩種。

**成分及功效(用途)**

中國古代認為靈芝具有長生不老，起死回生的獨特功效，吃了可以延年益壽或得道成仙，這雖然是誇大了靈芝的功效，但靈芝的藥用價值卻是不可忽視的。靈芝含有豐富的蛋白質、脂肪、多糖、纖維素、多肽、腺苷、嘌呤、嘔啶、內脂、生物鹼、維他命等營養成分。靈芝主要的藥效成分相信是來自其多醣體(Polysaccharides)及三萜類(Triterpenes)。

靈芝所含的特殊多醣體成分，可以增加抗體、誘導干擾素、增加防禦性的殺手細胞、強化免疫系統。研究發現使用靈芝來治療慢性支氣管炎，經過幾個月後皆有明顯的成效。

靈芝三萜類成分具有抗氧化、抗過敏作用，在生物學上可作反應調節劑，能夠降低與調節自體免疫系統，以減少過敏、減緩風濕性關節炎等症狀。

**服用方法**

近年來開發出了靈芝茶、靈芝沖劑、靈芝膠囊等，以靈芝作為主要成分的醫療保健產品。而傳統的服用方法包括泡水法、水煎法及泡酒法等。

**常見副作用**

靈芝毒性很低，並沒有不良副作用的紀錄。部份人士可能有輕微頭暈及消化不良，但通常會在服用靈芝幾天後消失。

**藥物相互作用**

- 根據臨床實驗，同時服用抗凝血藥(如華法林(Warfarin))與靈芝或會增加出血的風險；
- 有動物實驗顯示，同時服用降血壓藥與靈芝或會增加血壓過低的風險。

**特效全靈芝破壁孢子**

NP

**成分：**破壁靈芝孢子粉80%，高倍濃縮靈芝子實體提取物20%

**適應症：**提高人體的免疫功能，加強機體對有害因素的抵抗力，保肝解毒，促進新陳代謝和血液循環，能改善消化及呼吸系統功能、增強心臟血液循環、或有助穩定膽固醇、消除疲勞、促進睡眠質素、抗敏，緩解精神緊張，整體上起到防病，美容及延緩衰老作用

**建議劑量：**

- 保健用途，每日1-2次，每次1-2粒
- 治療用途：每日2-3次，每次3-4粒
- 以溫水送服，宜空腹用

**注意事項**

- 請置於陰涼乾爽處
- 孕婦及兒童須遵醫囑才可服用

**包裝：**每瓶60粒，每粒300mg

**來源**

雲芝(*Trametes versicolor*)源自中國的原始森林，為多孔菌科植物雲芝的子實體或菌絲體，寄生於海拔三千公尺以上的闊葉樹和朽木上，分佈在世界各地森林中。現多人工培植。

**成分及功效(用途)**

雲芝是一種大型珍貴藥用真菌，常用於治療癌症。雲芝含有豐富的蛋白質、脂肪、多糖、多醣肽及所有葡聚糖、三萜類、木質素、多種胺基酸及微量元素。雲芝有助增強體弱人士及頑疾患者的免疫力，對人體各器官機能，如呼吸系統、肝臟等都有良好的調節和保護作用。對於癌症患者，雲芝有助減輕治療期所帶來的各種不良反應，例如容易受到感染、噁心、嘔吐及食慾不振等。

雲芝主要的藥效成分相信是來自其多糖成分，包括多醣肽(Polysaccharopeptide)以及雲芝多醣體(Polysaccharopeptide krestin)。  
。多醣肽成分可以調整免疫功能。研究發現雲芝醣肽於體外、體內及臨床實驗上均具有

抗癌活性。雲芝多醣體具有能夠刺激免疫系統的作用，還可以通過激活免疫效應細胞來調控腫瘤細胞功能和組織環境，促進腫瘤細胞的凋亡。

**服用方法**

近年來開發了雲芝精華液、雲芝膠囊等以雲芝做為主要成分的醫療保健產品，由於各種產品的用法各有不同，故應按照產品說明上的指示使用。

**常見副作用**

雲芝多醣體和雲芝多醣肽毒性很低，並沒有不良副作用的紀錄。

**藥物相互作用**

暫未有雲芝相互作用的研究。

**注意事項**

孕婦及兩歲以下小孩服用前宜諮詢醫生或藥劑師意見。

## 冬蟲夏草膠囊 | *Cordyceps*

### 來源

冬蟲夏草膠囊由冬蟲夏草(Chinese caterpillar fungus)製成。冬蟲夏草菌(*Cordyceps sinensis*)會寄生於幼蟲，使幼蟲僵化，夏季由僵蟲頭部生長出長棒狀的子座而形成冬蟲夏草。主要產於中國甘肅、青海、湖北、四川、雲南、西藏，常見於海拔4000米以上的高山上。

### 成分及功效(用途)

蟲草膠囊適合男女長者服用。主要成分包括腺苷(Adenosine)、腺嘌呤(Adenine)、蟲草酸和蟲草多醣，均為生物活性物質。蟲草的藥性為甘、溫，有「補肺益氣，補腎益精，止血化痰」的功效，能夠改善呼吸系統功能，亦有助增強機體的抗病能力。主治肺虛咳嗽、勞嗽痰血、自汗、盜汗、腎虧陽痿、遺精及腰膝酸痛等。

### 服用方法

冬蟲夏草膠囊一般以水配服，服用次數及份量應按照產品說明上的指示使用。

### 常見副作用 / 毒性

冬蟲夏草的毒性極低，有機會引致過敏反應(如皮疹、皮膚瘙癢或紅斑等)及腸胃不適(如便秘、腹脹或納差等)。如出現以上症狀須立即停用。

### 藥物相互作用

理論上，冬蟲夏草能刺激免疫系統；有實驗顯示，冬蟲夏草可能會減低Cyclophosphamide和Prednisolone免疫抑製的作用。

### 注意事項

注意蟲草Cs類別產品(Cs4/5)為人工培植冬蟲夏草菌，效用與野生冬蟲夏草類近，並記載於中國藥典中，但並非野生冬蟲夏草，不同廠所培植的菌種亦未必一致。

雖然冬蟲夏草和亞香棒蟲草(*Cordyceps hawkesii* Gray)外形相似，但兩者的來源及功效並不相同。亞香棒蟲草雖有其他功效但孕婦禁服，選擇蟲草藥材和膠囊時須加倍注意，詳細分別可到衛生署中醫藥事務部的網頁了解。

另外，有類似名稱的蟲草花為人工培植的蟲草菌，與蟲草不同，食療效果較低。

### 蟲草菌絲體膠囊

NP

**成分：**100%發酵蟲草菌粉(Cs-4) (蝙蝠蛾擬青霉菌粉)

**適應症：**或有助補腎益肺，止咳化痰，改善呼吸道功能，增強機體抗病能力，消除疲勞，延緩衰老及補充體力，溫補腎陽，減輕常見呼吸道毛病及加速病後恢復體力

**建議劑量：**每日2粒，以溫水送服，宜空腹服用

#### 注意事項：

- 請置於陰涼乾爽處
- 孕婦及兒童須遵醫囑才可服用
- 感冒及發燒期間停服

**包裝：**每瓶60粒，每粒300mg

# 猴棗散 | Houzao

## 來源

猴棗散的主要成分為猴棗(Calculus maca-cae mulattae)。猴棗又名猴子棗、羊腸棗、猴丹、申棗；是猴科動物獼猴等的腸胃結石。

## 成分及功效(用途)

不同廠家的猴棗散配方各有不同，主要有猴棗、珍珠、全蝎等。單以猴棗而言，主要針對熱咳，表現為發燒，咽喉腫痛，大便乾硬難排及痰多，而痰主要呈黃色，高粘性。但由於配方不同，使用的側重點也會不同，詳細功效應參考產品上的說明。如有任何疑問，應先詢問中醫師。

## 服用方法

因應歲數及包裝上指示，每次1至2瓶，以溫水開服。每日服用2至3次。

## 常見副作用

猴棗散偏於苦寒，比牛黃寒涼，用法不當可能造成嬰幼兒腹瀉。

## 藥物相互作用

雖然暫未有臨床實驗顯示猴棗散的成分會與西藥有相互作用，但同時服用西藥及猴棗散時應特別小心，可以諮詢醫生或藥劑師意見才使用相關產品。

## 注意事項

猴棗散偏寒，只適用於熱咳。而寒底體質和風寒腹瀉的兒童則不建議服用。

另外，猴棗散藥性較強，並非保健藥，如長期服用，可能會損傷人體元氣，抑制小孩長高，影響身體發育。

假如小孩的症狀久治不癒，有可能是患上較嚴重的疾病如肺炎、支氣管炎等，建議盡快聯絡醫生。

# 開奶茶

## 來源

開奶茶是中國民間流傳的嬰幼兒涼茶，具有清熱利尿和改善便秘等功效，常用於舒緩小兒食慾不振及哭鬧情況。

## 成分及功效(用途)

其配料主要為涼性的中草藥，成分包括薏苡仁、小麥、淡竹葉、熟薏仁、麥芽、穀芽、燈芯球等。服用後可清熱去濕，改善消化功能，使排便暢順，增加食慾。

## 服用方法

市面上普遍出售的開奶茶，份量適合1至7歲的小孩飲用。應該將一包開奶茶分成4至5次供幼嬰服用，免得服食過量，出現面青唇白及容易傷風感冒。

## 常見副作用

部分藥材偶爾會對個別體質的人士造成不良

反應，如過敏、噁心、嘔吐、腹脹痛、心悸、胸悶等症狀。而經常服用此類藥茶，可能會引起腹脹、腹瀉、出汗、疲乏，甚至臟腑功能紊亂等不良後果。因此，長期在無明顯病痛的情況下給嬰幼兒飲用，可能會影響孩子的健康。若家長擔心孩子健康出現問題，應先向醫生或中醫師請教。

## 藥物相互作用

雖然暫未有臨床實驗顯示開奶茶的成分會與西藥有相互作用，但同時服用西藥及開奶茶時應小心使用，可以諮詢醫生或藥劑師意見才使用相關產品。

## 注意事項

開奶茶含有中藥成分，一般不建議給未滿6個月幼嬰飲用。在讓嬰兒服用現成沖劑開奶茶前，應小心閱讀產品說明，留意沖劑劑量。

# 七星茶

## 來源

七星茶是廣州一帶有名的嬰幼兒保健涼茶，以鉤藤、蟬衣、淡竹葉、燈心花、生薏仁、山楂、麥芽七味中藥組成。

## 成分及功效(用途)

七星茶的主要成分為鉤藤、蟬衣、淡竹葉等具有熄風定驚功效的藥材，亦有意苡仁、山楂、麥芽等具健脾消食作用的藥材，是屬性偏涼的中藥。七星茶一般用於健脾清熱、瀉火除煩，解決小便不暢通的問題，常用於嬰兒或小孩。嬰兒的體質一般屬純陽之體，容易出現内生風熱，引致睡眠不寧、容易驚醒。嬰兒也可能因為長期攝取奶類產品，導致腸胃熱氣。七星茶有助改善消化功能，舒緩胃脘氣滯，提高嬰兒的睡眠質素。

七星茶亦可用於改善成人的食慾和睡眠質素。劑量、材料會根據不同人的情況作出調節，宜在中醫師指引下服用。

## 服用方法

七星茶需獨立沖泡飲用。嬰兒或小孩飲用時需注意份量，根據中醫師或包裝上的指示服用，避免過量服用；不建議每天飲用，1星期2-3次足見成效。

## 常見副作用

七星茶藥性溫和，一般在中醫師指引下服用並無不良副作用。惟蟬衣有鎮靜、解痙和發汗作用，長期大量服用會使人精神不振，可能有出汗不止的情況。淡竹葉、燈心花、薏苡仁有利尿作用，大量服用可傷腎。長期服用山楂、麥芽會抑制人體正常的胃液和消化酶的分泌。

## 藥物相互作用

山楂有擴張血管的功效，因此服用Nitrates及Phosphodiesterase-5 inhibitors時不可服用七星茶。

## 注意事項

七星茶內可能含有金銀花等材料，患有蠶豆症的小孩不可服用，否則有機會出現不良反應。

中醫師不建議6個月以下的兒童服用任何中藥，足半歲的嬰兒亦需要依照中醫師的建議服用中藥，建議父母尋求醫生或中醫師專業意見。



# 感冒沖劑

## 來源

感冒沖劑的配方源自《中國藥典》一部。

## 成分及功效(用途)

市面上有不同類型的感冒沖劑，如感冒止咳沖劑、感冒清熱沖劑、感冒葛根湯等。

感冒止咳沖劑具有清熱解表，止咳化痰的功效，能舒緩感冒發熱，頭痛鼻塞，傷風咳嗽，咽部腫痛，四肢怠倦等症狀。成分有柴胡、金銀花、葛根、青蒿、連翹、黃芩、桔梗、苦杏仁、薄荷腦等。

感冒清熱沖劑具有疏風散寒，解表清熱的功效，用於風寒感冒，頭痛發熱，惡寒身痛，鼻流清涕，咳嗽咽乾等症。成分有荊芥穗、薄荷、防風、柴胡、紫蘇葉、葛根、桔梗、苦杏仁、白芷、苦地丁、蘆根等。

感冒葛根湯具有解表發汗，疏風散寒的功效，用於感冒身熱，頭痛咳嗽，鼻塞流涕。成分有葛根、桂枝、麻黃、防風、白芷、桔梗、干姜、苦杏仁、陳皮、甘草、紫蘇葉等。

## 服用方法

溫開水沖服：

- 成人：每次1包，每日2次；
- 3至7歲：服成人1/3量；
- 7歲以上兒童：服成人1/2量。

## 常見副作用

目前沒有不良副作用的記錄。

## 注意事項

- 高血壓、心臟病、肝病、糖尿病、腎病等嚴重慢性病患者，孕婦或正在接受其他治療的患者均應在醫師指導下服用；
- 應嚴格按照用法用量服用，嬰幼兒、年老體虛患者應在醫生或藥劑師指導下服用；
- 服用三天後，如症狀沒有緩解，發熱，咳嗽加重，並出現其他嚴重症狀時，應停藥，並到醫院就診；
- 該藥應放置於兒童不能觸及處；
- 過敏體質者慎用。

# 呵護無敵



余仁生保嬰系列, 以仁心, 守護嬰兒

100%香港製造, 獲GMP國際認證 **保嬰丹**: 逾9成受訪者對療效表示滿意\* **七星茶及開奶茶**: 全港首創0%輔糖, 0%添加劑  
**猴棗末**: 100%猴棗成份, 功效顯著 **猴棗化痰散**: 猴棗成份高達17% **純珍珠末**: 100%珍珠成份, 功效顯著



仁者無敵

\*調查結果根據生活易2011年11月間小兒健康及中成藥問卷調查報告

[www.eysbabyclub.com](http://www.eysbabyclub.com)



澳洲 | 中國 | 香港 | 澳門 | 馬來西亞 | 新加坡

客戶服務熱線: 2544 3308 | [www.euyansang.com.hk](http://www.euyansang.com.hk)

# 維他命及礦物質 | Vitamins and Minerals

## 維他命

### 成分及功效(用途)

食物的營養素包括：碳水化合物、蛋白質、脂肪、維他命和礦物質。身體需要從食物中攝取適量的維他命，以維持各細胞和器官的正常功能，促進成長和發育。身體缺乏或攝取過量的維他命都可能造成不良的影響。

維他命基本上可分為以下兩大類：

#### 1. 脂溶性維他命(Fat soluble vitamins)

- 包括維他命A、D、E和K，可溶解於脂肪，需要依靠食物中的脂肪才可被吸收；

- 體內多餘的脂溶性維他命會儲存在肝臟，不會被排出體外。

#### 2. 水溶性維他命(Water soluble vitamins)

- 包括維他命B(維他命B是數種化合物的總稱，亦被稱為維他命B雜)和C，可溶解於水；
- 體內多餘的水溶性維他命會從汗水或尿液排出體外。

維他命有助新陳代謝和預防慢性疾病，例如心臟病、癌症等，更能維持正常食慾、精神健康和抵抗力。詳細功用見下表。

維他命	功能	缺乏症狀	過量症狀	建議每日攝取量
<b>脂溶性維他命(Fat soluble vitamins)</b>				
維他命A	<ul style="list-style-type: none"> <li>預防眼睛疾病</li> <li>促進生長、發育、骨骼及牙齒健康</li> <li>加強細胞及黏膜的保護和再生</li> <li>維持呼吸道及腸道健康</li> <li>維持毛髮、指甲及皮膚的健康</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>夜盲症、眼睛乾澀</li> <li>皮膚乾燥</li> <li>腸胃不適</li> <li>妨礙生長</li> <li>影響骨骼及牙齒健康</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>皮膚起鱗片、乾燥、脫皮、痕癢、起紅斑</li> <li>脫髮</li> <li>食慾不振、虛弱</li> <li>嘔吐、腸胃不適</li> <li>肝臟受損</li> <li>頭痛、骨痛</li> <li>情緒緊張、暴躁</li> </ul>	5000 IU
維他命D	<ul style="list-style-type: none"> <li>協助身體吸收和利用鈣質和磷質，以確保牙齒和骨骼生長和腦部健康</li> <li>維持血液中的鈣質濃度</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>兒童：佝僂病</li> <li>成人：軟骨病</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>軟骨鈣化</li> <li>血液中的鈣質濃度過高，令身體器官如腎臟受損，心跳不正常</li> <li>嘔吐、腹瀉</li> <li>眼睛疲倦</li> <li>皮膚痕癢</li> </ul>	400 IU
維他命E	<ul style="list-style-type: none"> <li>維持細胞正常，保持皮膚及各組織的健康</li> <li>保護紅血球</li> <li>抗氧化功能</li> <li>增強抵抗力</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>新生嬰兒：溶血性貧血</li> <li>成人：腸胃不適，身體虛弱，月經失調</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>甲狀腺素降低</li> <li>頭痛、頭暈、疲倦</li> <li>腸胃不適、食慾不振</li> </ul>	30 IU
維他命K	<ul style="list-style-type: none"> <li>幫助血液凝固，防止流血過多</li> <li>維持肝臟健康</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>如有損傷時，血液難於凝固，傷口有機會出現失血問題</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>可引致肝臟受損</li> </ul>	80 mcg

維他命	功能	缺乏症狀	過量症狀	建議每日攝取量
水溶性維他命(Water soluble vitamins)				
葉酸(維他命B9)	<ul style="list-style-type: none"> <li>幫助製造細胞和紅血球</li> <li>促進生長及生殖功能</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>貧血</li> <li>抵抗力下降</li> <li>疲倦</li> <li>腸胃不適</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>不普遍</li> </ul>	400 mcg
維他命B1	<ul style="list-style-type: none"> <li>幫助碳水化合物和蛋白質的新陳代謝</li> <li>幫助神經系統、心臟、肌肉，消化系統正常運作</li> <li>促進成長及發育</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>腳氣病</li> <li>精神欠佳、失眠、嘔吐</li> <li>神經系統毛病、抑鬱</li> <li>兒童生長受阻</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>不普遍</li> </ul>	1.5 mg
維他命B2	<ul style="list-style-type: none"> <li>幫助碳水化合物、蛋白質和脂肪的新陳代謝</li> <li>保持口腔、口唇、舌頭及眼睛健康</li> <li>保持皮膚、毛髮及指甲的健康</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>口腔、口角、舌頭發炎，腫痛</li> <li>眼睛痕癢、乾澀、充血</li> <li>皮膚乾燥</li> <li>虛弱</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>不普遍</li> </ul>	1.7 mg
維他命B3	<ul style="list-style-type: none"> <li>幫助碳水化合物和脂肪的新陳代謝，令身體從食物中獲得能量</li> <li>調節膽固醇</li> <li>維持皮膚、黏膜、舌頭、消化系統的健康</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>消化不良</li> <li>皮膚粗糙、發炎</li> <li>精神欠佳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>腸胃不適、嘔吐</li> <li>精神欠佳，頭痛、疲倦</li> </ul>	20 mg
維他命B6	<ul style="list-style-type: none"> <li>幫助蛋白質的新陳代謝</li> <li>協助製造紅血球、荷爾蒙、酵素、抗體</li> <li>協助神經系統的傳導功能</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>貧血</li> <li>神經緊張、失眠、抑鬱</li> <li>肌肉痙攣</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>手腳麻木、失去部分知覺</li> </ul>	2 mg
維他命B12	<ul style="list-style-type: none"> <li>協助製造紅血球</li> <li>保持神經系統健康</li> <li>增進食慾</li> <li>幫助蛋白質的新陳代謝</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>貧血</li> <li>思考遲緩、情緒混亂、記憶力衰退</li> <li>觸覺遲鈍</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>不普遍</li> </ul>	6 mcg
維他命C	<ul style="list-style-type: none"> <li>幫助製造膠原體，促進細胞、牙床、牙齒、血管、骨骼的成長和修補</li> <li>幫助手術或創傷後的痊癒</li> <li>幫助鈣質和鐵質的吸收</li> <li>增強抵抗力</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>壞血病</li> <li>牙肉發炎及出血、牙齒脫落</li> <li>皮膚容易出血，毛細血管爆裂</li> <li>虛弱、疲倦</li> <li>骨痛、關節腫痛</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>腹痛</li> <li>腹瀉</li> <li>腎結石</li> </ul>	60 mg

## 礦物質

或攝取過量的礦物質都可能會造成不良的影響。

食物中的營養素包括：碳水化合物、蛋白質、脂肪、維他命和礦物質。身體需要從食物中攝取適量的礦物質，以維持各細胞和器官的正常功能，促進成長和發育。身體缺乏

礦物質有助血液凝固、血液帶氧、心臟跳動、神經系統傳導和新陳代謝的功能。每種礦物質的詳細功用見下表。

礦物質	功能	缺乏症狀	過量症狀	建議每日攝取量
鈉(Sodium)	<ul style="list-style-type: none"> <li>維持體內水分及酸鹼平衡，維持肌肉及神經系統操作正常</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>胃口欠佳</li> <li>腸胃不適</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>可引致高血壓</li> <li>增加鈣質流失</li> </ul>	2400 mg
碘(Iodine)	<ul style="list-style-type: none"> <li>維持甲狀腺功能</li> <li>製造甲狀腺素</li> <li>調節新陳代謝</li> <li>維持頭髮、皮膚及指甲健康</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>甲狀腺腫大</li> <li>兒童智力及發育遲緩</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>甲狀腺腫大</li> </ul>	150 mcg
鐵(Iron)	<ul style="list-style-type: none"> <li>製造紅血球</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>缺鐵性貧血</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>肝臟衰竭</li> <li>便秘</li> </ul>	18 mg
鋅(Zinc)	<ul style="list-style-type: none"> <li>協助製造蛋白質、男性荷爾蒙</li> <li>維持酵素的功能</li> <li>維持肌肉收縮功能</li> <li>幫助傷口復原</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>兒童生長及發育緩慢</li> <li>減低免疫能力</li> <li>疲倦</li> <li>脫髮</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>損害免疫功能</li> <li>腸胃不適</li> </ul>	15 mg
鈣(Calcium)	<ul style="list-style-type: none"> <li>堅固骨骼和牙齒</li> <li>幫助血液凝固</li> <li>協助肌肉和心臟收縮</li> <li>協助神經系統傳導功能</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>骨質疏鬆症</li> <li>牙齒疾病</li> <li>生長緩慢</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>腎結石</li> <li>腸胃不適</li> </ul>	1000 mg
鎂(Magnesium)	<ul style="list-style-type: none"> <li>堅固骨骼和牙齒</li> <li>幫助製造蛋白質</li> <li>幫助心跳調節及神經系統傳導功能</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>肌肉無力、抽筋</li> <li>影響心跳</li> <li>容易疲倦、憂鬱</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>增加鈣質流失</li> <li>腸胃不適</li> </ul>	400 mg
磷(Phosphates)	<ul style="list-style-type: none"> <li>堅固骨骼和牙齒</li> <li>維持酸鹼平衡</li> <li>幫助碳水化合物和脂肪的新陳代謝</li> <li>保持腎臟健康</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>骨骼脆弱</li> <li>肌肉無力</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>肌肉抽搐</li> <li>增加鈣質需求</li> </ul>	1000 mg
鉀(Potassium)	<ul style="list-style-type: none"> <li>維持體內水分及酸鹼平衡</li> <li>維持心跳功能</li> <li>維持神經系統傳導功能</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>疲倦</li> <li>頭暈</li> <li>抽筋</li> <li>影響心跳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>影響心臟功能</li> </ul>	3500 mg

## 肝美靈®肝臟營養劑 Aminoleban®EN

**成分：**碳水化合物、脂肪、維他命、礦物質、氨基酸及其他元素

**適應症：**肝臟營養不足者

**建議劑量：**成人：每日服用3次，每次將1包50克肝美靈®拌勻於180毫升的開水中[約200大加路里(Kcal)/200毫升]，與餐膳同進，劑量可視乎患者年齡與症狀輕重調整。

**副作用：**肚脹、作嘔、胃灼熱或肚痛偶有發生；如有腹瀉，劑量需要酌減或停服。病人如對肝美靈®有過敏反應(如皮疹、痕癢等)，就需要停服。

**禁忌症：**曾對牛奶有過敏反應者不宜服用，因肝美靈®含有酪蛋白。

**注意事項：**

- 用餐期間服用
- 請勿儲存於25°C以上
- 配製後請立即服用，如有需要，請將配製好的肝美靈®放於涼爽的地方及於10小時內服用
- 為免內含之蛋白質成分變質，請勿使用沸水進行配製
- 為增進配製品口感，可加入指定的調味料或纖維性蔬菜，但請勿加入鮮果汁，因鮮果汁內之酸性能引致肝美靈®結成啞喱狀

**包裝：**每盒21小包

**製造商：**日本大塚製藥株式會社

**批發商：**裕利醫療有限公司

## 美國家得路加勒比純天然珊瑚鈣 CATALO 100% Pure Coral Calcium Powder from Caribbean

**成分：**加勒比100%純天然珊瑚鈣，每2粒含350mg鈣，1000mcg鎂，5.36mcg銅，106mcg鐵，7.53mcg鋅

**適應症：**有效鞏固牙齒強健度；強健骨骼，減少骨質流失；有助提升免疫力，促進傷口癒元。

**建議劑量：**

- 成人：每天2粒
- 孕婦或餵哺中婦女：每天2-3粒，請於餐後服用

**注意事項：**

- 餐後/用餐期間服用
- 可直接打開膠囊將珊瑚鈣粉加入各類食品中(如湯、奶、粥等)同時服用
- 請放於乾燥及陰涼地方，避免陽光直接照射

**包裝：**60粒裝

**製造商：**CATALO Health Inc. USA

**批發商：**家得路美國天然健康食品有限公司

## NP 健鈣易 Ca Easy

**成分：**天然鈣質100mg，牛磺酸10mg，賴氨酸5mg，鰵牛初乳25mg (7.5mg IgG)

**適應症：**或有助促進骨骼、牙齒生長，舒緩抽筋問題

**建議劑量：**

- 1-3歲：1-2粒(未懂咀嚼前，請壓碎成粉狀服用)
- 3歲以上小童：3-4粒
- 12歲以上、成人及孕婦：早晚各2-3粒
- 咀嚼服用或含於口中溶化

**包裝：**800mg x 120粒

**製造商：**CATALO Health Inc. USA

**批發商：**智盟有限公司 Champ Group Limited

## 美國家得路加勒比純天然珊瑚鈣 CATALO Algae Calcium Formula

**成分：**天然紅海藻鈣，每2粒含600mg鈣，44mg鎂

**適應症：**或有助強化骨骼組織及結構，改善骨質密度和韌性，促進和強化牙齒生長，減緩骨質流失，減輕關節活動痛楚，改善關節靈活性

**建議劑量：**

- 成人：每天1-2粒
- 孕婦及餵哺中婦女：每天2次，每次1粒
- 12歲或以上小童：每天1-2粒

**副作用：**過量攝取有機會導致高鈣血症、腎功能受損、組織鈣化、高鈣尿症、腎結石、便秘、腸胃不適

**禁忌症：**

- 正服用藥物、接受藥物治療及進行手術2星期前人士，服用前請諮詢醫護人員
- 避免同時飲用咖啡、奶茶、濃茶、汽水或含咖啡因飲料

**注意事項：**

- 請於餐後服用
- 請放於乾燥及陰涼地方，避免陽光直接照射

**包裝：**每樽60粒

**製造商：**CATALO Health Inc. USA

**批發商：**家得路美國天然健康食品有限公司

## 美國家得路兒童牛奶鈣加鋅 成長配方 CATALO Children's Milk Calcium Formula (Zinc Added)

**成分：**天然牛奶鈣精華，天然鹽化鋅

**適應症：**或有助提升骨質密度、促進骨骼生長、鞏固及促進牙齒健康發展、補充兒童成長發育所需的均衡天然礦物質營養

## NP 建議劑量：

- 成人：適合懷孕或餵哺中婦女食用
  - 1至3歲兒童：每日1粒
  - 4至8歲兒童：每日2次，每次1粒
  - 9歲或以上：每日3次，每日1粒
- 副作用：**過量攝取有機會導致高鈣血症、腎功能受損、組織鈣化、高鈣尿症、腎結石、便秘、腸胃不適

**禁忌症：**

- 食物：避免與濃茶或咖啡因飲料同時服用，避免影響吸收
- 藥物：正服用治療骨質疏鬆藥物、抗生素、利尿劑尤其需要先諮詢醫生建議

**注意事項：**

- 可咀嚼食用或作為零食代替品
- 請放於乾燥及陰涼地方，避免陽光直接照射

**包裝：**100粒裝(咀嚼片)

**製造商：**CATALO Health Inc. USA

**批發商：**家得路美國天然健康食品有限公司

## 美國家得路天然孕鈣C CATALO Prenatal Vegetarian Calcium Formula

**成分：**天然海藻鈣，天然針葉櫻桃精華

**適應症：**強化孕婦骨骼及肌肉健康、提供懷孕期間胎兒及餵哺母乳的媽媽及嬰兒骨骼牙齒發育所需鈣質、70多種礦物質及維他命C

**建議劑量：**

- 成人：每天1-3粒
- 孕婦及餵哺中婦女：每天3粒

**副作用：**過量攝取有機會導致高鈣血症、腎功能受損、組織鈣化、高鈣尿症、腎結石、便秘、腸胃不適。

**禁忌症：**

- 食物：避免與濃茶或咖啡因飲料同時服用，避免影響吸收
- 藥物：正服用治療骨質疏鬆藥物、抗生素、利尿劑尤其需要先諮詢醫生建議

**注意事項：**

- 餐後服用
- 請放於乾燥及陰涼地方，避免陽光直接照射

**包裝：**90粒裝

**製造商：**CATALO Health Inc. USA

**批發商：**家得路美國天然健康食品有限公司

## 美國家得路植物DHA活腦補腦配方 CATALO Vegetarian DHA Formula

**成分：**專利純天然高純度海藻植物DHA精華(Life's DHA®)，每2粒含400mgDHA及13.8mg EPA

**適應症：**補充孕婦及餵哺中婦女所需，活化大腦細胞，增強思考及記憶力，促

進視力，維持視覺影像清晰，促進幼兒腦部及眼睛健康發展，有助紓緩敏感症狀及緊張情緒

**建議劑量：**

- 成人：每天1-2粒
- 孕婦或餵哺中婦女：每天1-2次，每次1粒
- 6歲或以上小童：每天1粒

**注意事項：**

- 餐後服用
- 正服用藥物、接受藥物治療及進行手術2星期前人士，服用前請諮詢醫護人員意見
- 請放於乾燥及陰涼地方，避免陽光直接照射

**包裝：**60粒裝，5樽裝(300粒)

**製造商：**CATALO Health Inc. USA

**批發商：**家得路美國天然健康食品有限公司

**鈣思健D3咀嚼鈣片(500mg/400IU) NP**  
**Calchew D3 Chewable Tablets**

**成分：**Calcium (as Calcium carbonate) 500mg, Cholecalciferol (Vitamin D3) 400IU

**適應症：**補充鈣質，預防因鈣質流失所致骨質疏鬆，咀嚼配方，入口即溶

**建議劑量：**

- 成人：每日2次，每次咀嚼或吞服1粒
- 可於餐前或餐後服用，或按醫生指示

**禁忌症：**如有腎鈣結石，服用前請先諮詢醫生

**注意事項：**

- 需存放於兒童接觸不到之處及儲存於25°C以下
- 保持容器密閉，避免潮濕

**包裝：**每樽60粒

**製造商：**Takeda Nycomed AS

**批發商：**Zuellig Pharma Limited

**鈣思健D3咀嚼鈣片(1000mg/800IU) NP**  
**Calchew D3 Chewable Tablets**

**成分：**Calcium (as Calcium carbonate) 1000mg, Cholecalciferol (Vitamin D3) 800IU

**適應症：**補充鈣質，預防因鈣質流失所致骨質疏鬆，咀嚼配方，入口即溶

**建議劑量：**

- 成人：每日1次，每次咀嚼或吞服1粒
- 可於餐前或餐後服用，或按醫生指示

**禁忌症：**如有腎鈣結石，服用前請先諮詢醫生

**注意事項：**

- 需存放於兒童接觸不到之處及儲存於25°C以下
- 保持容器密閉，避免潮濕

**包裝：**每樽30粒

**製造商：**Takeda Nycomed AS

**批發商：**Zuellig Pharma Limited

**住存純鈣片 NP**  
**Caltrate 600**

**成分：**鈣600mg

**適應症：**鈣質補充劑，未能於膳食中攝取足夠鈣質之人士，適用於需要控制鈉質攝取之人士

**建議劑量：**每日以開水吞服1-2粒，於用餐後服用或遵照醫生指示。若每日服用2粒者，建議於不同時間的餐後服用。

**副作用：**腹部腫脹或疼痛，便秘，肚瀉，噁氣，胃腸氣脹，噁心，嘔吐，高鈣血症，高鈣尿症，腎結石

**注意事項：**

- 餐後服用
- 若你對本產品的成分有過敏反應，切勿服用此產品
- 在以下的情況下請在服用此產品前諮詢醫療專業人士：腎臟功能受損、正在或最近曾經服用處方藥物，如氟喹諾酮類抗生素、四環素或左旋甲狀腺素
- 請勿超過建議服用劑量
- 請存放於兒童無法取得之處
- 請勿接受封口已損或缺掉的产品
- 儲存於30°C以下

**包裝：**每樽60粒

**製造商：**Wyeth Pharmaceutical Co. Ltd.

**批發商：**Zuellig Pharma

**住存+D300兒童咀嚼鈣片(鮮橙味) NP**  
**Caltrate+D300 Chewable Tablet**

**成分：**鈣300mg，維他命D3 60IU

**適應症：**兒童鈣質補充劑。未能於膳食中攝取足夠鈣質之人士。

**建議劑量：**

- 成人：成日服用1-2次，每次咀嚼1-2粒
- 4-17歲小童：每日服用2次，每次咀嚼1粒

**副作用：**腹部腫脹或疼痛，便秘，肚瀉，噁氣，胃腸氣脹，噁心，嘔吐，高鈣血症，高鈣尿症，腎結石

**注意事項：**

- 若你對本產品的成分有過敏反應，切勿服用此產品
- 在以下的情況下請在服用此產品前諮詢醫療專業人士：(1)腎臟功能受損 (2)正在或最近曾經服用處方藥物，如氟喹諾酮類抗生素、四環素或左旋甲狀腺素 (3)懷孕或授乳
- 請勿超過建議服用劑量
- 請存放於兒童無法取得之處
- 請勿接受封口已損或缺掉的产品
- 儲存於30°C以下
- 使用後請蓋緊，避免接觸水點
- 儲放於乾爽陰涼之處

**包裝：**每樽60粒

**製造商：**Wyeth Pharmaceutical Co. Ltd.

**批發商：**Zuellig Pharma

**住存+維他命D 400IU鈣片 NP**  
**Caltrate+D 400IU**

**成分：**鈣600mg，維他命D3 400IU

**適應症：**鈣質補充劑，未能於膳食中攝取足夠鈣質之人士，適用於需要控制鈉質攝取之人士

**建議劑量：**

- 每日以開水吞服1-2粒，於用餐後服用或遵照醫生指示
- 若每日服用2粒者，建議於不同時間的餐後服用

**副作用：**腹部腫脹或疼痛，便秘，肚瀉，噁氣，胃腸氣脹，噁心，嘔吐，高鈣血症，高鈣尿症，腎結石

**注意事項：**

- 餐後服用
- 若你對本產品的成分有過敏反應，切勿服用此產品
- 在以下的情況下請在服用此產品前諮詢醫療專業人士：腎臟功能受損、正在或最近曾經服用處方藥物，如氟喹諾酮類抗生素、四環素或左旋甲狀腺素
- 請勿超過建議服用劑量
- 請存放於兒童無法取得之處
- 請勿接受封口已損或缺掉的产品
- 儲存於30°C以下

**包裝：**每樽60粒

**製造商：**Wyeth Pharmaceutical Co. Ltd.

**批發商：**Zuellig Pharma

**住存添加+維他命D 400IU鈣片 NP**  
**Caltrate Plus + Vitamin D 400IU**

**成分：**鈣600mg，維他命D3 400IU，錳1.8mg，鉀7.5mg，銅0.5mg，鎂50mg

**適應症：**鈣質補充劑，未能於膳食中攝取足夠鈣質之人士，適用於需要控制鈉質攝取之人士

**建議劑量：**

- 每日以開水吞服1-2粒，於用餐後服用或遵照醫生指示
- 若每日服用2粒者，建議於不同時間的餐後服用

**副作用：**腹部腫脹或疼痛，便秘，肚瀉，噁氣，胃腸氣脹，噁心，嘔吐，高鈣血症，高鈣尿症，腎結石

**注意事項：**

- 餐後服用
- 若你對本產品的成分有過敏反應，切勿服用此產品
- 在以下的情況下請在服用此產品前諮詢醫療專業人士：腎臟功能受損、正在或最近曾經服用處方藥物，如氟喹諾酮類抗生素、四環素或左旋甲狀腺素
- 請勿超過建議服用劑量

- 請存放於兒童無法取得之處
- 請勿接受封口已損或缺掉的產品
- 儲存於30°C以下

**包裝：**每樽60粒

**製造商：**Wyeth Pharmaceutical Co. Ltd.

**批發商：**Zuellig Pharma

## 普存

Centrum

NP

**成分：**維他命A 5000IU，維他命B1 2.25mg，維他命B2 2.6mg，維他命B3 20mg，維他命B6 3mg，維他命B12 9mcg，維他命C 90mg，維他命D 400IU，維他命E 30IU，維他命K1 25mcg，葉酸400mcg，生物素45mcg，泛酸10mg，鈣162mg，磷125mg，碘150mcg，鐵27mg，鎂100mg，銅2mg，錳5mg，鉀30mg，氯27.2mg，鎘25mcg，鉍25mcg，硒25mcg，鋅15mg

**適應症：**多種維他命及礦物質補充劑

**建議劑量：**每日1粒或依照醫生指示服用

**副作用：**腹部不適，便秘，肚瀉，噁心，胃部不適，過敏反應

### 注意事項：

- 餐後服用
- 懷孕期間小心服用
- 需存放於兒童無法取得之處
- 請勿超過建議服用劑量
- 成分中含鐵質，若服食過量會對兒童有害
- 若不慎服用過量，應立即尋求醫護人員協助
- 若同時服用其他補充劑，請閱讀產品成分表，因補充劑有機會與此產品含有相同的成分
- 如果你正在懷孕或授乳，請於服用此產品時諮詢醫護人員意見
- 儲存於25°C以下並乾爽陰涼之處
- 使用後請蓋緊，避免接觸水點，請勿移掉瓶內乾燥劑

**包裝：**每樽30、100或150粒

**製造商：**Pfizer Canada Inc.

**批發商：**Zuellig Pharma

## 小普存+維他命C咀嚼片

Centrum Jr + Extra C Chewable Tablets

NP

**成分：**維他命A 5000IU，維他命B1 1.5mg，維他命B2 1.7mg，維他命B3 20mg，維他命B6 2mg，維他命B12 6mcg，維他命C 300mg，維他命D2 400IU，維他命E 30IU，維他命K1 10mcg，生物素45mcg，葉酸400mcg，泛酸10mg，鈣108mg，鎘20mcg，銅2mg，鐵18mg，碘150mcg，鎂40mg，錳1mg，鉍20mcg，磷50mg，鉀15mg

**適應症：**兒童多種維他命及礦物質補充劑

### 建議劑量：

- 2-4歲兒童：每日咀嚼半粒
  - 四歲以上兒童：每日咀嚼1粒
- 副作用：**腹部不適，便秘，肚瀉，噁心，胃部不適，過敏反應
- 注意事項：**
- 需存放於兒童無法取得之處
  - 請勿超過建議服用劑量，成分中含鐵質，若服食過量會對兒童有害
  - 若不慎服用過量，應立即尋求醫護人員協助
  - 若同時服用其他補充劑，請閱讀產品成分表，因補充劑有機會與此產品含有相同的成分
  - 儲存於25°C以下並乾爽陰涼之處，使用後請蓋緊，避免接觸水點，請勿移掉瓶內之乾燥劑

**包裝：**每盒60粒

**製造商：**Pfizer Biotech Corporation

**批發商：**Zuellig Pharma

## 銀普存50+配方

Centrum Select Tablets 100's

NP

**成分：**β-胡蘿蔔素3000IU，維他命A 3000IU，維他命E 75IU，維他命C 90mg，葉酸0.6mg，維他命B1 2.25mg，維他命B2 3.2mg，維他命B3 40mg，維他命B6 8mg，維他命B12 25mcg，維他命D 400IU，生物素45mcg，泛酸10mg，鈣200mg，磷125mg，碘0.15mg，鐵4mg，鎂50mg，銅2mg，錳5mg，鉀80mg，氯72mg，鎘100mcg，鉍25mcg，硒25mcg，鉀15mg，鎳5mcg，錳10mcg，鈉10mcg，矽10mcg

**適應症：**多種維他命及礦物質補充劑

**建議劑量：**50歲或以上人士每日一粒或依照醫生指示服用

**副作用：**腹部不適，便秘，肚瀉，噁心，胃部不適，過敏反應

### 注意事項：

- 需存放於兒童無法取得之處
- 請勿超過建議服用劑量
- 成分中含鐵質，若服食過量會對兒童有害
- 若不慎服用過量，應立即尋求醫護人員協助
- 若同時服用其他補充劑，請閱讀產品成分表，因補充劑有機會與此產品含有相同的成分
- 如果你正在懷孕或授乳，請於服用此產品前諮詢醫護人員意見
- 儲存於25°C以下並乾爽陰涼之處
- 使用後請蓋緊，避免接觸水點，請勿移掉瓶內乾燥劑

**包裝：**每樽100粒

**製造商：**Pfizer Canada Inc.

**批發商：**Zuellig Pharma

## 克補+鐵

Stresstabs + Iron 60's

NP

**成分：**維他命B1 15mg，維他命B2

10mg，維他命B6 5mg，維他命B12 12mcg，維他命C 500mg，維他命E 30IU，生物素45mcg，葉酸400mcg，菸鹼醯胺100mg，泛酸20mg，鐵27mg

**適應症：**維他命B雜補劑，提供某些必需的營養素予體質虛弱人士。適用於體質虛弱、發育不良、營養補充、虛耗失調之補助治療。

**建議劑量：**每日一粒或依照醫生指示服用

### 注意事項：

- 需存放於兒童無法取得之處
- 請勿超過建議服用劑量
- 產品中含鐵，若兒童服用過高劑量，會造成不良影響
- 若不慎服用過量，應立即尋求醫護人員協助
- 服用本劑後可能有尿液變黃現象，因本劑中含有維他命B2成分，為正常現象，請無需掛慮
- 儲存於25°C以下並乾爽陰涼之處
- 使用後請蓋緊，避免潮濕

**包裝：**每樽60粒

**製造商：**Pfizer Biotech Corporation

**批發商：**Zuellig Pharma

## 克補+鋅

Stresstabs + Zinc 60's

NP

**成分：**維他命B1 15mg，維他命B2 10mg，維他命B6 5mg，維他命B12 12mcg，維他命C 500mg，維他命E 30IU，生物素45mcg，葉酸400mcg，菸鹼醯胺100mg，泛酸20mg，銅3mg，鉀23.9mg

**適應症：**維他命B雜補劑，提供某些必需的營養素予體質虛弱人士適用於體質虛弱、發育不良、營養補充、虛耗失調之補助治療

**建議劑量：**每日一粒或依照醫生指示服用

### 注意事項：

- 需存放於兒童無法取得之處
- 請勿超過建議服用劑量
- 若不慎服用過量，應立即尋求醫護人員協助
- 服用本劑後可能有尿液變黃現象，因本劑中含有維他命B2成分，為正常現象，請無需掛慮
- 儲存於25°C以下並乾爽陰涼之處
- 使用後請蓋緊，避免潮濕

**包裝：**每樽60粒

**製造商：**Pfizer Biotech Corporation

**批發商：**Zuellig Pharma

## 司各脫多種維他命及礦物質提子味咀嚼片

Scott's Multivitamins and Minerals Chewable - Grape Flavour Tablet

**成分：**19種兒童每日所需的維他命及礦物質，其中包括維他命A、B、C、D、E，鈣質，鐵質及鋅



**適應症：**司各脫多種維他命及礦物質提子味咀嚼片是一種可咀嚼的兒童健康補充食品，它提供19種兒童每日所需的維他命及礦物質。

**建議劑量：**

- 2-3歲小童：1粒
- 4歲或以上小童：2粒

**注意事項：**貯存於攝氏30°C以下

**包裝：**每瓶60粒

**製造商：**Nutricorp International

**批發商：**葛蘭素史克有限公司

**益能康小兒多種維他命水**

NP

**Enervon-C Plus Syrup**

**成分：**Each teaspoonful (5ml) contains Vitamin C 83.33mg, Vitamin B1 8.33mg, Vitamin B6 1.67mg, Vitamin B12 8.33mcg, Riboflavin 4.16mg, Niacinamide 8.33mg, Dexpanthenol 1.66mg, Vitamin A 1500 Units, Vitamin D 100 Units

**適應症：**小兒多種維他命水，日常補充配方，增加抵抗力，預防傷風感冒，提升活力

**建議劑量：**

- 口服，每日1次
- 嬰兒至3歲：每次半茶匙
- 3歲至6歲：每次1茶匙
- 7歲以上：每次1-2茶匙或遵照醫生之處方服用

**注意事項：**

- 餐後服用
- 懷孕期間小心服用
- 儲存環境：開封後請確保容器密封及儲存於攝氏30°C或以下的地方

**包裝：**每瓶250毫升

**製造商：**United Laboratories, Inc.

**批發商：**UNAM CORPORATION, LIMITED 耀南洋行

**益能康B+C維他命丸**

NP

**Enervon-C Tablets**

**成分：**Each Tablet contains Vitamin C 500mg, Vitamin B1 50mg, Vitamin B2 20mg, Vitamin B6 5mg, Vitamin B12 5mcg, Niacinamide 50mg, Calcium Pantothenate 20mg

**適應症：**含高份量維生素C及B雜，增加抵抗力，預防傷風感冒，加速瘰癧癒，提升活力。

**建議劑量：**成人：口服，每日1次，每次1粒或遵照醫生之處方服用。

**注意事項：**

- 餐後服用
- 懷孕期間小心服用
- 儲存環境：開封後請確保容器密封及儲存於攝氏30°C或以下的地方

**包裝：**每瓶30粒或100粒

**製造商：**United Laboratories, Inc.

**批發商：**UNAM CORPORATION, LIMITED 耀南洋行

**Nevramin Tablets**

NP

**成分：**Fursultiamine (TTFD) 50mg (Fursultiamine hydrochloride 54.58mg), Pyridoxine hydrochloride 250mg, Cyanocobalamin 250mcg

**適應症：**

- 以下病症推斷與維他命B1、B6及B12代謝不足或失調有關：肌肉疼痛及關節痛
- 當B1、B6及B12的需求增加至超過從食物攝取的份量時(例如在重病後的康復階段)，作為補充劑
- 如無效，切勿持續超過一個月間歐性服用NEVRAMIN®藥丸

**建議劑量：**成人：每天3次，每次1粒，飯後吞服

**副作用：**

- 服用後可能會出現過敏反應如出疹，在極罕見情況下，可能出現皮膚痕癢。如出現這些症狀，應停止服用。
- 在某些情況下，可能會出現噁心、嘔吐、厭食、腹部不適、腹脹及腹瀉。在極罕見情況下，可能會出現胃痛及口乾等症狀。

**注意事項：**

- 避光及需存放於25°C以下

**包裝：**每盒100粒

**製造商：**Interthai Pharmaceutical Manufacturing Ltd.

**批發商：**Zuellig Pharma Limited

# 葡萄糖胺及軟骨素 | Glucosamine and Chondroitin

葡萄糖胺(Glucosamine)和軟骨素(Chondroitin)是在骨關節炎中廣泛應用的兩種健康產品。隨著年歲增長，關節中骨頭與骨頭之間的軟骨會慢慢磨損，而當身體的修補機能速度慢於磨損的速度，便會出現骨關節炎。常見出現骨關節炎的關節包括髀髁、膝蓋、手指及肩膊，前兩者較普遍。患者通常會感到關節痛楚、腫脹、僵硬甚至行動不便，造成慢性殘障。

## 葡萄糖胺

### 來源

市面上產品一般來自海洋的甲殼類生物，如蝦、蟹等。

### 成分及功效(用途)

葡萄糖胺是關節組織的高密度胺基糖。葡萄糖胺及其衍生物都可以在人體內經由葡萄糖組合而成，並構成軟骨及關節滑液中黏多醣(Glycosaminoglycan)的主要成份。服用葡萄糖胺能提供蛋白聚醣(Proteoglycan)製造的原料，可刺激軟骨基質(Cartilage matrix)的修補及強化。實驗證明葡萄糖胺可舒緩骨關節炎的痛楚及症狀，同時可改善關節功能。比較葡萄糖胺與非類固醇消炎止痛藥(NSAIDs)的研究發現前者更能有效地減低關節痛楚。連續使用三年後，葡萄糖胺更能減慢膝蓋關節寬度收窄，舒緩骨關節炎。

### 服用方法

常見的用法是每天1000mg(無痛症)或1500mg(有痛症)，分1至3次服用，維持至少4至8個星期以待見效。

### 常見副作用

輕微腸胃不適或腹痛。

### 藥物相互作用

- 一些案件報告和藥理學研究表示，同時服用葡萄糖胺及抗凝血藥如華法林(Warfarin)有機會增加出血風險；
- 一些臨床實驗表示，葡萄糖胺會增加四環素(Tetracycline)的血液濃度。

### 注意事項

因葡萄糖胺一般來自海洋甲殼類生物，對海鮮敏感的病人應盡量避免服用。

## 軟骨素

### 來源

市面上的產品一般來自牛的軟骨。

### 成分及功效(用途)

軟骨素是細胞外基質(Extracellular matrix)的主要成份，可在各結締組織(Connective tissue)如軟骨、骨骼、皮膚、韌帶及肌腱都可找到。它是一種擁有高度鎖水能力的硫化黏多醣，可以令關節軟骨基質膨脹，有防震及潤滑的功能。

### 服用方法

每天2至3次，每次400mg的軟骨素，維持至少3個月。

### 常見副作用

輕微腸胃不適。

### 藥物相互作用

同時服用軟骨素及抗凝血藥如華法林(Warfarin)或會增加出血風險。

### 注意事項

市面上很多產品亦同時包含葡萄糖胺及軟骨素，但未有確實證據證明兩者一併使用會為骨關節炎患者帶來額外好處。患者應小心選擇，有疑難時應諮詢醫生或藥劑師意見。

**日本命力-強酪素**

NP

**成分：**磷蝦油、軟骨素、二類膠原蛋白、透明質酸、玫瑰花果、貝類鈣

**適應症：**或有助幫助修補軟骨並製造滑膜液，減低因軟骨磨蝕出現之痛楚。貝類鈣，容易吸收，可強化骨質及牙齒，有助改善軟無力症狀

**建議劑量：**每日一次，餐後服食二至三粒

**包裝：**每瓶60粒，每粒300mg

**批發商：**康盟有限公司

**美國家得路全效關節專家**

NP

**CATALO FlexiJoint Formula**

**成分：**每2粒含天然美國專利骨膠原精華360mg (含天然水解第二型骨膠原216mg，天然微解軟骨素72mg，透明質酸(HA) 36mg)，獨特鯨鱘脂肪酸組合300mg

**適應症：**或有助延緩關節退化不適，潤滑及靈活關節，強化及修補軟骨，補充關節潤滑液，減輕關節痛楚及疲勞

**建議劑量：**成人：每天1次，每次2至3粒，請於早餐後服用，並以250-300mL開水送服

**禁忌症：**

- 正服用藥物、接受藥物治療及進行手術2星期前人士，服用前請諮詢醫護人員意見
- 懷孕及喂哺中婦女，服用前請諮詢醫護人員意見

**注意事項：**

- 懷孕期間不可/小心服用
- 請於早餐後服用，並以250-300mL開水送服
- 請放於乾燥及陰涼地方，避免陽光直接照射

**包裝：**每樽60粒，有5樽裝

**製造商：**CATALO Health Inc. USA

**批發商：**家得路美國天然健康食品有限公司

# 天然提煉 • 強化養肝



## 韓國至尊養肝素 리버에센스 Korean Premium Liver Essence

補充肝養份 提升肝功能  
Promotes Liver Health Elevates Liver Functions

「韓國至尊養肝素®」的主要成分JBB20®植物多酚(Polyphenol)是一隻從天然植物蔬果提煉復合而成的科研產品。因其強力抗氧化特性，是一隻優秀的養肝保健品，有助提升肝臟機能 and 排清體內毒素，促進肝臟健康。本產品絕無化學成分，及不會產生任何不良副作用，適合男女服用。

韓國製造 / Made in Korea  
[www.LiverEssence.com](http://www.LiverEssence.com)



專業藥劑師主理品牌

香港、澳門及國內各大藥房均有代售，查詢熱線852-2136 1191

獨家代理 / Sole Agent: 科領國際有限公司 / Health Alliance International Co. Ltd.

# 山桑子 | Bilberry

山桑子(Bilberry)，是藍莓的近親，又名歐洲藍莓。於傳統的歐洲醫藥裏廣泛應用近一千年，過去主要以山桑子的乾果實治療腹瀉、壞血病(Scurvy)、一些眼睛的毛病，以及治療口腔及喉嚨等炎症。時至今日，山桑子仍用於治療腹瀉、經痛、眼睛問題、靜脈功能不全(Venous insufficiency)，及其他循環系統的問題。山桑子的葉部則用於與果實截然不同的病症，例如醫治糖尿病。

## 來源

原產自歐洲及北美洲。

## 主要用途

山桑子的果實和它的提取物蘊含多種生物成分，其中最重要的是花青素(Anthocyanosides)。這種植物黃酮(Flavonoid)有抗氧化及保護膠原蛋白(Collagen)的作用，能降低微絲血管的可透度及改善循環。外國多個草藥文獻將腹瀉及口腔喉嚨發炎列為山桑子的適應症。山桑子常用於治療及預防一些眼睛的毛病，包括青光眼、白內障、由高血壓或糖尿病引發的視網膜病變(Retinopathy)，以及用以改善夜間的視力。其作用包括改善循環以增加水份的輸送，及清除游離基以防止破壞膠原蛋白。一些小型實驗支持山桑子對前三者的作用，但它於改善夜視能力的功效卻未能被設計完備的實驗證實。於韓國及日本，山桑子亦常用於紓緩長期使用電腦所導致的眼睛疲勞。山桑子提取物於歐洲被廣泛應用在慢性靜脈功能不全的問題上。患者因靜脈未能有效地將血液運回心臟而出現靜脈曲張(Varicose vein)、腳部浮腫及疼痛、

痕癢甚至皮膚潰瘍。山桑子可改善靜脈的循環及減低血管的滲透度，從而紓緩靜脈功能不全的問題。初部的證據還顯示山桑子的果實可能對經痛、胃潰瘍及周邊血管疾病有幫助，而它的葉則在動物研究中表現出降血糖作用，但一切都有待更多人體的數據證實。

## 服用方法

山桑子的建議劑量視乎服用果實的劑型。如服用新鮮的果實，建議每次55至115g，每天服3次。新鮮果實的花青素含量介乎於0.1至0.25%，而濃縮的提取物則一般標準化為包含25%花青素。服用山桑子提取物時應每天服3次，每次服80至160mg。一些專家建議使用含有10%乾果煎劑的漱口水以紓緩喉嚨發炎的症狀。

## 藥物相互作用

- 山桑子亦可抑制血小板聚集，服用可能增加出血風險的藥物，如阿士匹靈(Aspirin)、薄血丸及非類固醇消炎止痛藥(NSAIDs)的病人應加倍留意；
- 由於動物實驗顯示山桑子有降血壓及降血糖作用，正服用控制血壓及糖尿藥物的病人應由醫護人員緊密監控病情。

## 注意事項

由於山桑子可作食用，常用於果批及果醬，故短時間以建議的劑量服用相信是安全的。雖然山桑子的乾果可用於治療腹瀉，但新鮮果實卻帶通便作用，反而有加劇腹瀉的危險。

日本命力-美目藍莓素

NP

**成分：**北歐野生矮腳藍莓精華(山桑子)、花青素36%、DHA精製魚油、葉黃素(不含糖份)

**適應症：**或有助促進眼部血液循環和有助視紫素形成

**建議劑量：**

- 成人：每日服二至三粒
- 小童：每日服一粒

**包裝：**每瓶60粒，每粒300毫克

**批發商：**康盟有限公司

# 魚油及鯊魚肝油 | Fish Oil and Shark Liver Oil

## 來源

魚油補充劑主要分兩類：魚肝油和魚油。魚肝油從鱈魚、比目魚或鯊魚的肝臟提煉得到。魚油從鯉魚、沙甸魚或者鯷魚的骨肉獲得。

## 成分及功效(用途)

魚油的維他命A和D比魚肝油低。兩種魚油亦含維他命E。魚油亦含有豐富的多元不飽和脂肪酸(PUFAs)，包括奧米加3 (Omega 3)系列：Eicosapentaenoic acid (EPA)和Docosahexaenoic acid (DHA)。

有證據顯示DHA和EPA以魚或魚油補充的形式能降低血液內的三酸甘油酯(Triglyceride)，減慢動脈硬化，輕微地降低血壓，並且減少心臟病患者的死亡率、心臟病發作和中風的風險。然而，太大劑量也有可能影響健康，例如增加流血的風險等。

從魚或魚油補充劑提取的奧米加3脂肪酸(EPA + DHA)能減少血液三酸甘油酯水平、提高高密度膽固醇(HDL，又稱好膽固醇)的水平。但亦會提高低密度膽固醇(LDL，又稱壞膽固醇)的水平。

有實驗報告指出服用奧米加3能降血壓。但要達到降血壓的功效可能每日需要攝取高劑量的奧米加3，而高劑量的奧米加3亦會增加流血的風險。所以，在開始治療前應先諮詢藥劑師或醫生的意見。

## 常見副作用

美國食品及藥物管理局(Food and Drug Administration)把從魚提取的奧米加3脂肪酸分類為GRAS (Generally Regarded as Safe-安全可靠)。

## 藥物相互作用

- 同時服用魚油補充劑與抗血小板藥(如阿士匹靈(Aspirin)、Dipyridamole)或薄血藥(如華法林(Warfarin))可能會增加流血的風險；
- 同時服用魚油補充劑與降血壓藥(如Propranolol)可能會增加血壓過低的風險。

## 注意事項

- 有報告指出奧米加3可能增加血糖水平，因此在糖尿病患者使用要特別小心。奧米加3亦能增加流血風險以及壞膽固醇水平；
- 深海魚亦有可能被重金屬污染，例如甲基汞(Methylmercury)等，過高劑量維他命A亦有可能影響胎兒發育，懷孕或餵哺母乳婦女應小心使用。因此，在開始治療之前應先諮詢藥劑師或醫生的意見。

### 美國家得路兒童DHA活腦補眼配方 NP CATALO Children's DHA Formula

**成分：**每粒含天然高純度、高濃度深海魚油精華235mg (100mg DHA及21mg EPA)

**適應症：**促進腦部發展，IQ更高，加強學習能力及集中能力。促進眼睛發展，視覺更敏銳。有助改善過敏體質，維持身體健康。

#### 建議劑量：

小童：

- 6個月幼兒至3歲兒童：每天1粒
- 4歲以上：每天1-2粒

**副作用：**長期每日攝取3000mg以上魚

油，可影響凝血功能，可致打嗝、口氣、胃酸倒流、嘔心、腹瀉、皮疹、流鼻血

#### 禁忌症：

- 正服用藥物、接受藥物治療及進行手術2星期前人士，服用前請諮詢醫護人員意見
- 懷孕及喂哺中婦女，服用前請諮詢醫護人員意見

#### 注意事項：

- 懷孕期間不可/小心服用
- 請於餐後食用，特製軟膠囊適合咀嚼吞服或刺穿後將魚油加入食物中食用
- 請放於乾燥及陰涼地方，避免陽光

直接照射

**包裝：**每樽60粒

**製造商：**CATALO Health Inc. USA

**批發商：**家得路美國天然健康食品有限公司

### 美國家得路特強奧米加3精華 NP (EPA400及DHA200) CATALO Extra Omega-3 (EPA400-DHA200)

**成分：**天然高純度、濃度深海魚油精華(每粒含400mg EPA及200mg DHA)

**適應症：**或有助於穩定血脂及膽固醇，維持心臟血管健康

**建議劑量：**成人：每天1-2粒，請於餐後服用  
**禁忌症：**對魚類及豆類過敏人士，不宜服用

**注意事項：**

- 懷孕及喂哺中婦女，正服用藥物、接受藥物治療及進行手術2星期前人士，服用前請諮詢醫護人員意見。此產品沒有根據《藥劑業及毒藥條例》或《中醫藥條例》註冊。為此產品作出的任何聲稱並沒有進行該等註冊而接受評核。此產品並不供作診斷、治療或預防任何疾病之用
- 請放於乾燥及陰涼地方，避免陽光直接照射

**包裝：**每瓶45粒、180粒或300粒  
**製造商：**CATALO Health Inc. USA  
**批發商：**家得路美國天然健康食品有限公司

**司各脫鯊魚肝油膠囊**

NP

Scott's Cod Liver Oil Capsules

**成分：**維他命A 625IU、維他命D 62.5IU

**適應症：**Omega-3脂肪酸-EPA&DHA，能降低三酸甘油酯，有助保持心臟健康。含有維他命A及D，有助保持細胞健康，增強骨骼及使牙齒堅固

**建議劑量：**

- 成人：每日2次，每次3粒
- 6歲或以上小童：每日2次，每次3粒
- 1至5歲小童：每日3次，每次1粒

**注意事項：**貯存於攝氏25度以下

**包裝：**每瓶100或500粒

**製造商：**Mega Lifesciences Limited

**批發商：**葛蘭素史克有限公司

**司各脫鯊魚肝油乳白**

NP

Scott's Emulsion Original

**成分：**每湯匙(15mL)含有鯊魚肝油BP1.48g、毛鱗魚油1.48g、次磷酸鈣147.7g、次磷酸鈉73.9g、加配食用樹枝酚與香料

**適應症：**幫助增強身體對疾病的天然抵抗力，幫助兒童維持體格及腦部健康。幫助兒童維持牙齒堅固。它含有天然複合的必需營養，其鯊魚肝油來自深海鯊魚提煉而成，富有維他命A和D及天然資源的多元不飽和脂肪酸：Omega-3脂肪酸，EPA及DHA

**建議劑量：**

- 成人：每日3次，每次1湯匙(15mL)
- 1-6歲小童：每日1次，每次1湯匙(15mL)
- 7至12歲小童：每日2次，每次1湯匙(15mL)

**注意事項：**貯存於攝氏30度以下

**包裝：**每瓶400mL  
**製造商：**IDS Manufacturing  
**批發商：**葛蘭素史克有限公司

**日本命力-強腦素 DHA70**

NP

**成分：**DHA含量209.4mg(高達70%)、EPA含量9mg(約3至5%)

**適應症：**或有助促進兒童腦部、眼睛發育，保護心血管健康

**建議劑量：**

- 成人：每日服二至三粒
- 孕婦：每日服二粒
- 12歲以下小童：每日服一粒

**包裝：**每瓶60粒，每粒300mg

**批發商：**康盟有限公司



# CATALO 兒童DHA

## 激發寶寶 無限潛能

SCHOOL



### CATALO 兒童DHA系列

兒童DHA活腦補眼配方，DHA:EPA 比例為4:1，促進小朋友DHA吸收。活腦補眼，展現資優天賦，時刻開心精靈。鮮橙味咀嚼軟膠囊，好味又有益。更備草莓味得意IQ魚仔，粉末裝植物DHA，小朋友至like!

新登場

#### 兒童牛奶鈣加鋅成長配方

含有豐富鈣質，天然礦物質如磷、鎂及鋅，成份接近骨骼結構，易吸收又安心。促進小朋友骨骼成長，鞏固牙齒，自然快高大。

CATALO美國家得路 天然純正 全營養製造

粉末配方方便加入牛奶或飲品

牛奶味咀嚼片

媽媽至愛

天然橙味咀嚼軟膠囊

草莓味魚紋圖案咀嚼魚仔



◀ CATALO專門店及專櫃地址  
客戶服務熱線：(852) 3556 8686  
網頁：www.catalo.com

mannings 萬寧 | mannings Plus 有售



## 卵磷脂 | Lecithin

### 來源

含有卵磷脂(Lecithin)的植物有大豆(1.48%至3.08%)、花生(1.11%)、牛肝(0.85%)、小麥(0.61%)、燕麥(0.65%)、雞蛋(0.39%)等，當中以天然大豆的含量最為豐富。日常可多吃豆腐、豆乾及豆漿等豆製品攝取卵磷脂，惟患有高尿酸(Hyperuricemia)及痛風(Gout)人士要按病況適量攝取。目前市面的卵磷脂大多是從大豆中提取。

### 成分及功效(用途)

卵磷脂屬於一種混合物，是存在於動植物組織以及卵黃之中的一組黃褐色的油脂性物質，其構成成分包括磷酸(Phosphoric acid)、膽鹼(Choline)、脂肪酸(Fatty acids)、甘油(Glycerol)、糖脂(Glycolipids)以及三酸甘油酯(Triglycerides)。卵磷脂是構成人體細胞的主要成分之一，可幫助修補受損細胞膜，保持其柔軟度及正常代謝活動，有助維持細胞結構正常和增強細胞機能。卵磷脂含有一種重要的物質「膽鹼」，是一種有助神經活動的化學物質，膽鹼是腦神經傳導化學物質Acetylcholine以及許多重要的化學訊息物質的前身，根據最近的研究發現，膽鹼與學習和記憶力有關，足夠的卵磷脂可提高神經細胞活動性，擴大神經傳遞物質的活動範圍，有利訊息傳遞，可提升學習及記憶能力。但隨年齡增長，腦部神經細胞的數量會逐漸減少，卵磷脂亦隨之流失，影響腦部神經細胞

傳遞速度。補充卵磷脂或對腦退化症、阿茲海默症和帕金森症有幫助。

卵磷脂具有乳化、分解油脂的作用，可將血管壁上積存的脂肪及膽固醇帶走，可增進血液循環，改善血清脂質，維持心臟健康，預防動脈粥狀硬化及心肌梗塞，對高血脂和高膽固醇具有顯著的功效。有一項長達十年的動物研究顯示，卵磷脂可強化肝臟的細胞膜，刺激細胞重生，讓新生的細胞取代老化損毀的肝細胞，能預防肝病、肝炎、肝硬化等，亦可迅速恢復肝的原始酵素功能、可舒緩脂肪肝、恢復受損肝臟。

卵磷脂具有溶解膽結石的效果。一般膽結石可分兩種類型，膽固醇結石及膽紅素結石(Bilirubin)。卵磷脂具有溶解膽固醇的功能，可溶解膽結石。

### 服用方法

每日400-600mg，與餐進食。

### 常見副作用

副作用雖然不常見，但高劑量有可能引起腸胃不適、噁心、肚瀉、冒汗等不良反應。

### 藥物相互作用

暫未有卵磷脂相互作用的研究。

## 甲殼素 | Chitosan

### 來源

甲殼素(幾丁胺醣, Chitosan)是由幾丁質(Chitin)加入化學液製成的。幾丁質及甲殼素都是提煉自海洋生物的纖維質,其中幾丁質是一種多醣類(Polysaccharide, 糖分子的聚合物),在昆蟲、甲殼類如蟹等水中生物的外殼自然形成。幾丁質及甲殼素的化學性質類似植物纖維素(Cellulose),不被人體所消化;而甲殼素比幾丁質更溶於水。

### 成分及功效(用途)

甲殼素是一種脂肪吸附劑,在腸道中具有吸附油脂及膽汁酸(Bile acids)的獨特能力。因其幾乎無法被消化,所以可以阻止油脂在消化道中被吸收,是安全減輕體重與降低膽固醇的方法。

然而,甲殼素不宜長期服用;只能偶爾服用,或當作節食計劃的第一步。但有一點須留意,甲殼素在帶走脂肪的同時,也一併降低食物中脂溶性維他命A、D、E和K的吸收。

有些研究甚至指出,它不僅能幫助減肥,還有其他健康益處。有研究指出,甲殼素可以降低血液中膽固醇的總含量,並增加HDL(高密度膽固醇,「好膽固醇」)含量,幫助預防心臟病。

### 服用方法

口服,臨床研究用於降低膽固醇的劑量為每日1-4g。

### 常見副作用

在安全性上,甲殼素相當安全。口服時或引起腸胃不適、便秘、胃氣等作用。

### 藥物相互作用

動物研究顯示服用甲殼素會減少Griseofulvin的血液含量。

### 注意事項

對貝類過敏者勿服用甲殼素。沒有資料顯示甲殼素在孕婦、哺乳中婦女的安全性及功效,建議不要在懷孕期間或哺乳期間使用。

# 活得易®

## Reuteri 益生菌



- 減少皮膚敏感範圍<sup>#6</sup>
- 提升大人小朋友免疫力<sup>#4,5</sup>
- 減少74%嬰兒腸痛哭鬧時間<sup>#3</sup>
- 減少74%腹瀉及適合水土不服<sup>#1</sup>
- 製造抗菌劑及維持女士敏感部位健康<sup>#7</sup>
- 便秘嬰兒每週排便3次或以上高達90%<sup>#2</sup>

「活得易」可製造抗菌劑及抵抗胃酸及膽汁，生存及活躍於胃部及腸道，備有咀嚼片及滴劑配方，不需冷藏，功效顯著，廣泛被全球醫護人士選用，是維持腸胃健康的不二之選。

意大利兒科教授 Dr. Flavia，早前對香港醫生、藥劑師及營養師講解「活得易」的研究報告。



**活得易咀嚼片**  
適合孕婦，兒童及成人，直接服食



**活得易滴劑**  
適合嬰兒服食

瑞典製造 Made In Sweden

Reference:

#1. Ruiz-Palacios G. et al. *Pediatr Res* 1996;39(4) part 2:184A, abstract 1089. #2. Coccorullo P. et al. *J Pediatrics* 2010;157:598-602. #3. Savino F. et al. *Pediatrics* 2010;126: e526-e533. #4. Py Tubelius et al. *Environmental Health: A Global Access Science Source* 2005, 4:25 doi:10.1186/1476-069X-4-25. #5. Gutierrez-Castrello P. et al. *Pediatrics*, doi: 10.1542/peds.2013-0652. #6. Groment N. et al. *J Pediatr Gastroenterol Nutr.* 2009;48(Suppl. 3):E148-149, abstract AHP-07. #7. Dobrogosz WJ. et al. *Microbial Ecology in Health and Disease* 2000;12:247-285.



# 乳酸桿菌 | *Lactobacillus*

## 來源

乳酸桿菌(*Lactobacillus* spp.)是在人體腸道和陰道天然存在的一種益生菌。

## 成分及功效(用途)

乳酸桿菌生產維生素K、乳糖酶(Lactase)和抗菌物質，可以抑制有害菌和伺機菌(Opportunistic microorganisms)的生長，維護腸道健康，所以乳酸桿菌一般被認為對身體有益。

不少科學研究證實乳酸桿菌能有效醫治由輪狀病毒(Rotavirus)引致的肚瀉，由細菌引起的陰道發炎；亦有一些研究指乳酸桿菌能增強免疫力，降低大腸癌的風險，降低膽固醇含量，抑制癌症及腫瘤生長和促進乳糖(Lactose)的消化，改善乳糖不耐症等功效。但以上的資料只屬初步的研究結果，亦有待較大型的臨床實驗驗證。

## 服用方法

專家建議每日口服10-100億的(活)乳酸桿菌，但市面上的產品成分各有不同，服用時應根據產品的指示。

## 常見副作用

在建議的份量下，乳酸桿菌的副作用不多，最普遍的副作用是腸胃不適或腹脹，通常服用一段時間後會自然消失。

## 藥物相互作用

有實驗研究指抗生素可能減低乳酸桿菌的功效，因此乳酸桿菌補充劑要在服食服用抗生素2-3小時後才可服用。

## 注意事項

- 抗生素可能減低乳酸桿菌的功效，因此乳酸桿菌補充劑要在服食抗生素2-3小時後才可服用；
- 酒精可能減低乳酸桿菌的效果，因此服用乳酸桿菌補充劑時不要同時飲酒；
- 對牛奶或乳糖敏感，應避免服用乳酸桿菌補充劑。此外，以下人士亦不建議服用乳酸桿菌補充劑：
  - 腸道曾進行手術的病人；
  - 3歲以下的小童；
  - 植入人造心臟瓣膜、接受器官移植或接受化療的病人(因免疫能力減低)；
- 乳酸桿菌在孕婦和餵哺母乳女士的安全性和療效仍然未明，因此建議服用前要諮詢藥劑師或醫生的意見。

## 美國家得路活性益生菌淨屬配方 NP CATALO Active Probiotics Formula

**成分：**每粒40億ABBF天然活性益菌配方(嗜酸乳桿菌，長雙歧桿菌，雙叉桿菌，比菲德氏菌，果寡糖(FOS))

**適應症：**促進益菌增生，保持腸道益菌平衡，紓緩偶發性便秘或腹瀉，調理腸道健康，紓緩過敏症狀，改善腸道不適，提升免疫力。

### 建議劑量：

- 成人：每天1-3粒，欲改善腸道不適人士：每天2-3粒
- 長者：每天1-3粒
- 12歲以上兒童：每天1-3粒
- 6-12歲兒童：每天1粒

**副作用：**極少，有機會於胃部或腸道產氣

### 禁忌症：

- 正服用藥物、接受藥物治療及進行手術2星期前人士，服用前請諮詢醫護人員意見

- 懷孕及哺乳中婦女，服用前請諮詢醫護人員意見

### 注意事項：

- 懷孕期間不可/小心服用
- 請於餐前服用
- 請放於乾燥及陰涼地方，避免陽光直接照射

**包裝：**每樽60粒

**製造商：**CATALO Health Inc. USA

**批發商：**家得路美國天然健康食品有限公司

## 美國家得路兒童益生菌強健配方 NP CATALO Children's Probiotics Formula

**成分：**BLLA天然活性益生菌配方(嗜酸乳桿菌，雷特氏B菌，果寡糖(FOS))

**適應症：**保持腸道益菌平衡、抑制害菌生長、幫助排便、紓緩偶發性便秘、腹瀉、增強腸胃抵抗力、增強免疫力、促進消化系統健康、減少毒素積聚、紓緩

容易敏感肌膚。

### 建議劑量：

- 6個月幼兒：每天半粒
- 6個月至2歲兒童：每天1粒
- 3-5歲兒童：每天2粒
- 6歲或以上：每天2次，每次2粒

**副作用：**副作用不多，過量服食有機會出現腸胃不適或腹脹，通常一段時間後自動消失。

**禁忌症：**藥物：應與抗生素藥物相隔2-3小時服用，避免降低益生菌的活性

### 注意事項：

- 餐後/用餐期間服用
- 可直接食用；如幼兒不能吞膠囊可打開膠囊將益生菌粉末加入各類飲品、食品中(建議45°C以下溫度沖製以保持益生菌活性)，拌勻後飲用
- 請存於陰涼地方。開封後，請保持瓶蓋扭緊並存於雪櫃(4°C)內。盡量避免讓瓶蓋打開太久而讓濕氣進入，以免影響新鮮度

**包裝：**60粒裝

**製造商：**CATALO Health Inc. USA

**批發商：**家得路美國天然健康食品有限公司

**適應症：**或有助改善便秘及腹瀉、消化不良、胃脹不適

**建議劑量：**每日服一至兩粒

**包裝：**

- 咀嚼片：瓶裝每瓶60粒，排裝每排10或100粒，每粒450mg
- 滴劑：每支5mL

**製造商：**BioGaia AB Stockholm, Sweden

**批發商：**日健企業有限公司

### 菌樂生益生菌

NP

#### PROBIODROP Suspension 10ml

**成分：**1 billion microencapsulated

Lactobacillus rhamnosus GG (10億鼠

李糖乳桿菌G菌)，Corn oil

**適應症：**專為腸道益菌失衡而設，用於：恢復因接受抗生素治療及之後流失的腸道自然菌群，舒緩因不同病因而引發的腹瀉，支援身體的自然抵抗能力(平衡腸道菌群)及恢復因腸道細菌在腸道內因不同溫度的變化而產生的微生物菌群變異的細菌失衡

**建議劑量：**

- 3歲或以下的嬰幼兒及兒童：每天5滴(可直接吞服、混和水中、37°C內的牛奶中或半固體食物中)
- 3歲以上的兒童及成人：每天10滴(可混和於冷水、牛奶或乳酪中)建議於接受抗生素治療中、治療後2-3週內或遵照醫生指示服用

**注意事項：**

- 使用前先搖勻。開瓶後即可使用
- 本產品中含有的細菌活細胞(益生菌)對於溫度敏感。請不要將產品暴露在熱源，陽光直射和溫度驟變的地方。貯存於乾爽、溫度不超過25°C及遠離兒童的地方
- 開啟後，需保貯於雪櫃及於30天內使用

**包裝：**每瓶10毫升

**製造商：**EmergoPharm, Poland

**批發商：**UNAM COPORATION, LIMITED 耀南洋行

### 新表飛鷹S片

NP

#### ShinBiofermin S Tablets

**成分：**Conc. Bifidobacterium bifidum

powder 2mg, Conc Streptococcus

faecalis powder 2mg, Cons. Lactoba-

cillus acidophilus powder 2mg

**適應症：**理腸(調節便通)，軟便，便秘，腹部脹滿感

**建議劑量：**

- 15歲以上：每日3次，每次3片，飯後服用
- 5歲以上至14歲：每日3次，每次2片，飯後服用

**包裝：**每瓶120片

**製造商：**Biofermin Pharmaceutical

Co. Ltd

**批發商：**Zuellig Pharma Limited

### 日健企業-活得易

NP

**成分：**專利配方，每粒含一億活性洛

德因乳酸菌

# 蘆薈 | Aloe Vera

## 來源

蘆薈(Aloe)有兩個可供藥用的部份：果肉(Gel)及乳膠(Latex)。果肉是在蘆薈葉中間，透明啫喱狀的物質，可供外用或口服。乳膠是由蘆薈葉表皮所產生的苦澀、黃色汁液，以口服為主。

## 成分及功效(用途)

傳統上，蘆薈果肉可用於各種皮膚的問題，如曬傷、濕疹、燒傷、蟲咬和細菌感染。蘆薈乳膠中的蘆薈大黃素甙(Aloin)和蘆薈大黃素(Emodin)對大腸有刺激作用，可用作通便藥。有一些研究亦指口服蘆薈對糖尿病、哮喘、癲癇症和骨關節炎有幫助，但以上的資料只屬初步的研究結果，仍有待較大型的臨床實驗證實。

## 服用方法

蘆薈果肉用在曬傷或輕微燙傷的皮膚時，每天塗抹3-4次。口服蘆薈乳膠用於便秘的建議藥量為0.04-0.17g乾蘆薈汁液。

## 常見副作用

口服蘆薈乳膠可引起肚痛。此外，長期服食蘆薈可能使便秘情況惡化，因此不建議長期服用。口服蘆薈乳膠引起的肚瀉能使身體流失鉀質，引致心律不整或肌肉乏力的情況。蘆薈亦可能降低血糖，引致血糖過低。有甲狀腺問題、腎病、心臟病的人士服食蘆薈前，應諮詢藥劑師或醫生的意見。

## 藥物相互作用

有臨床試驗顯示，口服蘆薈可能降低血糖，因此正同時服食糖尿病藥物的人士可能出現血糖過低的現象。

## 注意事項

外用蘆薈在懷孕時理論上是安全的；但口服蘆薈乳膠可能刺激子宮收縮，因此懷孕期間不建議服用口服蘆薈乳膠。餵哺母乳的女士亦不建議使用口服的蘆薈。

### 日本命力-綠之清體素

NP

**成分：**蘆薈精華、綠藻多醣體、蘆薈纖維、綠茶精華、植物纖維素

**適應症：**含高纖成分，促進腸道蠕動，幫助排便；不含瀉藥，減少廢物積聚

**建議劑量：**早晚各空腹4粒(嚴重者：請加倍至早、晚空腹各8粒)

**包裝：**每瓶240粒，每粒300毫克

**批發商：**康盟有限公司

### 日本命力-選脂素

NP

**成分：**蟹殼素、蘆薈、藤黃果、鉻甲基

**適應症：**或有助阻止油脂在消化道中被吸收、可減少體內廢物的積聚

**建議劑量：**成人每餐前服一至二粒

**包裝：**每瓶90粒，每粒260毫克

**批發商：**康盟有限公司

# 大蒜 | Garlic

## 來源

大蒜(*Allium sativum*)的藥用部份是球莖，當中含有多種活性成分，是以各種硫化化合物為主，大蒜特殊的氣味也是由此而來。其中最重要的是大蒜素(Allicin)。

## 成分及功效(用途)

- 大蒜在抗菌、抗氧化、降血脂、防癌等方面有一定的效果；
- 大蒜素等硫化化合物能抑制血小板凝集。這些硫化化合物還具有強烈的氧化還原能力，可以抑制脂肪過氧化的作用，並可降低低密度膽固醇(LDL，又稱壞膽固醇)，或有助預防心血管疾病與高血壓，改善血液循環；
- 初步研究指出定期服用大蒜能減少胃癌、腸癌；
- 試管實驗指大蒜素等硫化化合物可殺滅十多種細菌、真菌和阿米巴原蟲；
- 研究顯示大蒜素有降血糖的作用，以及促進胰島素與肝糖合成(Glycogenesis)的效果。

但以上的資料只屬初步的研究結果，不少關於大蒜的研究仍在進行中。對於大蒜的功效亦有待較大型的臨床實驗證實。

## 服用方法

世界衛生組織建議的份量為每日2至5g新鮮大蒜，或0.4至1.2g大蒜粉末，或300至1,000mg提取物，即相等於2至5mg大蒜素。

## 常見副作用

口臭、體味和過敏反應是大蒜最普遍的副作用。其他副作用包括頭暈、冒汗、頭疼、發癢、發冷發熱、哮喘發作和流鼻水。大部份情況下，停服大蒜後不適的感覺能自然消除。

## 藥物相互作用

臨床試驗顯示，大蒜可能會增加抗血小板藥(如阿士匹靈(Aspirin)、Clopidogrel)和薄血藥如華法林(Warfarin)的藥效，增加出血的風險。

有小型臨床試驗顯示大蒜可降低抗HIV病毒藥物Saquinavir的血液濃度，亦有動物研究顯示大蒜會減慢酒精分解和降低Isoniazid的水平，服用大蒜補健產品前要徵詢醫生或藥劑師的意見。

## 注意事項

大蒜以日常食用的份量在懷孕期間是安全的。可是大量服食大蒜或服用大蒜補健產品，可能會增加孕婦出血和引起子宮收縮的風險，應盡量避免。

# 銀杏 | *Ginkgo Biloba*

## 來源

銀杏(*Ginkgo biloba*)，又稱白果，原產自中國，但美國及法國均有商業種植。

## 成分及功效(用途)

銀杏是一種常用於早期阿茲海默症(Alzheimer's disease)、血管性癡呆(Vascular dementia)、間歇性跛行(Intermittent claudication)及血管性耳鳴(Vascular tinnitus)的草藥。乾銀杏葉的提取物早於五千年前用於傳統中藥，主要醫治哮喘、支氣管炎及循環系統毛病等。它是一種抗氧化劑及游離基清除劑，被認為有保護神經的作用。銀杏能減低血液的黏性，改善血液循環，從而增強氧份的輸送。以下是銀杏兩項常見的用途：

- 銀杏可用於周邊血管疾病(Peripheral vascular disease)。患者因動脈閉塞而導致運動或靜止時腳部出現疼痛，造成間歇性跛行，銀杏能減輕其症狀；
- 腦血管不全(Cerebral insufficiency)在阿茲海默症及多種癡呆症中常見，並與年齡有關，會引致認知障礙及衰退問題。症狀包括注意力散渙、思緒混亂、表達及記憶能力減退、抑鬱及焦慮等。有研究指出服用銀杏六個月，可改善輕至中度阿茲海默症的認知功能。

銀杏的其他醫學用途還包括耳鳴、老年性黃斑病變、高山症及哮喘等，但未有廣泛證據支持。

## 服用方法

標準劑的銀杏葉提取物包含24-25%的黃酮苷(Flavone glycosides)，6%萜內酯(Terpene lactones)及不多於每公斤5mg的有毒銀杏酸

(Ginkgolic acid)。與葉部份相反，銀杏果實(即白果)含有毒素，煮熟可減低其毒性，但大量進食可能導致癲癇發作甚至失去知覺。銀杏的服用劑量為每日120至240mg的標準劑，分2至3次服用。一般建議維持6至12星期以觀察效果，但病情可能早於4星期便出現改善。

## 常見副作用

副作用雖然不常見，但有可能引致嚴重的皮膚敏感。輕微的副作用包括頭痛、噁心、暈眩、紅疹及腸胃不適。

## 藥物相互作用

- 銀杏能減低血液的黏性，如服用抗血小板藥(如阿士匹靈(Aspirin)、Clopidogrel或薄血藥(如華法林(Warfarin))，應避免服用銀杏，否則可能會增加流血機會；
- 銀杏可能會減低抗糖尿病藥(如Glimepiride, Insulin, Pioglitazone, Rosiglitazone)的功效，而影響血糖控制。故此服用銀杏的二型糖尿病患者需密切監測血糖水平，在服食有關產品前應諮詢醫生或藥劑師意見；
- 銀杏可能影響負責許多藥物代謝的細胞色素酵素系統(Cytochrome P450 system)，影響多種藥物(如一些抗精神病藥、抗抑鬱藥、膽固醇藥等)的排出，從而增加藥物濃度及毒性，並且加快一些藥物排出，減低藥物的功效。詳情請向藥劑師或醫生查詢。

## 注意事項

銀杏可能增加出血的風險，手術前應停服。



## 蔓越莓 | Cranberry

### 來源

蔓越莓(Cranberry/*Vaccinium macrocarpon*)是一種表皮鮮紅，生長在寒冷的北美濕地、在矮藤上的小圓果。蔓越莓的果汁很酸，pH值低於2.5。它被廣範地用來預防或治療重複性泌尿道感染超過一百年。

### 成分及功效(用途)

蔓越莓含有豐富的維他命A、維他命C、維他命E、馬尿酸、磷、兒茶素等，具有抗氧化作用和抗菌功效。

蔓越莓成分中的果糖(Fructose)和初青花素/濃縮單寧酸(Proanthocyanidins/Condensed tannins)，可以防止大腸桿菌附著於尿道內的細胞上，讓細菌無法附著於人體內生長，進而降低人體受病菌感染的機率。

在預防泌尿道感染方面，用於女性的臨床實驗指出服用蔓越莓汁可以減少尿中的細菌，而抗生素使用率亦相對較低。

此外，初步試管實驗發現蔓越莓某些成份能避免低密度膽固醇(LDL，又稱壞膽固醇)氧

化，另具有抗腫瘤效果，和對抗幽門螺旋桿菌感染(*Helicobacter pylori* infection)的作用，但仍待進一步研究證實。

### 常見副作用

服用過多蔓越莓可能引起肚瀉。由於蔓越莓會增加尿液中的草酸鈣濃度，可能引起腎結石。容易患有腎結石的病人應避免服用蔓越莓。

### 藥物相互作用

服用薄血藥(如華法林(warfarin))的人士使用蔓越莓產品可能增加出血風險。

### 注意事項

- 對越橘屬植物過敏的人士不應服用；
- 懷孕、哺乳的女士和18歲以下的人士亦不宜服食；
- 有糖尿病的人盡量使用沒有加糖的蔓越莓產品，以免增加糖分攝取量；
- 預防泌尿道感染的有效方法包括平日多喝水以確保有足夠的排尿和避免憋尿。如有泌尿道感染癥狀，包括發燒、恥骨上部疼痛、小便痛或出血，應盡快求診。

## 鋸棕櫚 | Saw Palmetto

### 來源

鋸棕櫚(Saw Palmetto, *Serenoa repens*, *Sabal serrulata*)是一種用於改善前列腺增生癥狀的草藥。鋸棕櫚莓果實已被南美洲原居民悠久使用於膀胱、尿道和前列腺炎等泌尿系統的疾病。

### 成分及功效(用途)

前列腺增生(Benign prostatic hyperplasia, BPH)是因男性荷爾蒙失調而令前列腺細胞增生。由於前列腺位於尿道附近，前列腺增生會影響正常排尿，引起尿頻、夜尿、解尿時間長等症狀。醫學文獻指出鋸棕櫚莓果實提煉成分能抑制荷爾蒙的轉化，因此能舒緩前列腺增生的癥狀。但是對嚴重腫大的前列腺，藥物則比鋸棕櫚更有效。

另一方面，近年的初步研究指出，鋸棕櫚可能對男士禿頭也有幫助。

### 服用方法

鋸棕櫚的建議劑量為每日兩次，每次160mg，應與食物同服。療程通常為三個月，現時沒有服用多於六個月的研究數據。目前鋸棕櫚產品的有效成分含量還沒有訂下規格，不同產品可能含有不同份量的鋸棕櫚。

### 常見副作用

服用鋸棕櫚的副作用有頭痛、提升血壓、腹痛、便秘、作悶作嘔、背痛等。有單一報告指出服用鋸棕櫚可能引致肝炎(Acute cholestatic hepatitis)。

### 藥物相互作用

- 鋸棕櫚有抗雌激素的效果，因此會影響藥物如避孕藥及雌激素的功效，如正服用以上藥物，應避免服用鋸棕櫚；
- 甲受體阻滯劑( $\alpha$ -receptor blockers)或Finasteride可能與鋸棕櫚有交互作用，應避免同時服用；
- 鋸棕櫚有抗血小板作用，如服用抗血小板藥(如阿士匹靈(Aspirin), Clopidogrel)、抗凝血藥(如華法林(Warfarin), Heparin)或非類固醇消炎止痛藥(如Ibuprofen, Diclofenac)，應避免服用鋸棕櫚，因可能增加出血風險。

### 注意事項

- 懷孕中或有生育能力的婦女不能使用鋸棕櫚；
- 18歲以下的人士不宜服食；
- 服食鋸棕櫚前需先作前列腺檢查及實驗報告以確診為前列腺增生，開始服食鋸棕櫚前應先向你的藥劑師或醫生查詢。

## 螺旋藻 | Spirulina

### 來源

螺旋藻(Spirulina)是一種生長在鹼性鹽湖的節螺旋藻屬(Cyanobacteria)藍綠藻植物(Blue-green algae)，主要生長地在非洲和墨西哥等熱帶高溫地方，多為人工培植。

### 成分及功效(用途)

螺旋藻的蛋白質含量高達70%，並含有多種維他命B及礦物質如鐵、鉀、鈉、鎂和鈣。由於螺旋藻的營養價值豐富，因此被人們用作膳食補充劑，包括素食人士。

螺旋藻的β-胡蘿蔔素(β-carotene)、葉綠素(Chlorophyll)、藻藍素(Phycocyanin)具抗氧化作用，能抑制自由基對細胞的破壞；螺旋藻亦含脂肪酸，包括豐富的γ-亞麻油酸(γ-linoleic acid)，或有助預防心血管疾病。因此，服用螺旋藻聲稱能延緩老化，預防癌症，和降低低密度膽固醇(LDL)，但以上聲稱均沒有實證支持。其他有關螺旋藻功效的聲稱，包括消炎作用、抗菌作用、抗病毒作用等，都沒有實證支持。

部份動物實驗和小型人類試驗指出，螺旋藻

或能改善過敏性鼻炎，幫助控制糖尿病，和減低食慾以控制體重，但實際療效仍有待進一步的實驗作證。初步人體臨床實驗提供了證據顯示螺旋藻250mg配合2mg鋅(Zinc)可以改善因慢性砷中毒(Arsenic poisoning)造成的黑變病及角化病。

### 常見副作用

服用螺旋藻引致的不良反應有頭痛、肌肉痠痛、面熱、冒汗，和皮膚反應等，反應輕微。

### 藥物相互作用

有初步研究顯示螺旋藻可能會與抗血小板藥(如阿士匹靈(Aspirin)、Clopidogrel)、薄血藥(如華法林(Warfarin)、Heparin)及免疫抑制劑(如Azathioprine、Cyclosporine、Prednisone、Corticosteroids)有相互作用，如正服用以上藥物，應避免服用螺旋藻。

### 注意事項

- 對藻植物過敏的人士不應服用；
- 懷孕、哺乳的女士和18歲以下的人士亦不宜服食。

## 褪黑激素 | Melatonin

### 來源

褪黑激素(Melatonin)是一種由腦部的松果體製造的荷爾蒙。它的產生及分泌與光暗有關，於日光時減少，於黑暗時增加，顯示它與人體晝夜節律(Circadian rhythm)的關係。在正常的睡眠週期裏，褪黑激素於人體內的濃度由睡前開始增加，於深夜到達最高點，並於早上慢慢減退。用於製成補充劑的褪黑激素一般提取自牛的松果體或由化學結合而成。

### 成分及功效(用途)

服用褪黑激素可重設人體內的生理時鐘，對各種睡眠障礙有縮短入睡潛期(Sleep onset latency)，改善睡眠效率(Sleep efficiency)及增加睡眠時間的功效。

於時差問題上，實驗發現如在航班出發當天開始口服褪黑激素（與目的地睡眠時間相若），並於抵達後持續數日，能減低重建正常睡眠的適應時間，縮短睡眠潛期及改善日間疲倦。同樣地，褪黑激素重設睡眠規律的作用對經常輪更工作的人亦有正面幫助。當年紀漸大，褪黑激素的分泌會持續減少，造成老人常見的睡眠障礙。於睡前口服褪黑激素，能縮短他們的睡眠潛期及改善睡眠效率，對體內褪黑激素偏低的老人尤其有效。而睡眠相位後移症候群(Delayed sleep phase syndrome)的病人，出現入睡時間後移，以致早上難於起床的症狀，褪黑激素便能減低睡眠潛期，恢復正常的睡/醒週期。褪黑激素於老人及小童的各種繼發性睡眠障礙，亦能改善睡眠效率，增加睡眠時間。研究指出褪黑激素還可能對多種病症如癌症、心血管病及精神病等有一定療效，而且有抗氧化功

效，但現階段還須更多證據才可下結論。

### 服用方法

服用時間通常為正常或預定睡眠時間前三十分鐘至兩小時。研究使用的劑量由0.1mg到10mg不等，但劑量的多少與睡眠效果沒有明顯關係。於劑型方面，研究發現速釋製劑的功效可能比緩釋製劑為佳。

### 常見副作用

由數日以至數星期短時間服用的褪黑激素是相對地安全的藥物，它於服用三十分鐘內會造成睡意，效果最少維持一小時。其他副作用包括頭痛、暈眩及腸胃不適。

### 藥物相互作用

- 中樞神經系統抑製劑(如Benzodiazepines、酒精(Alcohol)、避孕藥及其他藥物(如Fluvoxamine)會與褪黑激素可能有相互作用，應避免同時服用；
- 有個別病例顯示同時服用褪黑激素及抗凝血藥(如華法林(Warfarin))會增加流血風險，故此如果正服用抗血小板藥(如阿士匹靈(Aspirin)、Clopidogrel)、抗凝血藥(如華法林、Heparin)或非類固醇消炎止痛藥(如Ibuprofen、Diclofenac)，應在服用褪黑激素前向醫生或藥劑師查詢，因可能增加出血風險；
- 咖啡因(Caffeine)會減低體內褪黑激素水平及口服褪黑激素的功效。

### 注意事項

患有抑鬱、青光眼或痙攣的人應小心使用，因褪黑激素可能會導致病情惡化。

# 奶薊 | Milk Thistle

## 來源

奶薊/乳薊(Milk Thistle)的使用部分為Silybum marianum的果實，有效成分為水飛薊素(Silymarin)。奶薊在古時被用作解毒菇的毒。奶薊的枝幹被切開時會流出白色的苦味汁液，所以被俗稱為牛奶薊或苦薊。

## 成分及功效(用途)

水飛薊素與肝細胞膜結合後，能穩定細胞膜，阻止毒素進入肝臟細胞。另外，水飛薊素促進蛋白質的合成，加快新肝臟細胞的製造。水飛薊素亦為一種抗氧化劑，減少游離基對肝臟細胞的破壞。水飛薊素能防止正常的星狀肝臟細胞(hepatic stellate cells)變為導致肝硬化的肌成纖維細胞(myofibroblasts)。

於急性肝炎上，研究顯示奶薊提取物能改善肝功能指數、加快痊癒、縮短住院時間和減低併發症的機會。於治療酒精性肝炎的臨床研究上，奶薊提取物能加快肝功能指數回復正常。另一項研究顯示，在慢性肝炎的病人中，奶薊提取物能減少肝硬化引發的死亡率。可是，水飛薊素沒有抗甲乙丙肝炎病毒的作用。

奶薊能減少有毒菇類A. phalloides中毒和精神科藥物Phenothiazines和Butyrophenones的肝毒副作用；在動物研究上能降低某些藥物如撲熱息痛(Paracetamol)和麻醉用的Halothane等的肝毒副作用。

## 服用方法

每日三次，每次140mg水飛薊素。

## 常見副作用

到目前為止，沒有任何報告指出奶薊有毒性反應，但高劑量的奶薊因增加膽汁分泌而可能引起肚瀉。

## 藥物相互作用

- 奶薊可能會抑制負責許多藥物代謝的細胞色素P450 (Cytochrome P450)酵素系統，可能減慢透過CYP3A4和CYP2C9酶代謝的藥物排出，從而增加藥物濃度及毒性；
- 奶薊可能會降低血糖水平，同時服用奶薊及口服降血糖藥(如Metformin、Glimepiride、Pioglitazone、Rosiglitazone)可能會令血糖過低，糖尿病患者應密切監測血糖水平；
- 奶薊可能會減低Sirolimus的排出，肝功能受損的病人應避免同時服用奶薊及Sirolimus。

## 注意事項

- 對菊類敏感的人士服用奶薊可能會產生過敏反應；
- 酒精會減少奶薊的護肝功能。奶薊不能加快酒精的分解；
- 雖然懷孕及授乳期間能安全服用奶薊，但建議應先諮詢醫生意見；
- 肝病可以是嚴重疾病，自行服用草藥或會延誤治療。

### 日健企業-保肝美

NP 製造商：BioGaia AB Stockholm, Sweden

批發商：日健企業

成分：乳薊精華、朝鮮薊精華、花粉精華、酵母精華

適應症：或有助促進肝臟細胞再生，膽汁分泌，減少廢物積聚

建議劑量：

- 成人：每日1次，每次1-2粒
- 小童：每日1次，每次1粒(餐後服用)
- 特別需要補肝人士：每日2次，每次2粒
- 舒緩宿醉、飲酒過多：飲酒前後，服用2-3粒

包裝：每瓶40粒，每粒915毫克

**來源**

膳食纖維是不被人體腸道酵素分解的多醣類及天然聚合物。纖維能在水果、蔬菜和五穀中找到。纖維可分為以下兩類：

1. 可溶性(Soluble)纖維：一進入腸胃道就開始分解，而變成黏膠液體，它能吸附一些會引起高膽固醇與癌症的物質。可溶性纖維包括果膠、樹膠、藻類、多醣類，可由麥片、豆類、燕麥麩、柑橘、蘋果、蕃薯、水果中獲得，尤其是夠弱的可溶性纖維為不可溶性的兩倍，而未成熟的水果的果膠是不可溶性纖維，但成熟後則轉為可溶性纖維；
2. 非可溶性(Insoluble)纖維：這是指不溶解於水的纖維，它會原封不動地通過小腸，使糞便體積變大而加速通過腸道而排出體外，含有這一類不溶性纖維是以纖維素、半纖維素為主，主要存在於麩皮、不加工五穀、蔬菜、水果表皮。

**成分及功效(用途)**

天然的高纖維食物，含豐富維他命B雜、C、E、兩種胡蘿蔔素和礦物質，可促進身體健康。食物纖維可刺激結腸內壁，加速腸道的蠕動，能令大便暢順，避免便秘、痔瘡及憩室症的出現或惡化。食物纖維能減慢腸道中的糖分和膽固醇進入血液的速度，有助平衡血糖水平，控制糖尿病患者病情。食物纖維也能促使膽固醇和脂肪排出體外，有助降低血中膽固醇及預防心臟病。由於食物纖維熱量低，易飽肚，能有助控制體重。長

期吃高纖維食物的人，大腸癌的發病率比不吃高纖維食物的人較低。

**用藥須知**

青少年及成人每天需要18-30g的食物纖維。長者則每天需要16-20g的食物纖維。

**常見副作用**

突然進食大量纖維可能引致腸胃氣脹和胃痛。所以最好在幾個星期中慢慢地在飲食中增加纖維份量。進食太多纖維可能妨礙某些礦物質吸收，包括鐵、鋅和鈣。

**藥物相互作用**

- 纖維可能降低血糖水平，同時服用纖維補充劑及胰島素(Insulin)或口服降血糖藥(如Glimepiride, Pioglitazone, Rosiglitazone)可能會令血糖過低，糖尿病患者應密切監測血糖水平；
- 纖維可能會減低口服藥物的吸收，影響該藥物的功效。建議在服用纖維補充劑一小時前或兩小時後才服食口服藥物。

**注意事項**

- 每天應避免攝取多於35g纖維；
- 一個有均衡飲食習慣的正常人，除非有醫生或營養師的指示，否則是不需要使用纖維補充劑的，因為這些產品可能加重或導致便秘；
- 服用此類產品應飲足夠的水。

# 輔酶Q10 | Coenzyme Q10

## 來源

輔酶Q10，又稱Co-enzyme Q10或Ubiquinone，是一種人體能自我製造的脂溶性的化合物。輔酶Q10負責細胞的呼吸作用和細胞中催化線粒體中能量體ATP的製造，能啟動人體細胞能量。此外，輔酶Q10亦是一種抗氧化劑，能穩定細胞膜結構，確保細胞不受電子或自由基的傷害，具有提高人體免疫力，增強抗氧化力、人體活力及延緩細胞衰老等功能。

輔酶Q10亦存在於動植物中，例如：牛肉、豬肉、雞肉、沙甸魚、鯖魚、大豆、牛油果、菠菜等。但因輔酶Q10會被高溫破壞，所以人不能穩定地從食物中補充到足夠份量。人體內輔酶Q10量自30歲起，便會逐漸降低，因此細胞亦會加速退化，造成與人體老化相關的疾病，例如：心臟病、高血壓、關節炎、帕金森症、糖尿病及皮膚的老化。有研究顯示牙齦病、哮喘、男性不育、甲狀腺失調、癌症等疾病皆與體內低輔酶Q10水平有關。

## 成分及功效(用途)

各種心血管和心肌病變都能透過補充輔酶Q10得以改善，例如：慢性心衰竭、高血壓、心絞痛、心律不正、心瓣下垂等。研究證實病人在服用3個月的輔酶Q10後，心臟機

能改善了75%以上。

有研究結果發現帕金森症血液及腦內線粒體中的輔酶Q10不足，使線粒體提供能量的功能受損，令黑質內神經細胞死亡。服用高劑量的輔酶Q10能舒緩帕金森症的初期症狀，亦能改進運動機能 and 日常活動。

正在服食他汀類藥物(Statins)的病人被測出血液內的輔酶Q10含量減少，使病人患上Statins引起的肌毒症機會增加。

輔酶Q10對於抗氧化以及抗自由基有卓越的效果，其抗氧化的效果是維他命E的40倍，所以它也被廣泛地用在外用皮膚護理產品上。

## 用藥須知

每日60-200mg，分2-3次服用。

## 常見副作用

副作用雖然不常見，但有可能引起胃部不適、噁心、皮疹、食慾不振。

## 藥物相互作用

輔酶Q10能影響以下藥物：降膽固醇藥(如Statins)，降血壓藥(如Propranolol和Metoprolol)，抗精神病藥(如Phenothiazines)，抗抑鬱藥(如Tricyclic antidepressants)的吸收或代謝作用。

**美國家得路心臟寶(強效CoQ10配方)**  
CATALO Natural CoQ10 Heart NP  
Formula

**批發商：**家得路美國天然健康食品有限公司

**成分：**天然輔酶Q10精華(每粒含100mg)，天然納豆精華，天然大豆卵磷脂精華

**適應症：**或有助強化血管，維持心臟健康；抗氧化；加速角質新陳代謝

**建議劑量：**每天1-2粒，請於餐後服用

**禁忌症：**食物：對豆類敏感人士，不宜服用

### 注意事項：

- 餐後服用
- 懷孕期間不可/小心服用
- 懷孕及喂哺中婦女，正服用藥物、接受藥物治療及進行手術2星期前人士，服用前請諮詢醫護人員意見
- 請放於乾燥及陰涼地方，避免陽光直接照射

**包裝：**30粒裝

**製造商：**CATALO Health Inc. USA

**日本命力-強心素** NP

**成分：**輔酶Q10、納豆激酶、紅麴、深海魚油

**適應症：**或有助衡脂降醇、溶解脂肪酸、暢通血管、軟化心血管

### 建議劑量：

保健人士：每日1次，於餐後服用2粒  
特別需要人士：每日2次，於餐後服用2粒

**副作用：**服食薄血藥人士或接受手術前或後一星期內切忌服用

**包裝：**每瓶60粒，每粒200mg

**批發商：**康盟有限公司

## 紫錐花 | Echinacea

### 來源

紫錐花(Echinacea)，被認為有增強免疫能力的作用，於北美洲及歐洲被廣泛應用於預防及醫治傷風感冒等上呼吸道感染。傳統上，紫錐花以口服或外用方式應用在多種病症，包括傷口癒合、濕疹、牛皮癬及單純疱疹(Herpes simplex)等。紫錐花屬是菊科類(Asteraceae)植物，共有九個不同的品種，但作藥用的品種主要有*Echinacea angustifolia*、*E. pallida*及*E. purpurea*三種。市面上的紫錐花產品種類繁多，由於不同產品採用不同的品種及植物部份，使用不同的提取方法，甚至加入其他的草藥成分，令產品間的差異甚大。

### 成分及功效(用途)

德國政府的草藥委員會German Commission E核准*E. purpurea*可用於感冒、呼吸道感染及尿道炎，而*E. pallida*則可用於流感的症狀。紫錐花中的酚類物質(Phenolic compounds)相信是提供其藥理作用的主要成份，有刺激人體免疫系統、局部麻醉、消炎、抵抗病毒及清除游離基等作用。一般相信紫錐花增強免疫功能的原理在於它能活化白血球及巨噬細胞，於感染時對付入侵的病毒。有實驗指出，紫錐花用於成人的上呼吸道感染，能紓緩傷風感冒的症狀及縮短患病的時間。其中，於感冒初期開始服用*E. purpurea*(莖葉部份)對減輕症狀最為有效。與成人相比，紫錐花於小童的成效較缺乏實證支持，而且有增加出疹的風險，一般不建議使用。紫錐花亦被用作預防感冒，但初步研究顯示其效果未如理想。其他的研究用途如於感染及癌症中作輔助治療，皆有待更多的證據支持。

### 用藥須知

市面上的紫錐花產品有膠囊、壓榨汁液(Expressed juice)、酏劑(Tincture)及茶等。建議劑量為每日3次，每次300mg的提取物粉劑(Dry powdered extract)或一至兩膠囊的凍乾提取物(Freeze-dried extract)；其他選擇包括1至2mL的酏劑及2至3mL的壓榨液，同樣地每日服用3次。外用時則可將紫錐花15%壓榨液用於傷口及皮膚潰瘍處。口服紫錐花應於感冒症狀出現後立即開始服用，持續至症狀減退後一至兩日便可停服。由於對免疫系統的作用未明，German Commission E建議服用期不應超過八星期。

### 常見副作用

紫錐花的副作用不常見，一般可能出現腸胃不適、嘔心或喉嚨痛等。

### 藥物相互作用

紫錐花有刺激免疫系統的作用，因此應該避免與免疫抑制劑同時使用。

### 注意事項

有哮喘、濕疹或過敏性鼻炎，或對菊科植物過敏的人士有較高風險出現輕微至嚴重的過敏反應，如紅疹、呼吸困難甚至休克。前三類患者亦可能因紫錐花導致病情惡化，故應避免服用。由於紫錐花有潛在增強免疫功能作用，German Commission E建議患有自體免疫病(Autoimmune disease)、肺結核、多發性硬化(Multiple sclerosis)及感染人類免疫缺乏病毒(Human immunodeficiency virus / HIV)的人士應小心使用。曾經接受肝臟移植的病人亦應留意，服用大量的紫錐花可導致肝酵素上升，可能損害肝功能。懷孕或哺乳期間的婦女亦不建議使用。



## 貫葉連翹 | St. John's Wort

### 來源

貫葉連翹(Hypericum perforatum, St. John's Wort)的藥理可能與調節GABA、多巴胺、血清素等神經傳遞物質有關，是一種歐美西方國家常用來治療抑鬱的草藥。

### 成分及功效(用途)

有不少臨床研究指貫葉連翹能有效治療輕度至中度的抑鬱症，其效果和傳統的TCA(三環抗抑鬱劑)相若。可是現在仍然未有足夠研究證實貫葉連翹在嚴重抑鬱症和其他精神科疾病的功效。

### 常見副作用

貫葉連翹的副作用一般都較為輕微，常見的副作用包括腸胃不適、敏感反應、疲倦、頭痛、口乾、便秘等。但貫葉連翹能影響一些藥物的新陳代謝，與很多藥物有相互作用。所以正服食藥物的市民在開始服用貫葉連翹時要諮詢藥劑師或醫生的意見。

### 藥物相互作用

正在服食一些抗抑鬱和偏頭痛藥的病人應避免服用貫葉連翹，因同時服用可能引起血清素症候群，嚴重的可引起心臟停止、呼吸衰竭、昏迷、和多重器官衰竭。

貫葉連翹可：

- 降低薄血藥華法林(Warfarin)的藥效；
- 使抗HIV病毒藥物的藥效減低，而令病毒產生抗藥性；
- 減低抗排斥藥環孢素(Cyclosporin)的血液水平，影響曾接受器官移植的病人；
- 增加口服避孕丸的新陳代謝而使避孕的藥效減低；
- 影響抗癲癇、抗排斥、抗生素、抗病毒、麻醉劑、抗真菌、抗焦慮、心臟藥物、鎮靜劑和抗癌等藥物的功效。

### 注意事項

貫葉連翹在孕婦和餵哺母乳女士的安全性和療效仍然未明，因此不建議服用。

## 月見草油 | Evening Primrose Oil

### 來源

月見草油從 *Oenothera biennis* 中提煉。月見草油的主要成分包含奧米加脂肪酸， $\gamma$ -次亞麻油酸(Gamma-linolenic acid, GLA)和亞麻油酸。

### 成分及功效(用途)

月見草油被廣泛使用作為多種疾病的飲食補充劑，包括經前綜合症(Premenstrual syndrome (PMS))，皮膚病(如異位性皮膚炎等)和類風濕性關節炎。有研究顯示月見草油能改善濕疹的情況。

### 常見副作用

常見副作用包括頭痛、腸胃不適、噁心等。

### 藥物相互作用

月見草油含有 $\gamma$ -次亞麻油酸，具有抗凝血作用，應避免與其它抗凝血劑或抗血小板藥物同時服用，可能會增加瘀傷、出血的風險。服用任何產品含有 $\gamma$ -次亞麻油酸和維他命E，並同時服用吩噻嗪類(Phenothiazine)藥物，可能會增加癲癇發作的風險。

### 注意事項

- 有報告指出使用月見草油或可能會引發癲癇。因此，癲癇症病人不應該使用月見草油；
- 將進行麻醉的手術的患者，應該在2個星期前停止服食月見草油；
- 現時沒有足夠資料顯示月見草油在懷孕或餵哺母乳婦女可以安全使用。

## 武靴葉 | *Gymnema Sylvestre*

### 來源

武靴葉(*Gymnema Sylvestre*)是種茂盛的攀緣植物，生長於印度中部與南部的熱帶森林。

### 成分及功效(用途)

近幾十年來藥草學者的研究發現：武靴葉含有許多不同植物的醣類化合物，它們衍生而成的Gymnema acid能增加胰島素的作用、減少身體對胰島素的需要，並能控制空腹時的血糖濃度，所以對第一型糖尿病(胰島素依賴型)有很好的治療效果。對第一型的病人，它更能減少降糖藥物的使用，而純粹以武靴葉控制血糖。但對一般人而言，武靴葉卻不會降低正常血糖而形成低血糖。

武靴葉有助於抑制腸道葡萄糖吸收，阻止細胞將不能吸收的多餘糖分轉換成脂肪，減少脂肪積聚。武靴葉亦有助肝臟糖原分解，刺激胰島素的分泌，降低血糖水平。此外，武靴葉更可抑壓嗜甜的味覺，減低嗜甜者對甜食的意慾，可有效地減低身體對糖分的攝取量，減輕身體的負擔。

### 藥物相互作用

武靴葉有增強降糖藥物和胰島素的降血糖效果，應密切監測血糖水平。

### 注意事項

正服用糖尿病藥物的人，必須請教醫生或藥劑師是否可使用武靴葉。

### 日本命力-魔豆瘦身

NP

**成分：**魔豆澱解因子：四季豆精華、排水因子、武靴葉、藤黃果、綠藻多醣體及植物纖維

**適應症：**或有助排水去腫、抑制甜份轉化脂肪、清除體內的毒素

**建議劑量：**成人每餐服一至二包

**包裝：**每盒60包，每包3粒x60包，每粒200mg

**批發商：**康盟有限公司

## 來源

海帶(Kelp)是一種海草，能生吃，但它通常被製作成調味料，亦會被磨成粉末或片劑，製成健康食品。

## 成分及功效(用途)

海帶是維他命、礦物質及許多微量元素的豐富來源，而且由於它含有碘、鉀、鎂、鈣與鐵，海帶也被用於治療甲狀腺的毛病。海帶對感覺神經、腦膜及脊髓有益，可用於脫髮、甲狀腺腫、潰瘍、肥胖症及軟化糞便，也適合那些缺乏礦物質的人。海帶含多種礦物質，尤其碘，但因產地及季節差異而含量

相差甚大，從0.03%到0.5%都有可能，因此無法確定吃多少海帶就有足夠甲狀腺需求的碘。

人體每日只需要約0.15mg碘。海帶含大量的碘，可以幫助製造甲狀腺荷爾蒙，維持全身細胞正常新陳代謝的需要。

## 藥物相互作用

海帶具有抗凝血作用，與抗血小板藥物或抗凝血藥同時服用可能會增加瘀傷、出血的風險。同時使用抗甲狀腺藥可能會引致甲狀腺功能低下，並導致甲狀腺機能減退。

# 蜂膠 | Bee Propolis

## 來源

蜜蜂會將自己的唾液和採集得來的樹脂、植物汁液和花粉等混合，製成一種膠狀物質來修補蜂巢，防止外敵進入。這種膠狀物質稱為蜂膠(Bee propolis)。天然蜂膠具黏性，並帶有植物的芳香氣味，而顏色則會因為地區和蜜蜂品種而有所不同，一般呈黃褐或深綠色。

## 成分及功效(用途)

蜂膠含有大量生物類黃酮(Bioflavonoids)如芹菜素、槲皮素、蘆丁等，有抗氧化、抗發炎、抗組織胺等作用。同時亦能促進組織修復和再生，降低血脂和血壓。研究發現蜂膠有多種功效如止咳、消炎、抗菌、抗氧化、抗腫瘤、治療口腔及胃潰瘍等。

蜂膠亦含有多種有機酸(Organic acid)，如安息香酸、咖啡酸等。它們有抑制細菌及抵抗發炎反應的作用。另外萜類化合物(Terpenoids)含有能夠抑制及殺滅腫瘤細胞的作

用。除此之外，蜂膠亦含有少量礦物質、氨基酸及維他命B1、B2、B6等。

## 用藥須知

蜂膠可被製成多種產品，外用的如蜂膠油、蜂膠乾膏等。口服產品則有蜂膠水溶液、蜜溶蜂膠、蜂膠膠囊等。由於各種產品的用法各有不同，故應按照產品說明上的指示使用。

## 常見副作用

目前沒有充份的資料確認蜂膠的安全性，但並沒有不良副作用紀錄。

## 注意事項

- 蜂膠有機會引起皮膚炎或其他過敏反應。故對花粉或蜜糖敏感人士，或哮喘病患者不宜使用蜂膠；
- 懷孕或餵哺母乳的女士亦應避免使用蜂膠。

### 美國家得路特強綠蜂膠精華

CATALO Extra Green Propolis Extract

NP 批發商：家得路美國天然健康食品有限公司

#### 成分：天然特強巴西綠蜂膠精華

(FLAVTM-G)，每2粒含標準化最少10毫克類黃酮素、阿特匹靈C、槲皮素、山柰酚、白楊素、楊芽黃素、生松素、高良薑素

**適應症：**或有助提升免疫力；維持心腦血管健康；減輕過敏症狀；改善皮膚健康，加速痘瘡及粉刺痊癒

#### 建議劑量：

- 成人：每天1-2粒，請於餐後服用
- 12歲至18歲：每天1粒，請於餐後服用

**禁忌症：**食物：對蜂蜜產品過敏人士，不宜服用

#### 注意事項：

- 餐後服用
- 懷孕期間不可/小心服用
- 懷孕及喂哺中婦女，正服用藥物、接受藥物治療及進行手術2星期前人士，服用前請諮詢醫護人員意見
- 請放於乾燥及陰涼地方，避免陽光直接照射

**包裝：**60粒裝

**製造商：**CATALO Health Inc. USA

# 蜂王漿 | Royal Jelly

## 來源

蜂王漿(Royal jelly)又名蜂皇漿、蜂乳、蜂王乳，是由工蜂分泌出來的奶白色乳狀物，用以供應蜂王幼蟲或成蟲作為其主要食物。

## 成分及功效(用途)

蜂王漿各項成份的比例會因應蜂種、產地、季節和氣候而有所變化，但一般成份有60-70%水份、12%-15%蛋白質、10-16%糖份、3%-6%脂肪和2-3%維他命、鹽份、胺基酸等。目前蜂王漿已知的功效包括抗腫瘤、抗氧化、抗菌、輔助降低血糖、擴張血管、降低血壓、促進傷口癒合等。亦有研究發現蜂王漿能降低血脂。

## 常見副作用

過量服用可能會引致輕微腸胃不適。

## 藥物相互作用

根據動物研究顯示，蜂王漿有降低血壓的作用，與抗血壓藥同時使用可能會增加低血壓的風險。此外，蜂王漿亦有可能增加華法林(Warfarin)的效果和出血風險。故此，蜂王漿不建議與抗血壓藥或華法林同時服用。

## 注意事項

哮喘病人應避免使用蜂王漿。

### 日本命力-女之元氣

NP

**成分：**鯊魚軟骨精華、蜂皇乳及黃豆精華(去糖大豆異黃酮，不含基因改造成分)

**適應症：**日本專利「去糖」大豆異黃酮配方，或有助預防機能退化、舒緩經期、更年期前後之煩惱、強化骨骼、保持血液及心臟健康

**建議劑量：**早上服二至四粒

**包裝：**每瓶60粒，每粒200mg

**批發商：**康盟有限公司

## 藍莓素 | Blueberry

### 來源

藍莓原產於美洲，早在幾個世紀前已非常受當地人歡迎。至今其產業已經擴展至全球各地，包括美國、加拿大、南美洲、澳洲、歐洲及日本等。

### 成分及功效(用途)

不同的研究分別指出，藍莓有極高的抗氧化功能，可幫助緩解視力衰退、降低低密度膽固醇引起的心血管疾病和中風的發病率，還有抗老化的功效。最新的動物研究顯示，藍莓或可提升記憶力和運動協調能力。不過，目前還未有充足的研究證實藍莓能緩解眼睛疲勞和預防近視。

藍莓素主要是指藍莓中的花青素(Anthocyanidins)，被指有抗氧化、活化視網膜、改善黑眼圈、加強夜間視力等護眼的功效。事實上，藍莓亦含有多種眼睛所需的營養，例如β-胡蘿蔔素中的葉黃素和玉米黃素、維他命

C及E、鋅等。科學研究證實有助保持眼睛健康。市面上的藍莓產品，一般都含有多種上述的成份。

### 服用方法

藍莓素產品多為明膠膠囊或膠囊產品，服用方法請見個別產品說明。

### 常見副作用

目前未有研究證實食用藍莓有明顯的副作用，身體健康的人進食藍莓素一般不會產生副作用。

### 藥物相互作用

目前未有研究證實食用藍莓有明顯的藥物相互作用。有關的研究顯示藍莓或會降低血糖，故此食用藍莓的糖尿病患者需密切監測血糖水平。建議糖尿病患者服食有關產品前應諮詢醫生或藥劑師意見。

美國家得路金裝眼藍莓精華  
CATALO Bilberry Eye Bright  
Extract GOLD

NP 批發商：家得路美國天然健康食品有限公司

**成分：**Mirtoselect®北歐野生藍莓精華(每2粒含標準化36%花青素配醣體=58mg/25%花青素=40mg)，FloraGLO®萬壽菊精華(每2粒含標準化5%葉黃素=12mg及0.3%玉米黃質素=1mg)，天然小米草精華

**適應症：**或有助促進視覺敏銳度及影像清晰，延緩老花及退化；保護黃斑部，過濾藍光，免受輻射及紫外線影響；舒緩眼睛疲勞，擊退紅筋，滋潤眼睛

#### 建議劑量：

- 成人：每天1次，每次2粒，請於早餐後服用，如有需要，可於下午多服1粒
- 小童：每天1次，每次1粒，請於早餐後服用

#### 注意事項：

- 餐後服用
- 懷孕期間不可/小心服用
- 懷孕及喂哺中婦女，正服用藥物、接受藥物治療及進行手術2星期前人士，服用前請諮詢醫護人員意見
- 請放於乾燥及陰涼地方，避免陽光直接照射

**包裝：**60粒裝

**製造商：**CATALO Health Inc. USA

## 奶粉 | Milk Powders

奶粉主要是以牛的乳汁為原料，經過消毒、脫脂、脫水、乾燥等工藝製成。奶粉可按不同的使用對象，分為嬰兒奶粉、兒童奶粉、成人奶粉、孕婦用奶粉、老人奶粉等。

嬰兒配方奶粉依其適用對象可分為下列三大類：

- 以牛乳為基礎之嬰兒配方奶：適用於一般的嬰兒；
- 特殊配方之嬰兒配方奶：一些特殊生理狀況的嬰兒，需要食用經過特別加工處理的嬰兒配方食品。此類嬰兒配方食品，需經醫生、營養師指示後，才可食用，依其成分特性又可進一步分為：
  - 乳糖之嬰兒配方奶：適用於對乳糖無法耐受的嬰兒；
  - 部份水解奶粉：適用於較輕度的腹瀉或過敏之嬰兒；
  - 完全水解奶粉：適用於嚴重的腹瀉、過敏或短腸症候群之嬰兒；
  - 元素配方奶粉：適用於最嚴重的慢性腹瀉、過敏或短腸症候群之嬰兒；
- 早產兒配方奶：主要成分已經修正為適合

早產兒使用。

兒童奶粉主要為3-6歲兒童提供成長所需的額外營養，部分產品更含有DHA及Probiotics益生菌，改善腸道環境，從而增強抵抗力。市面上也有一些為偏食兒童而設的兒童奶粉，當中含有完整均衡之營養素，以及益生菌、AA和DHA。

孕婦用奶粉是針對孕婦的生理特點，為促進胎兒的正常發育，滿足孕婦和胎兒所需營養而特別配制的奶粉。多數孕婦奶粉都提供了充足的微量元素，如鐵、鋅、鈣和磷，孕婦選擇奶粉時必須注意營養的均衡。有的配方含有胎兒發育急需的葉酸；有的提供了亞油酸、亞麻酸等必需脂肪酸或DHA。

中老年奶粉是根據中老年人的生理特點和營養需求所調製，除了機本營養素，部分產品更含有硒(Selenium)，煙酸(Niacin)及膳食纖維(Dietary fibers)等營養素，保持心臟血管健康。



# 其他健康食品 | Other Health Products

## 美國家得路特強活視葉黃素配方 CATALO Extra Lutein Formula NP

**成分：**FloraGLO®萬壽菊精華(每1粒含標準化20mg葉黃素及1mg玉米黃質素)，紅花油酸

**適應症：**或有助促進眼睛健康，過濾藍光，保護黃斑部，免受輻射及紫外線影響，保持視網膜完整，高氧化

**建議劑量：**

- 成人：每天1粒，請於早上服用，如有需要，可於下午多服1粒
- 小童(6歲或以上)：每天1次，每次1粒，早上服用

**禁忌症：**

- 正服用藥物、接受藥物治療及進行手術2星期前人士，服用前請諮詢醫護人員意見
- 懷孕及喂哺中婦女，服用前請諮詢醫護人員意見

**注意事項：**

- 懷孕期間不可/小心服用
- 請於餐後服用
- 請放於乾燥及陰涼地方，避免陽光直接照射

**包裝：**每樽60粒

**製造商：**CATALO Health Inc. USA

**批發商：**家得路美國天然健康食品有限公司

## 日本命力-久織元素 NP

**成分：**蟹殼素、金絲桃科、米醋抽出物、地膚子、決明子、辣椒素、番石榴精華、可可豆、綠藻多醣體

**適應症：**或有助促進燃燒體內脂肪，適合綜合性肥胖人士

**建議劑量：**成人每餐前服四至六粒

**包裝：**每瓶240粒，每粒250mg

**批發商：**康盟有限公司

## 日本命力-極品姬松茸 NP

**成分：**極品純正姬松茸子實體85%及菌絲體15%

**適應症：**或有助固本培元、補肝益精；改善疲倦、精神不振；舒壓寧神、幫助睡眠；舒緩敏感症狀；適合產後、病癒後及手術後之調理

**建議劑量：**

- 成人：每日服二至三粒
- 小童：每日服一粒

**包裝：**每瓶90粒，每粒220mg

**批發商：**康盟有限公司

## 日本命力-海洋美白丸 NP

**成分：**海洋膠原蛋白、鯊魚軟骨黏多醣體、葡萄種子精華、針葉櫻桃精華、花

粉精華、麥米精華

**適應症：**或有助美白、補水及鎖水，擊退色斑，抑制黑色素，減退幼紋

**建議劑量：**每日早、晚各1至2包

**包裝：**每盒40包，每包5粒，每粒200mg

**批發商：**康盟有限公司

## 日本命力-豐慶乳油 NP

**成分：**泰國山芋、杏仁仁油、天然抗氧化維他命及珍貴植物精華

**適應症：**或有助促進胸部細胞組織修補

**建議劑量：**沐浴後，早、晚按摩

**注意事項：**

- 只供外用
- 懷孕或哺乳期間不宜使用
- 不慎入眼，請立即沖洗
- 如用後出現敏感，請立即停用
- 放置陰涼處

**包裝：**每支100ml

**批發商：**康盟有限公司

## 日本命力-豐慶美乳 NP

**成分：**泰國山芋、魚類膠原蛋白、藤黃果、匙羹藤

**適應症：**或有助促進胸部細胞組織修補

**建議劑量：**

- 豐胸：餐前15分鐘，每次二包
  - 緊緻：餐前15分鐘，每次一包
- 注意事項：**與牛奶或豆漿一同服用，效果更佳

**包裝：**每盒60包，每包3粒，每粒

300mg

**批發商：**康盟有限公司

## 日本命力-鯊魚素 NP

**成分：**魚鯊烯Squalene濃度高達99.9%以上

**適應症：**或有助提供細胞氧分；活化肝細胞，排走過量毒素；改善膚色；強化頭髮、指甲健康；活化腦細胞

**建議劑量：**

- 成人：每日三至五粒
- 小童：每日服一至二粒

**包裝：**每瓶100粒，每粒450mg

**批發商：**康盟有限公司

## 日本命力-龍霸 NP

**成分：**孵卵精華、南美瑪卡、酵母精華、黑蜂幼蟲尾、海狗精華、蠟皇精華

**適應症：**或有助固本培元、補血益精、強身壯腰、減少疲勞、改善氣虛血弱、手腳冰冷

**建議劑量：**成人每日一次，每一至二粒

**包裝：**每瓶20粒，每粒300mg

**批發商：**康盟有限公司

## 余仁生降酸保健茶 NP

**成分：**日本綠茶、廣金錢草、貓鬚草

**適應症：**或能清熱利尿，化濕通淋，瀉火去濕

**建議劑量：**本產品以獨得高濃縮生產技術製成，只須將草包送在杯內，以沸水浸泡二分鐘，其中的濃縮草精華便可全部釋出，不用重複浸泡，更濃更快捷。

**注意事項：**請置於陰涼乾燥處

**包裝：**每盒12包，每包淨重2克

# 藥商及藥房通訊錄

CATALO Natural Health  
Foods Ltd.



地址：香港九龍觀塘鴻圖道81  
號7樓  
電話：+852 3556 8686  
電郵：info@catalo.com.hk  
網址：www.catalo.com.hk

GSK



地址：香港九龍尖沙咀廣東道9號  
港威大廈6座23樓  
電話：+852 3189 8989  
傳真：+852 3189 8931  
網址：www.gsk.com

Takeda Pharmaceuticals  
(HK) Ltd.



武田藥品

Address: 23/F & 24/F, East Exchange Tower, 38 Leighton Road, Causeway Bay, Hong Kong  
Tel: 852 2133 9821

Concord Alliance Limited



日本命力健康食品

Address: Unit 1606, 16/F, 113 Argyle Street, Mongkok, Kowloon, Hong Kong  
Tel: (852) 2713 6061  
Fax: (852) 2194 0008  
Email: info@meiriki-jp.com.hk

Health Alliance International  
Company Limited



Address: Unit A & B, 13/F., Max Share Centre, 367-373 King's Road, North Point, Hong Kong  
Tel: +852 2136 1191  
Fax: +852 2136 1192  
Email: admin@hai.com.hk  
Website: www.hai.com.hk

TCM Healthcare(London)  
Ltd.



Address: Unit 705, Sun Cheong Industrial Building, 1 Cheung Shun St, Cheung Sha Wan, Kowloon, Hong Kong  
Tel: +852 2811 2766  
Fax: +852 2579 0233  
Email: info@tcmlondon.com  
Website: www.tcmlondon.com

Eu Yan Sang 余仁生



地址：香港新界元朗工業邨宏利街10號余仁生中心  
電話：+852 2544 3268  
傳真：+852 2850 6785  
電郵：info.hk@euyansang.com  
網頁：www.euyansang.com.hk

Otsuka Pharmaceutical  
(H.K.) Ltd.



Address: 10/F, Phase 1, China Taiping Tower, 8 Sunning Road, Causeway Bay, Hong Kong  
Tel: (852) 2881 6299  
Fax: (852) 2577 5206  
Website: www.otsuka.hk

TRB Chemedica Hong Kong  
Limited



Address: Room 2307, 23/F, Pacific Plaza, 410 Des Voeux Road West, HK  
Tel: 2893 6808  
Fax: 2834 8209  
Website: www.trbchemedica.com

Galderma Hong Kong Ltd.



Address: Suites 3501-02, 25/F, Cambridge House, Taikoo Place, 979 King's Road, Island East, Hong Kong  
Tel: 2824 0333  
Fax: 2827 7760  
Email: info.hkg@galderma.com  
Website: www.galderma.com

Pfizer



地址：香港鰂魚涌英皇道683號嘉里中心18樓  
電話：+852 2811 9711  
傳真：+852 2579 0599  
網頁：www.pfizer.com

Unam Corp. Ltd. 耀南洋行



Address: 3rd Floor, Chiu Lung Building, 25 Chiu Lung Street, Central, Hong Kong  
Tel: (852) 2522 9125  
Fax: (852) 2810 5395  
Email: unamcorp@unam.imsbiz.com.hk  
Website: www.unamcorp.biz.com.hk

嶺南藥廠



**Address:** G/F, 467 Shanghai Street., Mongkok, Kowloon, Hong Kong

**Tel:** +852 2771 7986

**Fax:** +852 2385 5715

**Email:** lingnam@ling-nam.com.hk

**Website:** <http://www.lingnam.com.hk/fanti/Company.asp>

**明心大藥房藥物管理中心  
ACP Medication  
Management Centre**

**Address:** Workshops E2, E3 & E4, 19/F, Wah Lok Industrial Centre, Phase II, 31-35 Shan Mei Street, Fo Tan

**Tel:** 6335 6458

**Fax:** 3020 1708

中正藥房有限公司

Chung Ching Dispensary Ltd

**地址:** 新界葵涌打磚坪街70號麗

晶中心B座8樓

**電話:** 3760 8300

**傳真:** 3760 8500

高華大藥房

Clover Dispensary

**地址:** 九龍旺角彌敦道695號

地下

**電話:** 2395 2647

**傳真:** 2394 1269

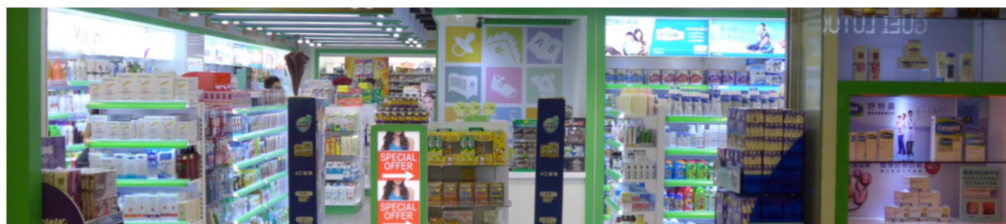
活士西藥房

Woods Pharmacy

**地址:** 馬鞍山新港城中心第四期

2099-2100號舖

**電話:** 2580 8877/2633 7828



# 分區藥房列表 | List of Authorised Seller of Poisons

## 香港

### 中西區

永發參茸海味中西藥房有限公司  
榮興藥房  
萬事達(香港)藥房  
森永大藥房  
耀華氏施德之大藥房  
萬得藥房  
新永寧藥房有限公司  
金寶大藥房  
西環中西大藥房有限公司  
信譽藥房有限公司  
達成香水有限公司  
富豐大藥房  
仁安藥房有限公司  
泓盛大藥房  
萬得藥房  
華達中西藥房有限公司  
宏基中西藥房有限公司  
THE VICTORIA DISPENSARY O/B  
ELEGANCE CO. LTD.  
華達中西藥房  
正佳藥房有限公司  
長泰西藥房(香港)有限公司  
長榮藥房有限公司  
全昌藥房

### 東區

榮興參茸中西藥房  
永利大藥房  
千島藥房  
仁生藥房有限公司  
仁德大藥房  
仁和中西大藥房  
宜安大藥房  
利康中西藥房  
長康中西藥房  
名豐大藥房有限公司  
新富強藥房有限公司  
北角藥房  
天力藥房  
友康寧藥房  
天力藥房(筲箕灣)有限公司  
天力藥房有限公司  
健威大藥房  
健豐中西藥房有限公司  
國城大藥房  
康寶西藥房  
振興中西藥房

中華中西藥房有限公司  
盈富藥房有限公司  
鴻運藥房有限公司  
富泰藥房有限公司  
豐達西藥房(香港)有限公司  
豐達西藥房有限公司  
金星西藥房有限公司  
海洋中西大藥房有限公司  
海昇西藥房有限公司  
安興中西藥房  
安寧大藥房  
寶生大藥房  
新康西藥房  
社企藥房  
新寧藥房(北角)有限公司  
中國藥房  
潮興大藥房

### 南區

英華西藥房  
份子掃描及醫療迴旋加速器中心  
金輪中西參茸大藥房有限公司  
金輪中西大藥房  
僑豐西藥房  
信義大藥房有限公司  
天星藥房  
誠德大藥房有限公司  
嘉利大藥房

### 灣仔區

英國藥房  
民生藥房有限公司  
萬譽大藥房  
德信大藥房  
宏保中西藥房有限公司  
新星中西大藥房有限公司  
高登大藥房  
金輪大藥房  
嘉寧中西藥房  
隆泰藥房  
德康大藥房  
香港中西大藥房有限公司  
健盈大藥房  
康明大藥房  
御仁堂中西大藥房有限公司  
進達大藥房  
中聯中西大藥房  
中信中西藥房  
富康中西大藥房  
富明西藥房  
富生藥房

富達藥房  
富康大藥房  
惠澤社區藥房  
聲望藥房有限公司  
義成藥房 (REGAL DISPENSARY)  
義成藥房 (REGAL PHARMACY  
O/B MILLION SKY INTERNA-  
TIONAL HOLDINGS LIMITED)  
順明藥房  
信安中西大藥房  
銀河中西大藥房有限公司  
友誠中西大藥房  
時代大藥房  
新昌大藥房  
新寧藥房有限公司  
旭輝大藥房  
正大華藥房

## 九龍

### 九龍城區

廣大西藥房有限公司  
萬城藥房有限公司  
嘉福中西大藥房  
康晴藥房及保健中心有限公司  
德勝西藥房  
祺昌藥房有限公司  
麒麟大藥房有限公司  
健輝大藥房  
建樂大藥房有限公司  
健生中西藥房  
康福中西藥房  
誠信大藥房  
紅燭藥房  
忠信藥房  
福興大藥房  
泛亞大藥房有限公司  
康是美大藥房  
信昌中西藥房  
信興藥房  
SHUN HOI INTERNATIONAL UN-  
ION MEDICINE TRADING CO. LTD.  
春生厚  
寶萊大藥房有限公司  
卓興大藥房有限公司  
同福參茸中西藥房  
長春正行中西藥房  
CHEUNG WAH DISPENSARY LTD.  
潮州藥房(香港)有限公司  
潮發藥房

## 觀塘區

榮華參茸中西藥房  
榮華參茸中西藥房  
榮華藥坊  
和順堂中西藥房有限公司  
仁福中西藥房  
仁信大藥房香港有限公司  
裕康大藥房  
聯安大藥房有限公司  
新城參茸中西藥房有限公司  
將軍中西大藥房  
啟源中西藥房有限公司  
冠生中西大藥房  
鈞興大藥房有限公司  
興盛大藥房有限公司  
忠誠大藥房有限公司  
中大西藥房  
保民中西大藥房  
萬藥坊中西大藥房  
生輝藥房有限公司  
寶泰中西藥房  
長春中西藥房  
CHEUNG FUNG DISPENSARY  
AND SUPERMARKET LTD.  
大來大藥房有限公司

## 深水埗區

榮利西藥房有限公司  
永華西藥房有限公司  
榮華參茸中西藥房  
德成大藥房  
衛民藥房有限公司  
偉華西藥房有限公司  
偉華西藥房  
德新藥房有限公司  
環球西藥房  
愛沙藥坊有限公司  
德信大藥房有限公司  
萬事達西藥房  
梁國英藥房  
佳信大藥房  
錦生大藥房  
建業中西大藥房  
金威大藥房有限公司  
永佳大藥房  
恒生中西參茸藥房  
康健西藥房有限公司  
銓豐大藥房有限公司  
達城泛瑪市藥房有限公司  
富明西藥房  
富華西藥房有限公司  
金傑藥房

宇宙大藥房  
祥興西藥房有限公司  
大華西藥房有限公司

## 黃大仙區

榮泰大藥房有限公司  
新城中西藥房  
藝海中西藥房有限公司  
金安參茸藥房  
健榮大藥房  
德豐藥房有限公司  
興盛中西藥房  
康誠藥房  
鴻運大藥房有限公司  
華盛參茸海味中西藥房  
同福大藥房有限公司  
鴻運中西大藥房有限公司  
藝海參茸西藥房  
富康中西藥房集團有限公司  
安康大藥房  
彩運西藥房

## 油尖旺區

黃埔大藥房  
運城中西大藥房有限公司  
德成大藥房  
仁安醫院分科診所藥物供應中心  
榮發藥房  
永興藥房  
榮森藥房  
榮華中西藥房  
泰萊藥房有限公司  
天福大藥房  
通城藥房  
信安大藥房有限公司  
新興康健藥房有限公司  
仁正藥房  
油麻地藥房有限公司  
業成藥房有限公司  
裕民大藥房  
正大藥房  
利康中西藥房(奧海)有限公司  
名門藥房正品有限公司  
聯昌藥房有限公司  
聯發大藥房有限公司  
龍城大藥房  
民生中西大藥房  
美姿臣中西藥房有限公司  
金華中西藥房  
南華藥房  
南華藥房  
佐敦大藥房  
高登中西大藥房

高登大藥房  
聯通中西大藥房  
聯泰大藥房  
嘉豐大藥房  
嘉文藥房  
強生大藥房  
KIM BUN DISPENSARY LTD.  
仁康港灣藥房有限公司  
景文中西大藥房  
瑞麟大藥房  
港安中西大藥房  
冠輝西藥房  
冠亮藥房  
合成大藥房  
亨城大藥房有限公司  
恒盛中西藥房  
恒大中西藥房  
健怡康藥房有限公司  
健康世紀連鎖藥房  
康民西藥房有限公司  
浩華大藥房  
康寧中西藥房  
名城香港藥房有限公司  
HUMANITY PHARMACY LTD.  
鴻興西藥房有限公司  
鴻運中西大藥房  
鎧凌大藥房  
俊輝藥房  
中美藥房  
中信中西藥房  
中英西藥房  
高華大藥房  
金寶藥房有限公司  
登興大藥房有限公司  
達成香水有限公司  
FIRST ORIENTAL CYCLOTRON  
LTD.  
富大西藥房有限公司  
富安西藥房有限公司  
金英化粧藥房有限公司  
高登中西大藥房  
高峰大藥房  
高峰藥房  
安康寧藥房  
海運藥房公司  
PEACE DISPENSARY LTD.  
海健藥房  
惠澤社區藥房  
昌盛中西大藥房有限公司  
時代中西藥房有限公司  
大通參茸中西大藥房  
信生中西大藥房  
信和中西藥房  
新達安藥房  
達隆藥房有限公司

明心大藥房有限公司  
 宇宙藥房有限公司  
 大山藥房  
 卓悅西藥部  
 康城大藥房有限公司  
 世紀中西大藥房有限公司  
 子新大藥房有限公司  
 潮州中西大藥房有限公司  
 創發大藥房  
 創興中西大藥房有限公司  
 大華蔘茸中西大藥房  
 大華中西藥房

## 新界

### 葵青區

榮華蔘茸中西藥房  
 緯昌西藥房  
 利康中西藥房有限公司  
 金安蔘茸藥房  
 港城中西大藥房  
 偉景西藥房有限公司  
 慈惠社區藥房 (community centre-based)  
 智生大藥房  
 中正藥房(有限公司)  
 東海中西藥房有限公司  
 達城大藥房有限公司  
 陳萬昌中西藥房  
 德華中西藥房有限公司  
 宏泰藥房  
 德華大藥房有限公司  
 德仁中西大藥房有限公司

### 北區

榮華中西藥房  
 永華西藥房(上水)有限公司  
 回春藥房  
 裕鋒藥房  
 裕建藥房有限公司  
 國城大藥房  
 龍豐藥房  
 同德藥房有限公司  
 東昇藥房有限公司  
 龍豐藥房  
 東華中西藥房  
 龍豐藥房  
 龍豐藥房  
 文豐藥房  
 民康西藥房  
 北區興鴻西藥房有限公司  
 新輝藥房

晉軒中西大藥房  
 健民大藥房  
 尚悅藥房  
 尚御藥房  
 宏鍵藥房有限公司  
 杏林西藥房  
 恒鍵藥房有限公司  
 康美化妝城藥房  
 健康百藥藥房  
 中港大藥房  
 忠信西藥房  
 富裕藥房有限公司  
 保寧中西大藥房蔘茸海味燕窩超級市場  
 御康藥房  
 藥皇中西大藥房  
 新龍豐藥房 (O/B EXPRESS HARVEST LIMITED)  
 新龍豐藥房 (O/B LUNG FUNG DISPENSARY (3RD STORE) LIMITED)  
 信興西藥房  
 樂輝大藥房  
 達城大藥房(香港)有限公司  
 百鍵藥房  
 正康大藥房  
 大鵬中西藥房有限公司

### 西貢區

永寧西藥房  
 榮華蔘茸中西藥房  
 榮華中西藥房有限公司  
 仁康藥房  
 新都城中西藥房有限公司  
 新城中西藥房  
 嘉華藥房  
 冠軒西藥房有限公司  
 興達蔘茸中西藥房有限公司  
 尚德藥房有限公司  
 信大中西藥房  
 春生厚蔘茸中西藥房  
 全昌蔘茸中西藥房

### 沙田區

榮華蔘茸中西藥房  
 活士西藥房  
 仁安大藥房有限公司  
 健滙中西藥房  
 仁安大藥房  
 國城大藥房  
 金城門中西藥房有限公司  
 健興大藥房  
 國城蔘茸中西大藥房有限公司

恒利大藥房  
 港豐藥房有限公司  
 棟弘蔘茸海味中西藥房  
 富明中西藥房  
 富新藥房  
 香港新吉美碩股份有限公司  
 成豐中西藥房(香港)有限公司  
 明心大藥房藥物管理中心  
 仁豐藥房有限公司  
 弘泰大藥房  
 寶誠藥房  
 長城中西藥房有限公司  
 仁安核子企業有限公司  
 長城國產藥業西藥房  
 智文藥房  
 達城大藥房  
 大圍中西大藥房

### 大埔區

利好西藥房  
 聯城中西大藥房  
 文康大藥房  
 建誠西藥房有限公司  
 冠軒中西大藥房  
 冠文西藥房  
 冠生中西大藥房  
 冠華西藥房  
 漢興中西大藥房有限公司  
 漢城燕窩中西藥房  
 HONG KONG CYCLOTRON LABORATORIES LIMITED (lab-based)  
 康盛西藥房  
 東昇蔘茸藥房有限公司  
 莊生中西藥房  
 太安西藥房有限公司  
 大德藥房有限公司

### 荃灣區

榮華蔘茸中西藥房  
 滙港大藥房  
 國城蔘茸中西大藥房  
 綠健藥品  
 荃威大藥房  
 利康中西藥房(綠楊)有限公司  
 新兆和西藥房  
 毅進藥房有限公司  
 金峰蔘茸海味中西大藥房有限公司  
 健安西藥房有限公司  
 翹康大藥房  
 荃康大藥房  
 恒信大藥房  
 恒威大藥房

康城西藥房  
 新明藥房有限公司  
 寶康中西藥房  
 英輝大藥房有限公司  
 長春參茸中西藥房  
 志成大藥房  
 潮聯大藥房

---

## 屯門區

榮華參茸中西藥房  
 永裕大藥房  
 樂暉藥房  
 聯豐大藥房有限公司  
 聯益中西藥房  
 屯門藥房有限公司  
 新宏興中西藥房  
 莊生中西藥房有限公司  
 歐冠大藥房有限公司  
 華興中西藥房  
 立刻好大藥房  
 啓鋒中西藥房  
 宏利大藥房  
 世民中西大藥房  
 新利西藥房有限公司  
 祥益西藥房  
 東亞大藥房  
 東亞藥房有限公司  
 智文藥房

寶健大藥房有限公司  
 怡康藥房有限公司  
 恒澤中西大藥房  
 恒興中西藥房  
 漢興大藥房  
 名譽藥房集團有限公司  
 鴻光芳記大藥房  
 道安(富榮)藥房有限公司  
 道安(富榮)藥房  
 信譽環球藥房有限公司  
 一寶藥房及保健中心有限公司  
 藥妝時代  
 聯合藥房  
 新龍豐藥房 (O/B LUNG FUNG  
 DISPENSARY (6TH STORE) LTD.)  
 信興西藥房有限公司  
 新明大藥房  
 強鍵西藥房有限公司  
 冠軍藥房有限公司  
 莉滿藥房有限公司  
 莉滿藥房  
 智文大藥房

---



---

## 元朗區

永發西藥房  
 永利西藥房  
 華氏大藥房有限公司  
 榮康藥房  
 榮華參茸中西藥房  
 五洲中西大藥房  
 仁昌藥房  
 仁人中西藥房  
 仁心中西藥房  
 幸福西藥房有限公司  
 天瑞中西藥房  
 溢生藥房  
 曼聯大藥房  
 文華藥房  
 美侖藥房有限公司  
 明愛大藥房有限公司  
 美康中西藥房  
 南北中西大藥房  
 新駿發藥房  
 康寧堂中西大藥房  
 WAH NING DISPENSARY LTD.  
 冠誠西藥房  
 康美化妝城藥房

## 中文

- 余仁生降酸保健茶 **102**  
 日健企業-保肝美 **90**  
 日健企業-活得易 **82**  
 日本命力-久織元素 **102**  
 日本命力-女之元氣 **99**  
 日本命力-強心素 **92**  
 日本命力-強腦素 DHA70 **76**  
 日本命力-強酪素 **72**  
 日本命力-極品姬松茸 **102**  
 日本命力-海洋美白丸 **102**  
 日本命力-綠之清體素 **83**  
 日本命力-美目藍莓素 **74**  
 日本命力-豐魔乳液 **102**  
 日本命力-豐魔美乳 **102**  
 日本命力-退脂素 **83**  
 日本命力-魔豆瘦身 **96**  
 日本命力-鯊魚素 **102**  
 日本命力-龍霸 **102**  
 特效全靈芝破壁孢子 **56**  
 蟲草菌絲體膠囊 **58**
- A**
- A-Cerumen **53**  
 Advil Liquid Capsules 200mg **42**  
 Alcohol Spray **53**  
 Alcohol Swabs/Alcohol Wipe **53**  
 Alcohol Towel **53**  
 Aminoleban®EN **67**  
 Ariel TDDS Transdermal Patch for Motion Sickness **25**
- B**
- Benzac AC 5% **32**  
 Benzac Blackheads, Facial Scrub **39**  
 Benzac Excess Oil, Daily Facial Foam Cleanser **39**  
 Benzac Spots, Daily Facial Foam Cleanser **39**  
 Biogestic Drops 100 mg Orange **41**  
 Biogestic Tablets **41**  
 Biogestic Tasterite 120 mg (Orange/Strawberry) **41**  
 Biogestic Tasterite 250 mg (Orange/Strawberry) **42**
- C**
- Ca Easy **67**  
 Calcichew D3 Chewable Tablets **68**  
 Caltrate 600 **68**  
 Caltrate+D300 Chewable Tablet **68**  
 Caltrate+D 400IU **68**  
 Caltrate Plus + Vitamin D 400IU **68**  
 Catalin Ophthalmic Solution **51**  
 CATALO 100% Pure Coral Calcium Powder from Caribbean **67**  
 CATALO Active Probiotics Formula **81**  
 CATALO Algae Calcium Formula **67**  
 CATALO Bilberry Eye Bright Extract GOLD **100**  
 CATALO Children's DHA Formula **75**  
 CATALO Children's Milk Calcium Formula (Zinc Added) **67**  
 CATALO Children's Probiotics Formula **81**  
 CATALO Extra Green Propolis Extract **98**  
 CATALO Extra Lutein Formula **102**  
 CATALO Extra Omega-3 (EPA400-DHA200) **75**  
 CATALO FlexiJoint Formula **72**  
 CATALO Natural CoQ10 **42**  
 Heart Formula **92**  
 CATALO Prenatal Vegetarian Calcium Formula **67**  
 CATALO Vegetarian DHA Formula **67**  
 Centrum **69**  
 Centrum Jr + Extra C Chewable Tablets **69**  
 Centrum Select Tablets 100's **69**  
 Cetaphil Bar **39**  
 Cetaphil DailyAdvance Ultra Hydrating Lotion **39**  
 Cetaphil Daily Facial Moisturizer SPF 15 **39**  
 Cetaphil Dermacontrol Oil-Control Facial Moisturizer SPF 30 **32**  
 Cetaphil Dermacontrol Oil-Control Foam Wash **32**  
 Cetaphil Gentle Skin Cleanser **30**  
 Cetaphil Intensive Moisturising Cream **30**  
 Cetaphil Moisturising Cream **30**  
 Cetaphil Moisturising Lotion **30**



Cetaphil Oily Skin Cleanser	32	MOUSTIDOSE Icaridin 25%	53	Moisture Therapy	
Cetaphil Restoraderm		MOUSTIDOSE Soothing		Dermo-Cleanser	30
Skin Restoring Body		Cream 40 ml	53	Physiogel™ Daily	
Moisturizer	30			Moisture Therapy Lotion	30
Cetaphil Restoraderm		<b>N</b>		PROBIODROP	
Skin Restoring Body Wash	30	NEOZEP COLD TABLETS	13	Suspension 10ml	82
Cetaphil UVA/UVB		Nevramin Tablets	70	<b>R</b>	
Defense SPF50	38			Rabugen Tablet	25
Cetihis Tablet 10mg	20	<b>O</b>		Robitussin DM	16
		Oronine H Ointment	39	Robitussin EX	16
<b>D</b>				Robitussin ME	16
Danilax Mixture	26	<b>P</b>		<b>S</b>	
Dimetapp Elixir	19	Panacough Expectorant Extra	16	Scott's Cod Liver Oil Capsules	76
Dristan Cold Multi-Symptom	13	Panadol Caplets (With		Scott's Emulsion Original	76
		Optizorb®)	42	Scott's Multivitamins	
<b>E</b>		Panadol Children Caplets	42	and Minerals Chewable	
Envernon-C Plus Syrup	70	Panadol Cold & Flu Day &		- Grape Flavour Tablet	69
Envernon-C Tablets	70	Night Caplets	14	ShinBiofermin S Tablets	82
Enzyplex Tablets	24	Panadol Cold & Flu Extra		SIMAGLEN	24
		Caplets	14	Stresstabs + Iron 60's	69
<b>F</b>		Panadol Cold & Flu Hot		Stresstabs + Zinc 60's	69
FAKTU Ointment with		Remedy Lemon with		<b>V</b>	
Dispenser	28	Honey (Menthol Vapour		VISMED® GEL Lubricant	
FAKTU Suppositories	28	Flavor)	14	Eye Drops	51
		Panadol Extra Advance		VISMED® Lubricant Eye Drops	51
<b>L</b>		Caplets	42	VISMED® MULTI	
Ling Nam Hak Kwai Oil	45	Panadol Joint	42	Lubricant Eye Drops	51
Ling Nam Hung Far Oil	44	Panadol Pain Relief			
Ling Nam Nutmeg Balm	45	Patch (For Neck & Shoulder)	44		
Ling Nam Pak Shu Oil	44	PHYSIODOSE EYE &			
Ling Nam Ultra Balm	44	NASAL DROPS 12 X 5 ML	20		
Loceryl Cream	33	PHYSIODOSE HYPER-			
Loceryl Nail Lacquer	33	TONIC 100ML	20		
		PHYSIODOSE ISOTONIC			
<b>M</b>		100ML	20		
Magesto	24	Physiogel™ Calming			
Mau Lung Minjak Gosok Oil	45	Relief A.I. Cream	30		
MOUSTIDOSE DEET 30%	53	Physiogel™ Daily			



# IMPROVING OUTCOMES OF CIRRHOTIC PATIENTS WITH REFRACTORY ASCITES\*

**Aminoleban® EN**  
High branched-chain amino acid

肝美靈



(\*Ref. Sorrento P, et al. J Gastroenterol Hepatol 2012;27:813-822)

#### COMPOSITION:

Aminoleban EN contains: L-leucine 1.925g, L-isoleucine 2.037g, L-tyrosine HCl 0.2425g, L-threonine 0.133g, L-valine 1.602g, L-serine HCl 0.302g, L-histidine HCl 0.1975g, L-tryptophan 73.5mg, Gelatin hydrolyzate 6.5g, Rice oil 3.5g, Dextrin 31.05g, Retino palmitate 466 IU, Ergocalciferol 48.6 IU, Biotin 25ug, Riboflavin 0.135mg, Pyridoxine HCl 0.2485mg, Cyanocobalamin 0.5 ug, Folic acid 50 ug, Sodium L-ascorbate 6.9mg, Tocopherol acetate 9.3mg, Phytantriolone 5.5ug, Calcium pantothenate 1.19mg, Nicotinamide 1.515mg, Biotin 25ug, Choline bitartrate 12.2mg, Magnesium sulfate 0.205g, Calcium glycerophosphate 0.395g, Sodium dihydrogen phosphate dihydrate 0.195g, Sodium ferrous citrate 12.5mg, Cupric sulfate 0.515 mg, Zinc sulfate 3.755 mg, Potassium iodide 1.25ug, Manganese sulfate 0.815mg, Potassium chloride 0.1875g

#### PRESCRIBING INFORMATION:

**PHARMACEUTICAL DESCRIPTION:** Aminoleban EN is a white to light yellow powder with a slight characteristic odor and taste. When Aminoleban EN is mixed with water, the solution is a white to light yellow suspension. The pH of the suspension in the usual concentration for ingestion (about 1 kcal/ml) is 5.5-7.0 and the osmolality is about 2. INDICATIONS: Aminoleban EN is indicated for the improvement of the nutritional state of chronic hepatic insufficiency patients including those with hepatic encephalopathy. **PACKAGE & ADMINISTRATION:** Patients receive one package (50 g) of Aminoleban EN in about 180ml of water or warm water (at 20-26°C) 3 times a day. The dosage may be adjusted according to the age of the patient (see PRECAUTIONS). **PREPARATION:** Patients receive about 1 kcal/ml of Aminoleban EN in 50 g of water. **CONTRAINDICATIONS:** Aminoleban EN should be established based on sufficient confirmation of each individual patient's current treatment status, including of electroly therapy. Example 1. With a low-protein diet (40g/day of protein and 1600 kcal/day), the recommended dosage of Aminoleban EN is 3 packages (40.5 g/day of protein and 630 kcal/day) and the patient's diet is adjusted to provide 40 g/day of protein and 1,000 kcal/day. Example 2. With amino acid fluid treatment, the recommended dosage of Aminoleban EN is 3 packages (40.5 g/day of protein and 630 kcal/day) and the patient's diet (low-protein diet) is adjusted to provide 40 g/day of protein and 1,000 kcal/day. Example 3. With a conventional liver disease diet, the recommended dosage of Aminoleban EN is 3 packages (40.5g/day of protein and 630 kcal/day) and the patient's diet is adjusted to provide 40 g/day of protein and 1500 kcal/day. **CONTRAINDICATIONS:** Patients with a history of allergy to milk, as the product contains casein as additive. **ADVERSE REACTIONS:** Hypoglycemia (cold sweat, shivering and palpitations, etc) may occur. If hypersensitivity symptoms such as skin rash and pruritus, etc are observed, the product should be discontinued. **STORAGE:** 1) Aminoleban EN should be stored below 25°C. 2) Expiration Period: Aminoleban EN should be used before the expiration date indicated on the package. **PACKAGING:** Aminoleban EN in 50 g aluminium packages: Cartons of 215.

鈣思健™ D3  
Calcichew® 咀嚼鈣片  
Chewable Tablets



百份百挪威製造，仲有  
醫學實証，你識揀啦！

# 全球銷量No.1鈣片<sup>1</sup> 最有信心

鈣思健D3咀嚼鈣片，100%挪威製造

—— 醫學實証，信心功效百分百 ——

特有入口即溶免吞配方 ▶▶

有效提升骨質密度8倍<sup>2</sup>

減慢骨質流失98%<sup>3</sup>

減少鈣質流失達70%<sup>4</sup>



HKJULCAL09/09-2014



武田藥品 日本第一大藥廠<sup>5</sup>

mannings 萬寧 | manning's Plus

watsons 屈臣氏

華潤堂 CIBCare

1 IMS MIDAS Quarterly Data Q1 2014 (VAL & VOL) 2 Grados et al. Joint Bone Spine, 2003, 70:203-208 (Calcium supplementation in post-menopausal women). 3 Nordin. Nutrition, 1997, 13:664-686. (for post-menopausal women) 4 Aloia et al. Ann Intern med. 1994, 120:97-103 (for post-menopausal women). 5 IMS MIDAS Data 2013 以銷售額計算

產品查詢 2579 9217