

移植器官後  
病人健康指南

**A HEALTH GUIDE FOR PATIENTS  
AFTER TRANSPLANTATION**

# 目錄表 TABLE OF CONTENTS

卑詩省藥房 .....	3
藥物指引 .....	4
一般藥物資訊 .....	5
抗排斥藥物 .....	8
家中藥物安全措施 .....	9
Tacrolimus [tak-row-lim-us] .....	10
Mycophenolate [my-ko-fen-o-late] .....	13
Prednisone, Prednisolone, Methylprednisolone .....	15
排斥 .....	18
感染及抗感染藥物 .....	19
一般資訊 .....	20
細菌感染 .....	23
真菌感染 .....	24
Sulfamethoxazole / Trimethoprim .....	25
病毒感染 .....	27
Valganciclovir .....	28
Valacyclovir .....	30
非處方藥物 .....	32
自然療法、草本療法、傳統或順勢療法 .....	34
癌症風險 .....	36
固體器官移植受贈者的疫苗注射 .....	38

# 卑詩省藥房

## 為卑詩省器官移植病人配藥的

Pharmacy	Address (listed alphabetically by city)	Phone
<b>Newgen Pharmachoice</b>	100-1945 McCallum Road <b>Abbotsford</b> BC V2S 3N4	604-859-2351
<b>Kipp-Mallery Pharmacy</b>	273 Victoria Street <b>Kamloops</b> BC V2C 2A1	250-372-2531
<b>Lakeside Clinical Pharmacy</b>	112A - 2365 Gordon Avenue <b>Kelowna</b> BC V1W 3C2	250-860-3100
<b>Wellness Pharmacy #2</b>	#104-22314 Fraser Hwy <b>Langley</b> , BC V3A 8M6	604-530-5300
<b>Central Drugs</b>	Unit #16 2220 Bowen Road <b>Nanaimo</b> BC V9S 1H9	250-758-7711
<b>City Centre Pharmacy</b>	101-399 Main Street <b>Penticton</b> , BC, V2A 5B7	250-770-0047
<b>London Drugs Pharmacy</b>	#196 - 1600 15th Avenue <b>Prince George</b> BC V2L 3X3	250-561-1118
<b>Somerset Medical Centre Pharmacy</b>	#7 - 13791 72nd Avenue <b>Surrey</b> BC V3W 9Y9	604-590-5587
<b>Shoppers Drug Mart # 271</b>	#271 - 1305 Cedar Street <b>Trail</b> BC V1R 4C3	250-368-3343
<b>Ambulatory Care Pharmacy BC Children's Hospital</b>	4480 Oak Street <b>Vancouver</b> BC V6H 3V5	604-875-2205
<b>Ambulatory Pharmacy St. Paul's Hospital</b>	1081 Burrard Street <b>Vancouver</b> BC V6Z 1Y6	604-806-8151
<b>Solid Organ Transplant Pharmacy Gordon &amp; Leslie Diamond Centre Vancouver General Hospital</b>	5 <sup>th</sup> Level, 2775 Laurel Street <b>Vancouver</b> BC V5Z 1M9	604-875-5692
<b>Royal Jubilee Prescriptions Royal Jubilee Hospital</b>	DT1200-1952 Bay Street <b>Victoria</b> BC V8R 1J8	250-370-8153

藥物指引  
**MEDICATION GUIDE**

# 一般藥物資訊

## GENERAL MEDICATION INFORMATION

### 出院前 Before discharge from the hospital

出院前，移植藥劑師將跟您解釋您的用藥方案，並為您提供：

- 一個服藥日曆
- 您的抗排斥藥物
- 其他藥物的處方

您的器官移植藥物將由移植診所或指定的卑詩省器官移植合夥藥房（見卑詩省藥房一覽表）為您補配。

### 訂取藥物 Ordering Medications

請留意家中尚存多少抗排斥藥物。剛做完移植手術後的首一兩個月，如需重新預訂抗排斥藥，須提前一星期通知器官移植藥房。待移植情況穩定後，家中亦須時刻存放最少兩星期的藥物儲備供緊急情況使用，預訂藥物也須提前兩至三星期通知藥房。

相對於親身前往藥房訂藥的病人，以電話預訂的病人將獲優先處理。（見聯絡資訊查閱藥房的營業時間和電話號碼）。

### 藥物費用 Medication cost

卑詩器官移植協會將為您支付移植手術的免疫抑制劑 / 抗排斥藥的費用，其他藥物的費用則由您自己負責。

善用政府提供的藥物津貼，登記使用「公平藥物補助計劃」(Fair Pharmacare)。請於以下網址申請：<https://www2.gov.bc.ca/gov/content/health/health-drug-coverage/pharmacare-for-bc-residents/who-we-cover/fair-pharmacare-plan>。

欲查詢是否獲得補助，請致電 (604) 683-7151（溫哥華）或 1-800-663-7100（卑詩省其他地區的免費電話）。

對於腎臟移植受贈病人，您從卑詩省 Renal Agency (PRA) 獲得的醫藥補貼將會終止。

卑詩器官移植協會負責支付以下藥物的費用，您可以在移植診所或指定的卑詩省器官移植合夥藥房（見卑詩省藥房一覽表）補配這些藥物：

種類	名稱
免疫抑制劑 / 抗排斥藥	Azathioprine
	Cyclosporine
	Mycophenolate

	Prednisone and Prednisolone Sirolimus Tacrolimus
抗病毒	Adefovir Entecavir Lamivudine Leflunomide Letermovir Tenofovir Valganciclovir
紅細胞 (紅血球) 刺激劑	Epoetin alfa Darbepoetin
粒細胞 (白血球) 集落刺激劑	Filgrastim (G-CSF)

所有其他藥物必須在您自己選定的藥房購買。卑詩器官移植協會建議您考慮將所有藥物集中由同一間藥房配藥。您或可要求藥房免費提供藥物規格包裝 (吸塑包裝)。(註：不是所有藥物都可以放入吸塑包裝。請向移植藥劑師查詢)。

## 如何服藥 How to Take Your Medications

在每日相同時間服用所有藥物（特別是抗排斥藥），以防漏服，也可保持體內血液的藥量水平穩定。

開始或停止服用任何新的處方及非處方藥物及補充劑（例如自然療法或順勢療法的產品、維他命及補充劑）之前，都須先諮詢您的移植藥劑師。

## 漏服劑量 Missed Doses

若漏服了一劑藥物，在記起後即盡快補服，然後按照下次的原定服藥時間服藥。若離下次服藥時間已過了一半時間，則不用補服，只需繼續按原定時間服藥，切勿服用雙倍劑量或額外的劑量。若漏服抗排斥藥多於一天，請立即通知您的移植團隊尋求進一步指示。

## 儲存 Storage

將藥物存放在一個陰涼乾燥和陽光照射不到的地方。不要放在浴室或廚房，因為濕氣和熱力可能影響某些藥物的效力。除非藥劑師另有指示，否則不要將藥物放在冰箱內。將藥物放在兒童和寵物不能觸及的地方。

## 懷孕 Pregnancy

計劃懷孕前，先諮詢您的移植醫生。使用安全的避孕方法防止意外懷孕。

*有關藥物的其他資訊，請聯絡您的移植診所。*

# 抗排斥藥物

## ANTI-REJECTION MEDICATIONS

抗排斥藥能降低您身體的自然防禦系統（免疫系統）功能，有助防止身體將您的移植器官認作為「外來入侵物」而進行攻擊，導致出現**排斥**。服用這些藥物後，您的免疫系統功能會降低至可以安全地保存您的器官。您必須**每天在相同時間**服用抗排斥藥，兩次服藥時間須**相隔 12 小時**，以避免漏服和保持體內血液的藥量水平穩定。在手提電話設定鬧鐘提示，或以其他方法提醒自己不**可以**漏服或遲服抗排斥藥。確保您明白所有服藥指示，除非獲得移植團隊指示，否則**切勿自行更改藥物劑量**。很多處方及非處方藥物、自然療法及順勢療法的產品（例如草藥）及維他命，都不能安全地跟抗排斥藥混合使用。請通知您的醫護人員（例如家庭醫生、牙醫、社區藥劑師）您正在服用抗排斥藥，以便他們為您進行其他治療時能作出相應的配合。您的醫護人員對您啓用任何新治療前，都應先致電您的固體器官移植診所查詢新療法是否安全。

**服用此藥期間，避免吃西柚或喝西柚汁、吃柚子或酸橙(Seville orange) / 喝酸橙汁，因為這些食物跟此藥會產生嚴重的相互作用。**

若在服用抗排斥藥後 **30 分鐘**內嘔吐，或在嘔吐物中看見有任何抗排斥藥，便須再次服藥。若在服藥多於一小時後嘔吐，則無需重新服藥，可以等至下次服藥時間才服下一劑。

# 家中藥物安全措施

## MEDICATION SAFETY PRECAUTIONS AT HOME

本資訊提供的建議，是針對您在服用以下任何一種藥物時在家中須遵守的安全措施：

***tacrolimus*、*cyclosporine*、*mycophenolate*、*azathioprine*、*sirolimus* 或 *valganciclovir*。**

這些藥物對您的治療有幫助，但對於不應服用它們的人士來說，卻有可能損害他們體內的健康細胞。這些安全措施建議，是保障您身邊的人的安全。

服藥後，藥物將留在體內數天，然後逐漸透過尿液和糞便排出體外。但即使如此，可能仍有少量藥物留在血液、口水、汗液、嘔吐物、精液、陰道液體和母乳等體液內。藥物風險雖然很低，但仍須遵照以下的建議：

- 家人和朋友可以靠近您，但應避免與您的體液有直接接觸。
- 若您跟其他家人共用同一個洗手間，建議如廁後把蓋子先蓋好，然後沖廁兩次，這可避免沖水回彈上來。如廁後用肥皂和清水清潔雙手。
- 在處理或清理沾有大量體液、嘔吐物或濺出藥物的任何物件時，必須戴上手套。取下和棄掉手套後須清洗雙手。
- 應戴上用完即棄的手套去處理沾有大量體液的衣物和床單，將之放在另一個洗衣籃內，與家人的衣物分開清洗。
- 接觸過體液而不能在廁所沖走的垃圾，應先放在一個獨立的袋中，然後才放入一般的垃圾袋內。
- 任何需接觸您的藥物的人，均應在接觸藥物之前和之後洗手，以避免污染藥物、食物或屋內周圍的其他表面。
- 碗碟和餐具不用分開清洗。
- 一般的身體接觸如擁抱、觸摸及親吻是安全的。
- 性行為也是安全的。精液和陰液可能存有少量藥物，但不確定這對伴侶有什麼長遠影響，因此如果擔心這項風險，建議您使用避孕套或女性避孕套，以防止體液接觸到您的伴侶。
- 處於生育年齡的女性必須採取避孕措施。考慮懷孕的女病人在停止避孕前，必須先聯絡移植團隊。某些抗排斥藥可對胎兒構成傷害，必須提早在懷孕前換藥。
- 男病人可以在服用免疫抑制劑期間生育，無需改動任何藥物。
- 有關餵哺母乳的最新訊息，請諮詢您的醫生或藥劑師。
- 未被使用的過期藥物應退回醫院或藥房棄置，切勿將之沖進廁所或掉進垃圾桶內。

有關藥物的其他資訊，請聯絡您的移植診所。

# TACROLIMUS [TAK-ROW-LIM-US]

## 他克莫司

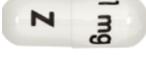
在卑詩省，有四個牌子的他克莫司供移植病人服用。他克莫司是一種用來降低人體免疫系統能力的藥物，防止移植器官被排斥。

- 您必須知道自己所服用的是哪一個牌子的他克莫司，這是十分重要的。切勿自行更換牌子，除非您的移植團隊已跟您商量有關改動。萬一您需要前往醫院，請攜同在家服用的藥物。

### Prograf® - 每天服用兩次的他克莫司

<p><b>Prograf 0.5 毫克</b></p>  <p>(淺黃色膠囊)</p>	<p><b>Prograf 1 毫克</b></p>  <p>(白色膠囊)</p>	<p><b>Prograf 5 毫克</b></p>  <p>(粉紅色膠囊)</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### Sandoz tacrolimus® - 每天服用兩次的他克莫司

<p><b>Sandoz tacrolimus 0.5 毫克</b></p>  <p>(淺黃色膠囊)</p>	<p><b>Sandoz tacrolimus 1 毫克</b></p>  <p>(白色膠囊)</p>	<p><b>Sandoz tacrolimus 5 毫克</b></p>  <p>(粉紅色膠囊)</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### Advagraf® - 每天服用一次的長效他克莫司

<p><b>Advagraf 0.5 毫克</b></p>  <p>(橙色／淺黃色膠囊)</p>	<p><b>Advagraf 1 毫克</b></p>  <p>(橙色／白色膠囊)</p>	<p><b>Advagraf 3 毫克</b></p>  <p>(橙色／橙色膠囊)</p>	<p><b>Advagraf 5 毫克</b></p>  <p>(橙色／粉紅色膠囊)</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### Envarsus PA® - 每天服用一次的長效他克莫司

<p><b>Envarsus PA 0.75 毫克</b></p>  <p>(白色藥片)</p>	<p><b>Envarsus PA 1 毫克</b></p>  <p>(白色藥片)</p>	<p><b>Envarsus PA 4 毫克</b></p>  <p>(白色藥片)</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## 應如何服用此藥？ How should I take this medication?

每天都必須在相同時間服藥，令體內保持穩定的藥量水平，這是非常重要的。

<b>Prograf</b> ：每 12 小時服藥一次 (例如早上 9 時和晚上 9 時)	您的服藥時間：_____
<b>Sandoz tacrolimus</b> ：每 12 小時服藥一次 (例如早上 9 時和晚上 9 時)	您的服藥時間：_____
<b>Advagraf</b> ：此藥每天服用一次 (例如早上 9 時)	您的服藥時間：_____
<b>Envarsus PA</b> ：此藥每天服用一次 (例如早上 9 時)	您的服藥時間：_____

- 他克莫司應是**隨餐**送服，以減少胃部不適，但亦可以選擇空腹服用。請保持做法一致，若是隨餐送服，則每次都是隨餐送服；若是空腹服藥，也須每次都是空腹服藥。
- 服藥期間，避免吃西柚、柚子或酸橙(Seville orange)或喝西柚汁、柚子汁或酸橙汁，因為這些食物跟此藥會產生嚴重的相互作用。
- 若因接受醫療程序或手術而須在之前不進食任何食物（禁食），您**必須**仍照常在原定時間以小口清水服用您的移植藥物。

**緊記：**若須測試他克莫司水平，切勿在驗血之前服用早上的藥物。盡量將驗血時間安排在接近服藥的時間，並將所需藥物帶到診所或化驗所，以便在驗血後服用。

### 漏服藥物或嘔吐藥物：Missed Dose or Vomited Dose:

若漏服了一劑藥物，在記起後即盡快補服，然後按照下次的原定服藥時間服藥。若離下次服藥時間已過了一半時間，則不用補服，只需繼續按原定時間服藥，切勿服用雙倍劑量或額外的劑量。

若漏服抗排斥藥多於一天，請立即通知您的移植團隊尋求進一步指示。

若在服藥後 30 分鐘內嘔吐，或在嘔吐物中看見藥物，便須再次服藥，否則只需繼續等至下次服藥時間才服下一劑。

**此藥可能有什麼副作用？What are some possible side effects of this medication?**

副作用	管理方法
震顫、顫抖、頭痛、抽搐	出現這些副作用，可能顯示他克莫司水平過高。請通知醫生您有這些症狀。
高血壓	定期檢查血壓，或需服用血壓藥。避免吃高鹽或高鈉食物。
高血糖	監察血糖水平，血糖過高時或須接受治療。若手或腳感麻痺或刺痛、口渴增多、口乾、口氣帶果味或小便次數增多，請通知您的醫生。若是糖尿病患者，確保定時檢查血糖水平和按處方指示服用糖尿病藥物。
胃灼熱、噁心、嘔吐和肚瀉	若不適對您造成困擾或持續不退，請向您的醫生查詢。
情緒改變、抑鬱、思想混亂、難以入睡、發異常的夢	若不適對您造成困擾或持續不退，請向您的醫生查詢。
頭髮變疏或脫髮	通知醫生您有這些症狀。
他克莫司減弱身體對抗疾病或損傷的能力	出現感染跡象（發燒、發冷、心跳加速、傷風和感冒）時須通知移植團隊。盡量避免近距離接觸正受活躍感染的人士。須經常洗手。
腎功能下降	他克莫司水平過高可導致腎功能下降。醫護人員將密切監察著您的他克莫司水平，並按需要調整劑量。若留意到尿液或排尿量有任何改變，請通知您的醫生。
鉀水平過高	醫護人員將監察您的鉀水平。若出現肌肉無力、四肢麻痺或心律不正，須立即通知移植團隊。
癌症	服用此藥可能增加患皮膚癌及其他癌症的風險。若確診患上癌症，請通知您的移植團隊。詳情請見「癌症風險」部份。

**便攜式藥卡：Wallet card:**



 <p><b>長效他克莫司</b> <b>Long Acting Tacrolimus</b></p> <p>您服用的處方藥物：</p> <p><input type="checkbox"/> Advagraf (他克莫司)</p> <p><input type="checkbox"/> Envarsus PA (他克莫司)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>您必須保持服用同一個牌子的長效他克莫司。</li> <li>在沒有移植診所醫護人員監管下擅自更換另一牌子的藥物，可導致器官排斥及／或更多副作用。</li> </ul>	<p><b>Advagraf® - LONG ACTING tacrolimus taken ONCE a day</b></p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="text-align: center;">                     Advagraf 0.5 mg                        (orange- light yellow capsule)                 </td> <td style="text-align: center;">                     Advagraf 1 mg                        (orange- white capsule)                 </td> <td style="text-align: center;">                     Advagraf 3 mg                        (orange- orange capsule)                 </td> <td style="text-align: center;">                     Advagraf 5 mg                        (orange- pink capsule)                 </td> </tr> </table> <p><b>Envarsus PA® - LONG ACTING tacrolimus taken ONCE a day</b></p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="text-align: center;">                     Envarsus PA 0.75 mg                        (white tablet)                 </td> <td style="text-align: center;">                     Envarsus PA 1 mg                        (white tablet)                 </td> <td style="text-align: center;">                     Envarsus PA 4 mg                        (white tablet)                 </td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>時刻隨身帶備此卡，向所有為您提供醫護服務的人員（醫生、護士、藥劑師）出示此卡。</li> <li>除非獲得移植診所的指示，否則切勿停服移植藥物。</li> <li>若對藥物有任何疑問，請致電向您的移植診所查詢。</li> </ul>	Advagraf 0.5 mg  (orange- light yellow capsule)	Advagraf 1 mg  (orange- white capsule)	Advagraf 3 mg  (orange- orange capsule)	Advagraf 5 mg  (orange- pink capsule)	Envarsus PA 0.75 mg  (white tablet)	Envarsus PA 1 mg  (white tablet)	Envarsus PA 4 mg  (white tablet)
Advagraf 0.5 mg  (orange- light yellow capsule)	Advagraf 1 mg  (orange- white capsule)	Advagraf 3 mg  (orange- orange capsule)	Advagraf 5 mg  (orange- pink capsule)					
Envarsus PA 0.75 mg  (white tablet)	Envarsus PA 1 mg  (white tablet)	Envarsus PA 4 mg  (white tablet)						



# MYCOPHENOLATE [MY-KO-FEN-O-LATE]

## 霉酚酸

- 霉酚酸酯 Mycophenolate Mofetil (MMF、Teva-Mycophenolate®、Apo-mycophenolate®、Sandoz-mycophenolate®、山喜多 Cellcept)藥片及膠囊
- 霉酚酸鈉 Mycophenolate Sodium (Apo-mycophenolate sodium、睦體康 Myfortic®) 藥片
- 霉酚酸口服懸液劑 (山喜多 CellCept®)
  - 小心勿將霉酚酸酯和霉酚酸鈉兩者混淆。
  - 小心遵照藥劑師和護士給您的指示，清楚服用多少粒藥丸。

### 藥物外型是怎樣的？What does the medication look like?

這種藥物有幾個牌子，您的藥物可能跟下圖的不盡相同。若有任何疑問，請向您的移植藥劑師查詢。

霉酚酸酯 250 毫克  藍色和橙色膠囊	霉酚酸鈉 180 毫克  淺綠色圓形藥片
霉酚酸酯 500 毫克  紫色藥片	霉酚酸鈉 360 毫克  淺粉紅色橢圓形藥片

### 此藥用來醫治什麼？What is this medication for?

霉酚酸是一種用來降低人體免疫系統能力的藥物，防止移植器官被排斥。它令白血球變弱，以免損害新器官。

### 應如何服用此藥？How should I take this medication?

每天都必須在相同時間服藥，令體內保持穩定的藥量水平，這是非常重要的。

霉酚酸酯： 此藥每 12 小時服用一次 (例如早上 9 時及晚上 9 時)	您的服藥時間： _____
霉酚酸鈉： 此藥每 12 小時服用一次 (例如早上 9 時及晚上 9 時)	您的服藥時間： _____

- 霉酚酸應是隨餐服用，以減少胃部不適，但亦可以選擇空腹服用。請保持做法一致，若是隨餐送服，則每次都是隨餐送服；若是空腹服藥，也須每次都是空腹服藥。

- 服用黴酚酸後的 2 小時內，切勿服用鈣補充劑或抗酸劑（百樂美胃錠 Diovol®、美樂事 Maalox®等），因為抗酸劑可減弱身體吸收此藥的能力。
- 服用黴酚酸時，可同時服用降胃酸藥物（例如雷尼得錠 ranitidine (善胃得 Zantac®)、泮托拉唑 pantoprazole (Tecta®) 等）。
- 若因接受醫療程序或手術而須在之前不進食任何食物（禁食），您必須仍照常原定時間以小口清水服用您的移植藥物。

**請記住：**若您已懷孕或計劃懷孕，必須盡快諮詢您的醫生或移植團隊。

### 漏服藥物或嘔吐藥物：Missed Dose or Vomited Dose:

若漏服了一劑藥物，在記起後即盡快補服，然後按照下次的原定服藥時間服藥。若離下次服藥時間已過了一半時間，則不用補服，只需繼續按原定時間服藥，切勿服用雙倍劑量或額外的劑量。

若漏服抗排斥藥多於一天，請立即通知您的移植團隊尋求進一步指示。

若在服藥後 30 分鐘內嘔吐，或在嘔吐物中看見藥物，便須再次服藥，否則只需繼續等至下次服藥時間才服下一劑。

### 此藥可能有什麼副作用？What are some possible side effects of this medication?

副作用	管理方法
胃灼熱、噁心、嘔吐和肚瀉	確保以食物送服黴酚酸。服用黴酚酸數個月後，通常會開始出現肚瀉；若肚瀉持續不退或對您造成困擾，須通知您的醫生或移植團隊。
黴酚酸可降低白血球、紅血球和血小板的數量。  受感染和流血的風險可能提高	定期驗血檢查各項血液細胞指數。 若出現以下任何情況，須通知您的醫生： <ul style="list-style-type: none"> <li>• 感染跡象或症狀（發燒或發冷、咳嗽、喉嚨痛、小便疼痛或排尿困難）</li> <li>• 出血跡象（瘀血、黑便、嘔血或尿液帶血）</li> <li>• 紅血球下降的跡象（感到虛弱或疲倦、短暫暈眩、頭暈）</li> </ul> 盡量避免近距離接觸正受活躍感染（如傷風／感冒）的人士。須經常洗手。
癌症	服用此藥可能增加患皮膚癌及其他癌症的風險。若確診患上癌症，請通知您的移植團隊。詳情請見「癌症風險」部份。

# PREDNISONE, PREDNISOLONE, METHYLPREDNISOLONE

## 普賴鬆、腎上腺皮質酮、甲基培尼皮質醇

- 又名類固醇或皮質類固醇
- 為藥片、口服液或靜脈注射的藥物

### 藥物外型是怎樣的？What does the medication look like?

這種藥物有幾個牌子，您的藥物可能跟下圖的不盡相同。若有任何疑問，請向您的移植藥劑師查詢。

普賴鬆 1 毫克藥片	普賴鬆口服懸液劑或 	甲基培尼皮質醇 - IV 
普賴鬆 5 毫克藥片		
普賴鬆 50 毫克藥片		

### 此藥用來醫治什麼？What is this medication for?

普賴鬆、腎上腺皮質酮和甲基培尼皮質醇亦被稱為皮質類固醇或「類固醇」。這些「類固醇」跟運動員所用的那種不同，它們有消炎和免疫抑制功效，可助您降低免疫力以防止排斥反應。若使用高劑量，此藥亦可治療輕微的急性排斥情況。

### 應如何服用此藥？How should I take this medication?

每天都必須在相同時間服藥，令體內保持穩定的藥量水平，這是非常重要的。

此藥 <b>每天服用一次</b> (例如早上 9 時)	您的服藥時間： _____
減量指示：	

- 普賴鬆和腎上腺皮質酮都應該是**隨餐**送服，以減少胃部不適。
- 若每天只需服用普賴鬆和腎上腺皮質酮一次，請在吃早餐時服藥，這是模仿身體製造類固醇的自然規律。
- 出現急性排斥時，您或需在開始時服用高劑量的普賴鬆、腎上腺皮質酮或甲基培尼皮質醇，隨後逐漸減至最低有效劑量，並可能需持續服用這個份量。
- 若因接受醫療程序或手術而須在之前不進食任何食物（禁食），您**必須**仍照常原定時間以小口清水服用您的移植藥物。

## 漏服藥物或嘔吐藥物：Missed Dose or Vomited Dose:

若漏服了一劑藥物，在記起後即盡快補服，然後按照下次的原定服藥時間服藥。若離下次服藥時間已過了一半時間，則不用補服，只需繼續按原定時間服藥，切勿服用雙倍劑量或額外的劑量。

若漏服抗排斥藥多於一天，請立即通知您的移植團隊尋求進一步指示。

若在服藥後 30 分鐘內嘔吐，或在嘔吐物中看見藥物，便須再次服藥，否則只需繼續等至下次服藥時間才服下一劑。

## 此藥可能有什麼副作用？What are some possible side effects of this medication?

副作用	管理方法
胃灼熱或噁心、胃潰瘍	以食物或牛奶送服普賴鬆和腎上腺皮質酮。您的醫生或給您開出保護胃部的藥物（雷尼替丁 ranitidine (Zantac®) 或泮托拉唑 pantoprazole (Tecta®)）。
腫脹或高血壓	避免吃太鹹的食物，坐著時把雙腳抬高，定期檢查血壓。
高血糖	監察血糖水平，血糖過高時或須接受治療。若手或腳感麻痺或刺痛、口渴增多、口乾、口氣帶果味或小便次數增多，請通知您的醫生。若是糖尿病患者，確保定時檢查血糖水平和按處方指示服用糖尿病藥物。
食慾增加／體重增加	要有健康和均衡的飲食，吃較低脂肪的食物，避免吃高熱量的零食，例如薯片、巧克力棒和加糖飲料。 請營養師助您定出飲食計劃。
長期服用可致骨骼流失（骨質疏鬆症）	服用鈣和維他命 D 可助預防骨質疏鬆症。
行為改變，包括睡眠困難、情緒低落、發噩夢、精神緊張	若這些情況令您感到非常困擾，可使用其他藥物幫助減輕症狀。若這些狀況構成問題，請通知您的醫生或移植團隊。
視力改變、白內障、青光眼	必須定期檢查眼睛。
外貌改變（臉龐變圓、腰圍和頸背積聚更多脂肪、皮膚現擴張紋、臉上、背部和胸部長暗瘡）	長期服用高劑量類固醇一般會出現這些症狀，但在減少藥量後情況將有好轉。

傷口復原較慢

若這狀況構成問題，請通知您的移植醫生。

# 排斥

## REJECTION

### 什麼是排斥？ What is rejection?

您身體的防禦系統（免疫系統）保護您免受細菌、病毒及真菌等「外來入侵物」攻擊。當身體植入了新器官，免疫系統可能將之視為「外來入侵物」，觸發身體作出免疫反應，促使體內的免疫細胞襲擊新器官細胞，這種襲擊稱為排斥。若未能及早發現，排斥反應將損害您的新器官。

引發排斥最常見的原因，是病人漏服抗排斥藥、沒有依足處方指示服藥或不在每天同一時間服藥，導致身體的免疫系統增強而開始排斥器官。

### 腎臟移植排斥有什麼症狀？ What are the signs of kidney transplant rejection?

*在大多數情況下*，症狀都是非常輕微和不易被察覺的。若出現以下任何一個症狀，請立即通知您的移植團隊：

- 發燒（高於華氏 100 度或攝氏 38 度）、發冷
- 移植範圍感觸痛／疼痛
- 雙手、眼瞼或雙腳明顯腫脹
- 大量減少或沒有排尿
- 24 小時內體重增加（1-2 公斤或 2-4 磅）
- 嚴重：出現感冒症狀，例如發冷、噁心、嘔吐、肚瀉、食慾不振、頭痛、頭暈、身體疼痛、疲倦

### 胰臟移植排斥有什麼症狀？ What are the signs of pancreas transplant rejection?

*在大多數情況下*，症狀都是非常輕微和不易被察覺的。若出現以下任何一個症狀，請立即通知您的移植團隊：

- 發燒（高於華氏 100 度或攝氏 38 度）、發冷
- 血糖升高
- 精神體力下降
- 移植範圍感觸痛／疼痛

- **嚴重**：出現感冒症狀，例如發冷、噁心、嘔吐、肚瀉、食慾不振、頭痛、頭暈、身體疼痛、疲倦

## 肝臟移植排斥有什麼症狀？ What are the signs of liver transplant rejection?

在大多數情況下，症狀都是非常輕微和不易被察覺的。若出現以下任何一個症狀，請立即通知您的移植團隊：

- 發燒（高於華氏 100 度或攝氏 38 度）、發冷
- 腹部疼痛或觸痛
- **嚴重**：出現感冒症狀，例如發冷、噁心、嘔吐、肚瀉、食慾不振、頭痛、頭暈、身體疼痛、疲倦

## 心臟移植排斥有什麼症狀？ What are the signs of heart transplant rejection?

在大多數情況下，症狀都是非常輕微和不易被察覺的。這些症狀可能跟您在接受移植手術前的感覺相似。若出現以下任何一個症狀，請立即通知您的移植團隊：

- 精神體力下降
- 運動能力下降
- 體重每天增加一公斤（2.2 磅）或更多
- 休息時或進行日常活動時感到氣促
- 心跳快速或不規律和血壓低
- 腳踝腫脹
- **嚴重**：出現感冒症狀，例如發冷、噁心、嘔吐、肚瀉、食慾不振、頭痛、頭暈、身體疼痛、疲倦

## 肺部移植排斥有什麼症狀？ What are the signs of lung transplant rejection?

在大多數情況下，症狀都是非常輕微和不易被察覺的。若出現以下任何一個症狀，請立即通知您的移植團隊：

- 發燒（高於華氏 100 度或攝氏 38 度）、發冷
- 胸口疼痛或觸痛
- 進行輕度至中度活動時感到氣促
- 乾咳
- 精神體力下降
- 家中肺量計顯示肺功能下降
- 食慾下降及／或出現噁心
- **嚴重**：出現感冒症狀，例如發冷、噁心、嘔吐、肚瀉、食慾不振、頭痛、頭暈、身體疼痛、疲倦

感染及抗感染藥物

**INFECTION  
AND  
ANTI-INFECTIVE MEDICATIONS**

## 一般資訊

### GENERAL INFORMATION

抗排斥藥降低身體對抗感染的能力。

### 什麼是感染？ What is infection?

當病菌（微生物）進入人體破壞身體組織，便出現感染情況。

病菌分三類：

- **細菌** – 導致細菌感染
- **病毒** – 導致病毒感染
- **真菌** – 導致真菌感染

器官移植受贈者一世都須接受抗排斥藥物治療，以降低免疫系統能力，因此會降低身體對抗入侵微生物的自然能力。

### 什麼是感染症狀？ What are the signs of infection?

不論是哪種病菌造成感染，身體也會出現一些常見症狀：

- 排尿減少、排尿時疼痛或出現尿頻
- 有新增的痛症
- 發燒、發冷
- 似感冒的症狀、咳嗽、氣促
- 噁心、嘔吐、肚瀉
- 血壓下降、脈搏加速
- 傷口的外表有變：發紅多了、有臭味、痛多了及流出物多了。

若出現這些症狀，請**立即**通知您的器官移植團隊。

## 如何減低感染風險？ How to decrease your risk of infection?

**割傷及擦傷：**皮膚是對抗感染的重要防線。若是割傷了或受了傷，須保持傷口清潔乾爽。留意傷口有沒有感染跡象（該處感到觸痛、發紅、流膿及疼痛）。若留意到有感染跡象，請通知您的醫生。腋下、腹股溝或身體其他部位有持續不退的瘡、水疱、腫塊或新增組織，均應盡快請您的家庭醫生檢查。

**洗手：**常用暖水和肥皂洗手。請醫護團隊為您示範正確的洗手方法。建議經常洗手，尤其是在進食和處理食物前、處理傷口前、處理尿管之前和之後、如廁後、更換尿布後和跟動物玩耍後，都必須洗手。鼓勵到訪客人和家人採用良好的洗手技巧。避免將手指或手放近嘴巴、眼睛或鼻子，未洗手前更須特別注意。

**與人接觸：**避免近距離接觸明顯患病（傷風、感冒）的人士，尤其在移植手術後的最初六個月。傷風感冒季節期間，避免到人多擠迫的地方。在室內或人多的地方須戴上醫療口罩。不要跟他人共用餐具、杯子、玻璃杯以及牙刷或刀片等個人衛生用品。

**寵物：**確保您的寵物健康良好，並已接種所有必須的疫苗。不要處理動物的排泄物，避免清潔鳥籠、魚／龜的魚缸或更換貓砂。

**園藝：**在花園做園藝時或處理泥土時須戴上手套，並須經常洗手。

**游泳：**完成移植手術六個月後，且在開刀位置及傷口均已復原後，您或者可以到加了氯的游泳池、大水域（海洋、大海、大湖）游泳。盡量避免浸公眾熱水池，游泳期間也須小心避免吞下水。

**性行為：**進行安全的性行為，使用避孕套。

# 細菌感染

## BACTERIAL INFECTION

### 什麼是細菌感染？ What is a bacterial infection?

細菌入侵身體令您病倒，就是細菌感染。這種感染常見於尿道，小便時會感到灼熱及／或疼痛，也會出現尿頻（註：移植手術後最初的數星期，尿頻是常見現象，不代表您身體受到感染）。

手術傷口未完全復原前亦可受到細菌感染，您將留意到感染範圍痛多了、腫多了和流出更多不正常的分泌物。

### 如何治療？ How is it treated?

治療細菌感染，可使用名為「抗生素」的藥物。若對任何藥物有過敏反應，或曾在服用抗生素後出現過副作用，請通知您的醫生。

請記住，很多藥物都不能跟您的移植藥物混合使用，因此在服用任何新藥前，即使是抗生素，也須先請醫生及藥劑師查看其安全性。

# 真菌感染

## FUNGAL INFECTION

### 什麼是真菌感染？ What is a fungal infection?

這是由真菌引致的感染。真菌有很多種，最常見的三種是：

- 肺囊蟲（又名卡氏肺囊蟲）
- 念珠菌
- 麴菌屬

### 肺囊蟲肺炎（簡稱 PCP）或卡氏肺囊蟲肺炎（簡稱 PJP） PCP (Pneumocystis carinii pneumonia) or PJP (Pneumocystis jirovecii pneumonia)

使用抗排斥藥可增加這類真菌感染肺部的機會，在移植手術一個月後風險最高，風險期可長達一年。

為防止這類感染，您須開始服用一種名為 sulfamethoxazole/trimethoprim (Septra®；Bactrim®、Sulfatrim®) 的抗感染藥。若您曾對此藥物有過敏反應，或對「磺胺」過敏，醫生將給您開另一種處方藥物。

### 念珠菌 Candida

念珠菌可以影響身體不同部位，最常見的一種是名為**鵝口瘡**的感染。鵝口瘡是口部感染，舌頭似被一層白膜蓋住，導致疼痛、口乾及吞嚥困難，治療方法是使用一種名為**耐斯菌素(nystatin)**的抗真菌口服液。若念珠菌影響身體其他部份，您或會使用一種名為**氟康唑(fluconazole)**的口服藥丸。

### 麴菌屬 Aspergillus

這類真菌一般影響呼吸道或消化道，治療方法是靜脈注射或口服抗真菌藥物（例如 voriconazole、amphotericin B）。

請記住，很多藥物都不能跟您的移植藥物混合使用，因此在服用任何新藥前，即使是抗真菌藥物，也須先請醫生及藥劑師查看其安全性。

# SULFAMETHOXAZOLE / TRIMETHOPRIM

## 磺胺甲惡唑／甲氧苄啶

- 又名 Septra®、Sulfatrim®、Bactrim®、複方新諾明 cotrimoxazole
- 此藥物為一種口服藥片，需要時可特別配製成液劑。
- 此藥不是卑詩省移植協會的資助藥物，病人可以在自己選定的藥房購買。

### 藥物外型是怎樣的？What does the medication look like?

這種藥物有幾個牌子，您的藥物可能跟下圖的不盡相同。若有任何疑問，請向您的移植藥劑師查詢。



### 此藥用來醫治什麼？What is this medication for?

這是一種混合抗生素，用來預防和治療由一種由真菌引致的 PCP 或 PJP 肺炎，這種肺炎較常見於免疫力下降（例如器官移植後）的病人。

### 應如何服用此藥？How should I take this medication?

	此藥 <b>每天服用一次</b> (例如早上 9 時)	您的服藥時間：_____
	若是每星期服藥三次	您在一星期中哪些日子和時間服藥：

- 此藥物可以隨餐或空腹服用。
- 可以在一天中任何時間服用，也可以跟您的其他任何藥物同時服用。最好每天都在相同的時間服藥，令體內保持穩定的藥量水平。
- 服藥時喝下一整杯清水，有助預防腎臟結石。

**特別注意：**此藥屬於磺胺藥物類別，若對磺胺藥物有過敏反應，必須通知您的醫生。

## 漏服藥物或嘔吐藥物：Missed Dose or Vomited Dose:

若漏服了一劑藥物，在記起後即盡快補服，然後按照下次的原定服藥時間服藥。若離下次服藥時間已過了一半時間，則不用補服，只需繼續按原定時間服藥，切勿服用雙倍劑量或額外的劑量。

若在服藥後 30 分鐘內嘔吐，或在嘔吐物中看見藥物，便須再次服藥，否則只需繼續等至下次服藥時間才服下一劑。

## 此藥可能有什麼副作用？What are some possible side effects of this medication?

副作用	管理方法
噁心、嘔吐、肚瀉	以食物送服藥物，以盡量減少副作用。若症狀令您感到困擾或持續不退，請向您的醫生查詢。
頭暈	若令您感到困擾或持續不退，請向您的醫生查詢。
對太陽敏感	在晴朗的日子戴上帽子、穿上長袖衫及長褲或長裙。塗上防曬指數 (SPF) 達 30 或以上的防曬油。
皮膚出疹或痕癢	盡快通知您的醫生或移植團隊。

# 病毒感染

## VIRAL INFECTION

### 什麼是病毒感染？ What is a viral infection?

使用抗排斥藥將降低身體自然抵抗病毒的能力。在移植手術後的第一年，您將使用最高量的抗排斥藥來降低免疫系統能力，在此期間，您感染到新病毒或重新活化（喚醒）之前曾接觸過的病毒的機會是最大的。病毒有很多種，在器官移植病人中最常見的是：

- 巨細胞病毒 (CMV)
- BK 病毒 (BKV) 及 JC 病毒 (JCV)
- 乙型及丙型肝炎

### 巨細胞病毒(CMV) Cytomegalovirus (CMV)

移植手術後的首數個月，感染 CMV 的風險最高。感染 CMV 的症狀將視乎受影響的器官而不同，其中可包括：疲倦、關節疼痛、高溫、頭痛、肚瀉、胃灼熱和氣促。

### BK 病毒 BK Virus

這種病毒感染通常發生在幼童時期，但即使治好了，體內仍會留有一些病毒。BK 病毒有機會再次活躍起來，尤其在移植手術後的首六個月，因此您的移植團隊將監察著您的 BK 病毒感染情況。這種病毒感染常見於腎臟，若長期沒有得到適當治理，可損害您的移植腎臟。

### 乙型及丙型肝炎 Hepatitis B and C

每名器官受贈者都經過篩選檢查，以確定他們是否有感染或曾接觸過肝炎（一種肝臟的病毒感染）。若您從前曾患過乙型或丙型肝炎，移植團隊將對您進行一次非常詳細的肝炎檢查。

請記住，很多藥物都不能跟您的移植藥物混合使用，因此在服用任何新藥前，即使是抗病毒藥物，也須先請醫生及藥劑師查看其安全性。

# VALGANCICLOVIR

## 纈更昔洛韋

- 又名克毒癒 Valcyte®、Apo-valganciclovir®、Auro-valganciclovir
- 此藥物為一種口服藥片及口服液。

### 藥物外型是怎樣的？What does the medication look like?

這種藥物有幾個牌子，您的藥物可能跟下圖的不盡相同。若有任何疑問，請向您的移植藥劑師查詢。

纈更昔洛韋 450 毫克藥片



### 此藥用來醫治什麼？What is this medication for?

這是一種抗病毒藥物。對於免疫力下降（例如器官移植後）的病人，最常用於預防或治療一種名為 CMV（巨細胞病毒）的病毒感染。

### 應如何服用此藥？How should I take this medication?

此藥 <b>每天服用一次</b> (例如早上 9 時)	您的服藥時間： _____
此藥 <b>每天服用兩次</b> (例如早上 9 時及晚上 9 時)	您的服藥時間： _____

- 此藥應隨餐送服，以助身體能更好吸收藥物。
- 可以在一天中任何時間服用，也可以跟您的其他任何藥物同時服用。每天都在相同的時間服藥，令體內保持穩定的藥量水平。

## 漏服藥物或嘔吐藥物：Missed Dose or Vomited Dose:

若漏服了一劑藥物，在記起後即盡快補服，然後按照下次的原定服藥時間服藥。若離下次服藥時間已過了一半時間，則不用補服，只需繼續按原定時間服藥，切勿服用雙倍劑量或額外的劑量。

若在服藥後 30 分鐘內嘔吐，或在嘔吐物中看見藥物，便須再次服藥，否則只需繼續等至下次服藥時間才服下一劑。此藥可能有什麼副作用？What are some possible side effects of this medication?

副作用	管理方法
噁心、嘔吐、肚瀉	以食物送服。若症狀持續或令您感到困擾，請聯絡您的醫生。
纈更昔洛韋可降低白血球、紅血球和血小板的數量。  受感染和流血的風險可能提高。	定期驗血檢查各項血液細胞指數。若出現以下任何一個情況，須諮詢您的醫生： <ul style="list-style-type: none"><li>• 感染跡象或症狀，例如發燒或發冷、咳嗽、喉嚨痛、小便疼痛或排尿困難</li><li>• 出血跡象，例如有瘀血、黑便、嘔血或尿液帶血</li><li>• 紅血球下降的跡象，例如感到異常虛弱或疲倦、短暫暈眩或頭暈</li></ul>

# VALACYCLOVIR

## 伐昔洛韋

- 又名祛疹易 Valtrex®
- 此藥為口服藥片。
- 此藥不是卑詩省移植協會的資助藥物，病人可以在自己選定的藥房購買。

### 藥物外型是怎樣的？ What does this medication look like?

這種藥物有幾個牌子，您的藥物可能跟下圖的不盡相同。若有任何疑問，請向您的移植藥劑師查詢。



### 此藥用來醫治什麼？ What is this medication for?

這是一種抗病毒藥物。您或須在移植後首數個月服用伐昔洛韋，以助預防某幾種病毒感染，例如疱疹、水痘、帶狀疱疹及唇疱疹。

### 應如何服用此藥？ How should I take this medication?

此藥 <b>每天服用一次</b> (例如早上 9 時)	您的服藥時間： _____
此藥 <b>每天服用兩次</b> (例如早上 9 時和晚上 9 時)	您的服藥時間： _____

- 此藥可以隨餐或空腹服用。
- 可以在一天中任何時間服用，也可以跟您的其他任何藥物同時服用。每天都在相同的時間服藥，令體內保持穩定的藥量水平。

### 漏服藥物或嘔吐藥物： Missed Dose or Vomited Dose:

若漏服了一劑藥物，在記起後即盡快補服，然後按照下次的原定服藥時間服藥。若離下次服藥時間已過了一半時間，則不用補服，只需繼續按原定時間服藥，切勿服用雙倍劑量或額外的劑量。

若在服藥後 30 分鐘內嘔吐，或在嘔吐物中看見藥物，便須再次服藥，否則只需繼續等至下次服藥時間才服下一劑。

## 此藥可能有什麼副作用？ What are some possible side effects of this medication?

副作用	管理方法
噁心、嘔吐、肚瀉	以食物或牛奶送服。或會自行減退，若持續不退，須通知醫生。
頭痛	或會自行減退。您的醫生或會建議您服用非處方止痛藥。

# 非處方藥物

## OVER-THE-COUNTER (OTC) MEDICATIONS

這份藥單並未盡錄所有藥物。只要藥物成份安全（如下表所示），您可使用未有列入表內的其他牌子。使用任何新藥前，請先聯絡您的移植診所，以確保您可以安全地使用該藥物。

症狀	安全藥物例子 (活躍成份)	不建議採用
過敏	Benadryl® (Diphenhydramine)	
	Chlortripolon® (Chlorpheniramine)	
	Claritin® (Loratidine)	
	Reactine® (Cetirizine)	
	Allegra® (Fexofenadine)	
	Aerius® (Desloratidine)	
鼻塞	Otrivin® (Xylometazoline)	若沒有妥善控制好血壓，避免使用口服通鼻藥（偽麻黃鹼）。
	Dristan® (Oxymetazoline)	
咳嗽	Benylin® DM (Dextromethorphan)	若沒有妥善控制好血壓，避免使用含有口服通鼻藥（偽麻黃鹼）的產品。
	Benylin® DM-D (Dextromethorphan-Pseudoephedrine)	
	Benylin® DM-DE (Dextromethorphan-pseudoephedrine-guaifenesin)	

症狀	安全藥物例子 (活躍成份)	不建議採用
肚瀉	若症狀持續不止，通知移植診所，您的醫生或需排除感染的可能性。	依莫瀉(IMODIUM) – 除非得到醫生或移植團隊的指示
噁心	Gravol® (Dimenhydrinate)  若症狀持續不止，通知移植診所。	
疼痛或頭痛	Tylenol® (Acetaminophen)  Tylenol ES® (Acetaminophen Extra Strength)	<b>切勿服用</b> 名為 NSAIDs (非類固醇抗炎藥) 的止痛藥，這包括布洛芬 (安疼諾 Advil® 及美林 Motrin®)；萘普生 (Aleve® 及 Naprosyn®)；及 ASA 或阿士匹靈 Aspirin®。若須每天服用一次 81 毫克低劑量的阿士匹靈 Aspirin® 以預防心臟病發及中風，在獲得醫生許可下是可以的。
背痛	Robaxin® (Methocarbamol)  Robaxacet® (Methocarbamol-acetaminophen)	

# 自然療法、草本療法、 傳統或順勢療法

## NATUROPATHIC, HERBAL, TRADITIONAL OR HOMEOPATHIC PRODUCTS

對於這些產品和它們對器官移植藥物的影響，目前的研究非常有限。我們建議，在未跟移植藥劑師商量之前，切勿服用任何自然療法、草本療法、傳統或順勢療法的產品。

產品的安全性和副作用，是視乎它們跟抗排斥藥混合後所產生的作用而各有不同。有些產品或會刺激免疫系統，令移植器官有更大機會出現排斥。某些最常用的產品及其安全性如下：

產品	安全性	額外資訊
紫錐花 (學名 <i>Echinacea purpurea</i> )	這補充劑可增強免疫系統能力，對器官移植病人 <b>並不安全</b> ，因為它跟您的移植藥物有抗衡作用。	
蒜 (學名 <i>Allium sativum</i> )	服用濃縮大蒜補充劑有可能導致出血，器官移植病人 <b>不應</b> 使用。大蒜補充劑的成份含有極高濃度的蒜。	繼續在食物中用蒜是安全的。
薑	薑可增強免疫系統能力，對器官移植病人 <b>並不安全</b> ，因為它跟您的移植藥物有抗衡作用。	喝適量的薑茶或其他草本茶或在食譜中用薑是安全的。不要服用薑丸或薑液的高濃度補充劑。

產品	安全性	額外資訊
銀杏 (學名 Ginkgo biloba)	這補充劑可能增加出血，移植病人 <b>不應</b> 使用。	
大麻 (THC/CBD)	大麻可跟您的抗排斥藥產生相互作用。  吸食大麻的移植病人有可能因一種名為麴菌屬的真菌而造成嚴重肺部感染。	需要更頻密地檢查藥物水平，以確保體內有適當的藥量。  開始使用大麻之前，請先諮詢您的移植團隊。詳情可查閱卑詩省器官移植協會的網址： <a href="http://www.transplant.bc.ca/transplant-and-medications/general-medication">http://www.transplant.bc.ca/transplant-and-medications/general-medication</a>
褪黑激素	短期服用這補充劑大概是安全的，但盡量使用最低劑量。使用前先通知您的移植團隊。	
益生菌	服用含益生菌的補充劑（丸狀或膠囊狀）對移植病人 <b>並不</b> 安全。由於您的免疫系統變弱，較容易出現感染，將活菌吃進體內可有機會導致感染。	吃含有益生菌的食物本身是安全的，只是食品業並無制定益生菌方面的標準，而您所吃的食物也未必真的含有標籤上所示的成份。
聖約翰草 / 貫葉連翹	<b>切勿</b> 服用此補充劑，它會影響您的免疫抑制藥物 TACROLIMUS 和 CYCLOSPORINE。	

# 癌症風險

## CANCER RISK

服用抗排斥藥可增加患上某些癌症的機會，最常見的癌症類別是：

- 名為移植後淋巴增生疾病（簡稱 PTLD）的淋巴癌（是一種血細胞癌症）
- 女性子宮頸癌
- 胃腸道癌
- 皮膚癌

**PTLD** 多數是在移植後首數個月內發生，但亦可能在數年後才出現。PTLD 是嚴重的併發症，治療方法是減少或停用抗排斥藥，某些個案也採用化療或電療。

女性受贈者的**子宮頸癌**，可透過子宮頸抹片檢查測試得到，因此建議病人每年最少檢查一次。這項測試有助測出不正常細胞，讓病人能迅速獲得治療。若確診得早，這種癌症一般是可以治癒的。

**胃腸道癌**一般較難單憑跡象及症狀檢測得到。若大便習慣出現重大改變（例如相隔出現肚瀉和便秘，或糞便中有血），請通知您的家庭醫生或移植團隊。及早發現和及早治療是十分重要的。

移植受贈者患上**其他癌症**的機會或跟其他沒有接受移植的人士相近。女性每年應由家庭醫生檢查乳房一次，並即時報告任何不尋常的狀況。女性踏入 50 歲後（有些會更早），一般都開始接受定期的乳房造影檢查（特別用來檢查乳房的 X 光檢查）；男性應每月檢查睪丸一次，查看有沒有任何不尋常的腫塊。如有發現，應立即通知醫生。40 歲以上的男性亦應向醫生查詢是否需要做前列腺檢查，這包括 PSA（前列腺特異性抗原驗血）測試作前列腺癌篩選檢查，以及由家庭醫生進行身體檢查。

## 皮膚癌 Skin Cancers

移植受贈者患上皮膚癌是很常見的，但只要能及早發現，也是很容易醫治的。您的家庭醫生應可為您進行皮膚癌檢查，並在需要時將您轉介至皮膚專科醫生。

可以做什麼來盡量減低患皮膚癌的風險：

- 使用防曬指數 (SPF) 達 30 或以上的防曬油（不要忘記那些容易漏搽的部位，例如嘴唇、耳背、髮邊、手背和腳背）。游泳後或出完大汗後須重新塗上防曬油。
- 即使是冬天，若須在晴朗天氣下於戶外逗留較長時間，尤其是位處高地時（例如滑雪時），也須塗上防曬油。
- 在戶外有太陽照射的地方，戴上帽子，穿上長袖襯衫及長褲。請記住，一般衣服是不能防止紫外線透入皮膚的，只有特製的防曬衣物才能有效地提供防曬(SPF)保護。
- 避免被太陽照射，尤其在夏季早上 11 時至下午 3 時之間的時段。即使在清涼、多雲或陰暗的日子，70-80%的太陽紫外線仍然可以穿透雲層落在皮膚上，坐在遮陰處或浸在水中游泳也不能完全保護到您。
- 最好能經常檢查皮膚和每月檢查全身的瘰癧一次，留意瘰癧有沒有任何鱗狀脫皮、顏色和形狀改變，或持續痕癢或滲出液體的情況。
- 出外前 10 分鐘塗上防曬油，並每兩小時重新塗一次。參閱以下資訊，以確保獲得所需的保護。
  - 面、頭和頸部塗 1 茶匙；
  - 上身前後塗 2 茶匙；
  - 每隻手臂及前臂塗 1 茶匙；
  - 每隻大腿、小腿和腳部塗 2 茶匙。

# 固體器官移植受贈者的疫苗注射

## VACCINATIONS FOR SOLID ORGAN TRANSPLANT RECIPIENTS

器官移植受贈者因需要保護移植器官而服用抗排斥藥，因而增加了感染風險。這些藥物可削弱您的免疫能力，因此記緊須按時接種各項所需的疫苗，預防身體出現某幾類感染。移植手術完成後 3 至 6 個月便可接受疫苗注射，不活化疫苗是安全的，但活疫苗在移植器官後則不安全。

請跟您的移植團隊商量，並索取一份有關移植手術後建議疫苗的小冊子。這本小冊子亦可以在卑詩省器官移植協會的網址找到：

<http://www.transplant.bc.ca/transplant-and-medications/general-medication/vaccination-after-transplant>