

**2025.10.19 台北市斗中校友會線上讀書會第十五場-劉國士學長的《維護身體健康-藥怎麼吃才對》，校友回饋彙總：**

吳克府(17)

今天劉國士學長的講題是《維護身體健康-藥怎麼吃才對》。感謝劉學長百忙抽空的無私奉獻及分享寶貴的經驗。感謝劉文正輔導理事長及鄭問堂理事長推動斗中線上讀書會、第26屆鄭問堂理事長的主持本次分享會、沈坤英理事及陳以儒秘書長的慎密籌備協助、陳連禎校長的指導，感謝第54屆的王志清執行長協助紀錄。感謝斗中校友們的熱情參與及支持，祈望以後的斗中讀書分享會，大家一樣的來支持照顧！讓斗中線上讀書會越來越好！（預告下次讀書分享會訂在十二月份）。

劉文正(16)

謝謝國士專業的、精彩的分享，受益良多。

吳昱瑩(22)

謝謝學長上醫治未病。

陳連禎(17)

感謝國士學長一席話，真實又誠懇，給了我們上了正確的用藥知識一課。學長這句話：最好的用藥方法就是不要用藥，強調預防勝於治療的重要觀念，謝謝您。

鄭問堂(26)

用藥應該是每個人會遇到，但大部分的人都是醫生開什麼就吃什麼，卻不知藥的特性，所以特別商請劉國士藥師，在用藥方面有很深厚的研究來向大家報告。

如止痛藥止痛了就不要再服用，因為很傷肝、腎、胃。

擦皮膚病的藥因在皮膚深層，所以要用吹風機吹熱增加吸收。

分析維生素、脂肪肝、糖尿病、EPA、DHA、...等等做了很深入精闢分析，讓我們了解這些平常就會接觸到的藥和保健食品的特性，非常感謝國士學長的分享。