

帕金森症：服藥時間

Parkinson's Disease: Medication Timing

每次服食帕金森症藥物均要準時。

為何如此重要？

當您每次均準時服藥，藥物便可以發揮最佳功效，換言之，您得以盡量如常發揮功能，並控制帕金森徵狀。如果您定時服藥，或可以延遲日後出現的身體活動問題。

如果您的服藥時間每日不同：

- ✘ 藥物功效下降。
- ✘ 身體的化學物失衡。
- ✘ 徵狀或會失控。

如果您忘記服藥：

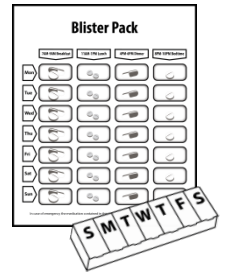
- ✘ 您或會突然無法活動、下床或走路。
- ✘ 您或會開始對事無大小都感到擔心和焦慮。
- ✘ 您或會感到很不適。

您可知道？ 如果服藥時間失去規律，您便要服藥數天或甚至數周才能盡快回復正常的功能操作。

我怎樣才能記得按時服藥？

把服藥規律變成習慣。

- ✓ 把藥物放在最容易看到的地方。
例如，把藥物放在廚房的工作枱上，或床頭櫃上。
- ✓ 請教藥劑師，了解各種整理藥物的方法。
例如使用藥物分類盒、氣泡包裝和按日分藥容器等
- ✓ 在刷牙、家務或睡前等日常活動之前或之後服藥。
- ✓ 自製服藥名單或日誌。把名單放在冰箱門等容易看到的地方。
- ✓ 用手錶、手機或鬧鐘等校時響鬧。
- ✓ 使用智能手機的流動應用程式。現時有很多免費或廉價的流動應用程式（‘apps’）。選一個最合用的。
- ✓ 買「服藥提醒設備」例如電子藥箱、服藥鬧鐘或服藥智能手錶。您可以向藥劑師查詢或上網瀏覽。



每次

均準時