

# 藥小心，防跌倒

1

## 1 誰是高危險族群？

大於65歲

曾經跌倒

視覺障礙

常上廁所

需輔助器

意識不清

## 2 跌倒的後果有哪些？

- 外傷：造成瘀青、疼痛。
- 骨折：骨密度偏低者，例如更年期女性。
- 流血：出血風險高，或是服用抗凝血劑。
- 住院：導致住院，或是延長住院天數。



國立成功大學醫學院  
附設醫院藥劑部 編製

本衛教單張並未包含所有資訊，  
若有其他相關問題，請詢問藥師  
連絡電話: (06)-2353535轉2515

3

## 容易導致跌倒的藥物有哪些？

藥物類別	造成跌倒的原因
降血壓藥	可能引起低血壓、頭暈
降血糖藥	可能引起低血糖、頭暈
瀉劑	增加如廁的頻率
利尿劑	增加如廁的頻率、低血壓
鎮靜安眠藥	嗜睡、暈眩、運動失調
肌肉鬆弛劑	四肢無力
抗組織胺	嗜睡、頭暈



3

## 吃降血壓藥後如何預防跌倒？

- 例如：康肯、脈優、得安穩、易安穩、定脈平、恆脈循、達利全。
- 方法1：避免快速改變姿勢，  
應**漸進式**慢慢變換姿勢。
- 方法2：固定監測血壓值。

4

## 吃降血糖藥後如何預防跌倒？

- 例如：注射型胰島素、美胰錠、瑪爾胰錠、固利康、泌得贊錠、諾和隆錠、庫魯化錠、糖漸平錠、高糖優適錠。
- 方法1：**防止血糖過低**，例如：定時定量用餐、不做劇烈運動。
- 方法2：認識低血糖症狀，例如：發抖、無力、心跳加速、頭暈，若發生時應立刻**補充糖分**。

5

## 吃瀉劑、利尿劑後如何預防跌倒？

- 瀉劑例如：清立飄、樂可舒。
- 利尿劑例如：來適泄、鈉催離、愛達信、服爾伊得安錠。
- 方法1：避免快速改變姿勢，應**漸進式**慢慢變換姿勢。
- 方法2：在廁所放**止滑墊**。
- 方法3：**避免**在**晚上**吃利尿劑。
- 方法4：睡覺前先上廁所，降低夜間起床如廁而增加的跌倒風險。



6

## 吃鎮靜安眠藥、肌肉鬆弛劑、抗組織胺後如何預防跌倒？

- 鎮靜安眠藥例如：戀多眠、安定文、美得眠膜衣錠、悠樂丁、使蒂諾斯、宜眠安錠。
- 肌肉鬆弛劑例如：舒可樂錠、倍鬆錠、鬆得樂錠。
- 抗組織胺例如：維泰寧膠囊、喜達鎮錠、柔他定錠、艾來錠劑。
- 方法1：服藥後立即**就寢**。
- 方法2：**不從事**機械操作或開車等需**高度警覺性**的活動。
- 方法3：放慢動作。