**台大醫院Q&A**

Q：請問我女兒服用Dilantin® ，但看書上寫吃此藥的人葉酸會較低，因此自行服用葉酸一陣子了，請問有何影響？

A：長期服用Dilantin® (phenytoin)的病人約有27%-91%葉酸濃度會較正常人低，但是只有小於1%的病人會產生巨紅血球性貧血(megaloblastic anemia)。

有許多報告指出葉酸會降低Dilantin® 的血中濃度，因此而可能造成癲癇發作率增加。但在一些對照試驗中卻看不到會增加發作率的現象。建議和您的醫師討論。服用Dilantin® 時如需併用或停用folic acid，需監測Dilantin® 血中濃度，需要時可能需調整Dilantin® 的劑量。

Q：門診業務諮詢專線？

A：服務時間：週一~週五 08：00~17：00

總院：(02)2356-2504、2356-2505

兒醫：(02)2312-3456 轉分機 70170、70171

Q：請問服用消炎止痛藥是否一定要併服制酸劑？

A：傳統型之消炎止痛藥對於腸胃道之刺激較大，為減低該類藥品的對胃腸道的刺激，建議可以和食物或制酸劑併服。

新一代的消炎止痛藥因為較不傷腸胃，所以可不併服食物或制酸劑，但是若服用新一代之消炎止痛藥後仍有胃腸不適之現象，仍可於飯後服用或併用制酸劑減少刺激感，因此，是否需併用制酸劑仍需視所服的藥品，服用時間的長短及患者本身的情況而定。

Q：查詢病症應掛那一科？

A：請於週一~週五08：00~17：00洽詢健康教育中心 (02)2312-3456 分機 62114。

Q：請問使用何種藥物會使牙齒變黃？又有沒有解決之方法？

A：最常見會讓牙齒變色的藥物是口服液態鐵劑，如果服用液態鐵劑時與果汁或水一起服用，或用吸管服用，會減少牙齒染色的問題；已經被染色的牙齒，可以用小蘇打（經醫師指示可用雙氧水）刷牙來除去牙齒染色。

另一種讓牙齒變色的情況是在媽媽懷孕時或小朋友嬰孩時期服用四環素類抗生素，會造成四環素類抗生素在小朋友牙齒沉積，而使牙齒變黃。通常懷孕婦女或八歲以前的小朋友不建議使用此類藥品。

至於使牙齒重新變白的方法，可以請教牙科醫師（例如雷射美白...）。

Q：門診醫師之看診時間？

A：上午門診：09：00~12：00

下午門診：13：30~16：30

Q：請問服用Dostinex® 後，是否會有心律不整，呼吸不順暢的副作用呢？

A：Dostinex® （cabergoline）在心血管方面可能的副作用有心衰竭，姿態性低血壓，水腫等。至於在呼吸方面曾有呼吸不順，類似暫時窒息感覺的案例報告出現（1例），此外還可能會鼻出血，胸腔積液等。

Q：欲掛號之醫師額滿時，該如何處理？

A：病友欲掛號之醫師額滿時，建議可改掛其他相同專科醫師的門診，或改掛2週內的門診。

Q：昨天醫師開一瓶藥水給我的女兒（一個月大，3.7公斤），一天三次每次0.2c.c.，請問劑量有沒有問題，所附的量杯無法量取？

A：醫師所處方的藥為Aswell® Soln (metoclopramide 1mg/mL, 60mL/btl)，metoclopramide在小於6歲的小兒最大劑量為0.1mg/kg/dose, 一天三次。因此醫師處方的劑量應無問題。 建議可至藥局買刻度較小的針筒以方便餵藥。

Q：轉診受理（現場掛號）時間為何？轉診病友可以先預約嗎？

A：受理時間為8:30~17:00

預約方式與一般病友預約方式相同，可以利用網路或電話預約，待就診當日，持轉診單到各櫃台辦理轉診手續。

可將轉診單先傳真至(02)2382-5540，轉診單上註明欲掛日期、科別及醫師姓名，為維護個人隱私，請病友24小時內於服務時間來電確認掛號結果。

請問我太太的用藥中，有哪些會影響到血中的鈉離子和鉀離子？ Rilutek® (riluzole), MGO® (magnesium oxide), Plavix® (clopidogrel), Zoloft ® (sertraline), Xanax ® (alprazolam), Dilatrend® (carvedilol).

A：Rilutek® 有低血鉀，低血鈉的報告。 Zoloft ® 有低低血鈉的報告。請再進一步和醫師討論。

Q：開立診斷書，本人是否需親自到診？

A：依據醫師法第11條：「醫師非親自診察，不得施行治療、開給方劑或交付診斷書。」開立診斷書，病人應親自就醫，另可申請「病歷摘要」以為證明之用。

Q：我先前一直在服用抗甲狀腺亢進的用藥(Inderal)每兩天一次，一次一顆，Procil每兩天一次，一次一顆，目前因剖腹產下嬰兒，想親自哺乳，請問是否會對嬰兒有所影響？

A：根據現有文獻之資料，此兩種藥物均會從乳汁中分泌出來，然而對於嬰兒的影響現階段並無一致的看法。以Inderal(propranolol)為例，在乳汁中的最高濃度可達母親體內的一半，因此還是可能會引起嬰兒心跳變慢，血糖降低的副作用，在服藥後的2-3小時內盡量避免哺乳，美國兒科醫學會認為使用Inderal哺乳是安全的。

Procil目前文獻尚無一致的結論。Procil(propylthiouracil,PTU)會少量分泌到乳汁。

PTU在體內正常生理的pH值下是離子化狀態，且和蛋白質結合率為80%，這兩個因素減低了分泌到乳汁的量。PTU在服用後24小時內乳汁和血漿的濃度比值為0.55，約為口服劑量的0.077%。美國兒科醫學會(theAmericanAcademyofPediatrics)認為服用PTU是可以授乳的。和methimazole相較，授乳期使用PTU是比較安全的，但仍建議定期監測嬰兒的甲狀腺功能。

Q：如何借用「輪椅」、「推床」？

A：借用「輪椅」、「推床」，只要向東址院區(推床需至急診服務台借用)、西址院區、兒童醫院入口處志工服務櫃台，登記借用人相關資料（如姓名、連絡電話等）即可，不需押金或證件。

Q：我的太太在懷孕二個月時服用了2顆RU-486，如果想繼續懷孕，請問此藥對胎兒的影響？

A：RU-486(mifepristone)之懷孕分級：X，有數例使用mifepristone卻沒有流產成功而繼續懷孕，在這樣的新生兒身上沒有看到副作用。

但是有一例是在懷孕第6周使用mifepristone400mg之後決定要繼續懷孕，但在第17周時超音波顯示沒有羊膜腔，胎兒沒有胃，膽囊，和尿道。此例在第18週終止懷孕。胎兒有典型併肢畸胎(sirenomelia)的情況，下肢融合，只有一個彎曲的腳掌，可能和懷孕初期用藥相關。

Q：颱風來襲已經預約掛號，但無法看診，醫院會如何處理？

A：颱風來襲時，各科部採部分開診，已預約門診(含診間、櫃檯、電話、網路、KIOSK、APP)之病友無法如約就醫時，當日預約不計爽約，並可於1個月內加號就診。

門診諮詢專線：(02)2312-3456轉62504、62505

牙科預約治療改期請洽六西1樓櫃檯辦理：67716、67717。

Q：請問我服用了Premarin0.625mg5顆連續四天，但後來發現懷孕，請問Premarin對懷孕的影響？

A：Premarin(conjugatedestrogen)的U.S.FDA's懷孕分級為X。

CollaborativePerinatalProject(1977)觀察在懷孕前3個月使用過conjugatedestrogen的13個例子，發現畸胎的機率增加。以所有estrogenicagent這一類藥品來看，觀察了614個例子，心血管缺陷，眼及耳不正常，唐氏症的發生率增加。

再重新評估這些資料中的使用時間，懷孕早期的陰道出血，先前的生產史，並無法確定estrogen和心臟畸型的關係。早期的研究也沒有發現此藥和非生殖器畸型的關聯。在母親懷孕前三個月使用過此藥的一個嬰兒身上看不到任何的副作用。但另在一位母親同時使用多種藥物（在懷孕第四週到第七周時使用過conjugatedestrogen）的嬰兒，觀察到許多畸形的現象，如兔唇，小頜畸形，縫間骨，心臟缺陷等等。此藥也被用於誘發排卵，事後避孕等，在這些報告中沒有提及對胎兒有副作用。請再與婦產科醫師討論。

Q：長期服用Eltroxin(levothyroxine)，是否會對胎兒有影響？

A：Levothyroxine屬於左旋的thyroxine，而thyroxine本來就是人體會自行分泌的甲狀腺素，加上藥物本身不太容易通過胎盤，只要配合醫師適量使用，基本上安全性是較高的。

Q：需要長期服用Mobic，Mesin等藥物，最近計劃懷孕，請問這些藥物是否會對胎兒產生不良的影響？

A：Mobic(meloxicam)與Mesin(chlorzoxazone)兩種藥物在美國FDApregnancycategory均屬於C，意即關於動物試驗或人體相關資料不足，抑或是動物試驗顯示有致畸胎的情形而人類目前尚未發現。至於meloxicam屬於長效藥品，在體內的半衰期約15-20小時，chlorzoxazone半衰期為1.1小時，停藥約4天後殘留於體內的藥品濃度已經變的非常地低，如果會擔心的話，可於計劃受孕前一星期停藥即可。

Q：醫師處方O.N.S.D.與Spersallerg兩種藥水讓我使用，現今我仍在哺乳，請問是否會對嬰兒造成影響？

A：O.N.S.D.(neostigmine)屬於cholinergicagent，目前對於授乳方面的資料不足，而Spersallerg(antazoline+tetrahydrozoline)前者屬於antihistamine，後者屬於alpha-adrenergicagonist，二者同樣在授乳方面資料不足。然而兩種眼藥水均屬於局部使用，基本上進入全身的藥物濃度不高，從乳汁分泌出來的量更是有限，加上並無相關副作用的報告，應可安心使用。

Q：請問Duphaston(dydrogesterone)對於懷孕的用藥安全為何？

A：Dydrogesterone屬於黃體酮類，臨床上用於月經過多或子宮內膜異位，以及安胎（因黃體素分泌不足所引起者）。目前關於dydrogesterone用在懷孕方面的安全問題研究有限，僅有一個案例報告指出曾有孕婦於懷孕8-20週時服用20mg的dydrogesterone，同時期每週併用IMhydroxyprogesteronecaproate250mg，隨後一直服用10mg的dydrogesterone，結果產下生殖泌尿道異常的嬰兒。

Q：服用抗肺結核之藥物：RIF,Myambutol,Avelox，現在發現懷孕了，請問這些藥物是否會影響胎兒發育？

A：Myambutol(ethambutol)美國藥物暨食品檢驗局之懷孕分級為B級，為美國疾病管制局建議婦女懷孕時可供選用的抗結核藥物。

RIF(rifampin)與Avelox(moxifloxacin)在美國藥物暨食品檢驗局之懷孕分級均屬C級，在動物試驗方面發現高劑量下會導致動物胎兒先天異常的情形，然而正常劑量下對於人類胎兒的影響並不十分清楚，僅能說無法完全排除其風險。

至於Avelox屬於quinolone類抗生素，在動物試驗中發現會對發育中的動物產生關節軟骨病變的情形，惟對人類胎兒的影響亦不十分清楚，於懷孕或授乳時期應盡量避免。建議返診時告知醫師，以作為藥品調整之依據。

Q：請問接種B肝疫苗後多久可以懷孕？

A：目前並無很明確的證據證明接種B型肝炎疫苗後會對胎兒造成傷害。在特殊情況經醫師評估認為有必要時，懷孕仍可注射。

Q：請問施打水痘疫苗後多就才可以懷孕？

A：藥品說明書：三個月。但美國預防接種委員會(AdvisoryCommitteeonImmunizationPractices,ACIP)和美國小兒科醫學會(AmericanAcademyofPediatrics)建議接種後1個月不要懷孕。家人如果懷孕，同住的小孩仍可以施打疫苗而非禁忌。

Q：服用Hiconcil,Longifene,Paramol,Zyrtec可不可以授乳？

A：Hiconcil(amoxicillin)：安全。

Longifene(buclizine)：資料不全，可能會分泌有anticholinergic的作用因此可能減少乳汁分泌。

Paramol(acetaminophen)：安全。

Zyrtec(cetirizine)：資料不全。

Q：目前已懷孕19周，請問Procil，Inderal及Lexoten是否能繼續吃?內科醫師說可以，婦產科醫師說避免使用，怎麼辦？

A：Procil：懷孕分級為D級，考量藥品使用的必要性;

Inderal：懷孕分級為C級;

Lexoten用於人類母體懷孕安全性資料未確定，依據仿單所寫，在懷孕後三個月或生產期間給予者，可能會影響新生兒，請將資料給醫師參考，以利獲得最佳之平衡點。

Q：我老婆懷孕約5個月，最近可能因輕微感冒而咳個不停，但又不敢吃藥，我看了實在很心疼，不知你們可否告知孕婦可吃的止咳藥（因為我看大部分都說C級或孕婦禁用）？

A：美FDA懷孕分級C級的定義為：動物實驗顯示對胎兒有危險性，但對孕婦尚未充分研究。或對動物及婦女均無研究資料，其安全性未知。

目前常用的止咳藥學名為dextromethorphan也是C級，但在一大型研究中回顧50282位孕婦，其中有300位曾在懷孕前3個月使用過dextromethorphan，新生兒的缺陷率並沒有比較高。

另一個試驗中回顧了59位在懷孕前3個月用過dextromethorphan的婦女，出現一個畸胎。就目前可得的人體資料而言，dextromethorphan的致畸胎性並不高。如果需要用藥的情形下，在某些文獻仍會建議孕婦使用dextromethorphan。請進一步和婦產科醫師討論。

Q：請問Cospanon(flopropione)的懷孕用藥安全分級？

A：Cospanon屬於緩解膽道痙攣的藥物，由於屬於日本發展出的藥物，根據日本醫藥品集提到，對於懷孕婦女之安全性部分未確立，而仿單上的動物試驗顯示，給予白老鼠服食超過600倍的正常劑量，其對於相關器官與子代並無明顯的致畸胎情形發生。

Q：因調經的緣故醫師處方Duphaston(dydrogesterone)，我吃了兩顆以後發現懷孕了，請問此藥對胎兒的影響？

A：Duphaston(dydrogesterone)對懷孕的影響查無資料。但Duphaston在臨床上也被用來作為安胎藥使用。就其同類藥品在美國FDA懷孕分級皆屬X級，孕婦不宜使用。因FDA接獲14例胎兒外陰性別不明可能與黃體素有關，建議再與婦產科醫師討論。

Q：如何申請收據副本、費用証明、醫令明細？

A：請備妥身份證明文件及委託人證件，平常日請至總院東址一樓醫療事務室櫃檯辦理，星期例假日及國定假日請至住院服務中心(PAT)辦理。

各項收費如下：

地點 收費

費用收據影本 同帳號每份收費10元

全年度醫療費用證明單 每張10元

門診醫令費用明細表（每帳號） 20元

急診／住院醫令費用明細表（每帳號） 100元

Q：住院病床有哪些等級？

A：本院住院病床的等級有：非保險病床（單人房、雙人房）及保險病床（三人房或以上）二種。

如果您是住非保險病床，則必須自付超過保險病床給付標準之病房費用差額。

關於本院保險病床、非保險病床分配及自付差額資料請詳見本院病房護理站之公告欄，或向醫療事務室查詢。

Q：住院要準備什麼用品？

A：本院提供每床病患太空被二條，若需額外增加太空被每條酌收清潔費100元。

請攜帶住院所需盥洗用具、換洗衣物、陪病人之個人用寢具。其他日常用品亦可於本院購物中心或販賣部購買。

Q：醫院住院的伙食是如何？

A：本院營養室之專業營養師提供住院病人飲食設計及臨床營養照顧與諮詢。

除特殊病房外，病人辦妥住院手續後，即視需要為您開普通飲食。您可依個別的需求改為素食或特甲飲食，另外，醫師會依您的病情，開立飲食處方，如：治療飲食或管灌飲食等。

本院飲食由配膳員親自送至病人床邊，詳細的供應內容及收費標準，請參閱營養室「營養服務簡介」。

另外，本院亦提供陪病家屬送餐服務，如果您有需要，可經由護理站訂「陪病餐」。

如果您對住院飲食有任何意見，請電洽營養室病人飲食意見溝通電話：61510（院內分機）。

Q：病人如需食用管灌品，在出院後該如何購買？

A：本院營養室特別提供代售管灌配方之服務，並以較優惠之價格嘉惠病患。

如欲購買請向病房臨床營養師或至營養室洽購。詳細購買辦法請參閱營養室之「營養服務簡介」參考http://www.ntuh.gov.tw/DD/ 營養室網頁中『營養品外賣服務』之說明。

若您有任何疑問，請電洽管灌品代售服務電話：65653 或 61234（院內分機）。

Q：如果需要陪病員，該如何辦理？

A：如果您需要僱用陪病員時，可向病房的護理站洽詢，請勿自行僱用，以確保陪病員品質並便於本院管理。

Q：如何申請診斷書、證明書？

A：若您需要各項診斷書、證明書，請於出院前向病房行政人員申請辦理。

出院後若需申請診斷書，則須經門診掛號才能辦理。

出院後如需申請醫療費用證明，請洽醫療事務室。

Q：醫院門禁管制時間是什麼時候？

A：本院的門禁時間為晚間10:00至次日早上06:00，凡是無陪病證者，請在門禁管制前主動離開醫院或不要再進入醫院。

申請陪病證請向護理站洽辦。

Q：病房探病時間是什麼時候？

A：請參考探病須知

<https://www.ntuh.gov.tw/ntuh/Fpage.action?muid=79&fid=3077>

Q：病房內有電話設施嗎？

A：本院於單人病房及雙人病房設有電話，單人病房之電話有撥入及撥出之服務，雙人病房之電話只提供撥入之服務，不能撥出。

若您從外線欲撥入單、雙人病房，請撥本院總機(02-23123456)，進入自動總機後，直撥病房分機進行轉接，或由總機人員轉由相關單位查詢後再轉入（單人病房另設有直撥號碼）。

Q：住院中病友如何申請重大傷病卡？

A：病友具備健保身份就醫且經醫師診斷確定所罹患的傷病是屬於重大傷病時，可檢具下列文件到醫療事務室辦理（新生兒要報戶口及加保後才可以辦理）：

全民健康保險重大傷病證明申請書（需加蓋醫師章及重大傷病診斷證明專用章及填寫申請人或代理人簽名或蓋章處）。

身分證明文件（健保卡或身份證正反面影本，兒童得以戶口名簿代替）。

一般案件：本室收件到健保署核發，大約1小時可完成。

專業審查：應檢具病歷摘要或檢查報告等相關資料，本室收件後健保署核發約需 10 個工作天。

Q：急診的看診順序是如何？

A：醫師看診及處理的順序是依照病人病情的危急程度（即檢傷等級）來決定，而不是以掛號的先後順序來決定。

Q：如果病情需要做進一步檢查時，該怎麼辦？

A：如果需要做進一步檢查時，請病人在原處等候，待醫護人員連絡好後會至診區護送病人前往檢查室，請不要自行前往。

Q：如果病情需要他科醫師會診時，該怎麼辦？

A：如果需要照會他科醫師一起處理時，醫師會連絡其他科醫師前來診視，請病人在原處等候。

Q：如果需要住院要如何辦理？

如果病情需要住院，由護理師給予急診帳單，請家屬攜帶病人健保卡至結帳暨住院櫃檯結清急診醫療費用，同時辦理住院手續。

辦妥手續後，請將住院貼紙交給負責護理師，在原處等候工作人員護送至病房。

Q：看完急診後病情仍不穩定怎麼辦？

A：如果病情有不穩定的情形，可以打電話(02)23123456分機62264與急診醫護人員連絡，將病人送回急診處理。

Q：倉促就醫，未帶健保卡怎麼辦？

A：若您忘了帶健保卡就醫，則必須先以自費結帳，而於七天內帶齊健保卡及收據，則可辦理退費。

Q：如何辦理退費？

A：請於七天內攜帶原收據、健保卡、身分證或其他相關證件前來急診繳費櫃台24小時受理辦理退費。

Q：就醫證明要如何開立？

A：請於就診時直接向醫師提出申請，當天即可領取。

Q：如何申請中、英文乙種診斷書？

A：請於當次就醫後告知醫師，於結帳時繳費並核對身分資料，等候30分鐘（英文診斷書需等候1小時）後，本人或直系親屬再持身分證明及收據至結帳櫃檯領取。

離院後返回申請診斷書者，請於上班時間（週一至週五上午8時至下午4時）直接至急診結帳櫃檯辦理掛號，等候1小時後持身分證明及收據至結帳櫃檯領取（非病人或病人直系親屬代為申請診斷書時，需持受託人身分證正本、委託人身分證正本及委託書申辦）。

Q：如何申請中、英文死亡診斷書？

A：請於結帳時提出申請並核對身分證，於上班時間內，持病人身分證及直系親屬身分證至結帳櫃台領取。

Q：有公告自費醫療收費標準嗎？

A：本院自費醫療項目收費相關請詳見『就醫指南/自費醫療項目』。

Q：領藥注意事項？

當您看診完成，請攜帶處方箋至批價櫃台結帳繳費，再依照處方箋的左上角「領藥地點」、「領藥窗口」及「領藥號」至藥局的發藥窗口準備領藥。當該窗口上方顯示的領藥號數顯示出或超過您的領藥號時，請持處方箋及健保卡排隊準備領藥。

慢性病連續處方第二、三次領藥，請您先持健保卡及處方箋至批價櫃台完成編號手續，再依照當次結帳收據左下角之新領藥號領藥。

Q：請問Seroquel® （quetiapine）是什麼藥物？常見的副作用為何？我吃藥以後常會有想睡的情形，是否正常？

A：Seroquel® 屬於非典型性的抗精神疾病用藥，一般用於精神分裂症之治療。

使用劑量一般會由低劑量一天兩次，每次25毫克開始，再往上調整，達到病患最佳的治療劑量為止。

常見的副作用有嗜睡、頭暈、焦躁、頭痛、失眠、體重增加、便秘、口乾等。

其他如低血壓、心跳加快、神經緊張、腹痛、肝功能及血脂肪指數上升等亦可能出現。

Q：請問Lodopine® （zotepine）應該如何服用？我吃藥後常會想睡覺，請問該如何？

A：Lodopine® 一般為精神分裂的精神病治療用藥，常用的劑量為每天75-150毫克，分2-3次來使用。

常見之副作用有：頭痛、暈眩、睡眠障礙、激動、嗜睡、便秘、口乾、視覺模糊、排尿困難、發抖等情形。

故出現想睡覺的情形是有可能的，建議勿從事開車等伴有危險性的機械操作。

如果出現不適的情形且足以影響日常的作息，請於回診時告知醫師，作為醫師調整劑量或是更換藥物之參考依據。

Q：我有高血壓，醫師先前處方Kerlone® (betaxolol)讓我服用，但今天回診後，醫師改開Norvasc® ，請問兩種藥物有何差別？請問哪一種會有心跳變慢的情形出現？

A：Kerlone® 學名為betaxolol，是屬於具心臟選擇性的腎上腺乙型阻斷劑(cardioselective beta-adrenergic blocker)；Norvasc® 學名為amlodipine，屬於鈣離子阻斷劑(calcium channel-blocker)，二者之主要差別在於降血壓的作用方式不同，但是同樣均屬於高血壓的治療用藥。

對於高血壓的治療，基本上是因人而異的，醫師會根據每位患者對藥物的反應而選擇最佳的藥物與劑量。兩個藥之中 Kerlone® 是有可能會有與劑量相關的心跳變慢的副作用。

Q：請問UFUR® 使用後對於白血球有無影響？飲食方面有無禁忌，該在飯前或飯後使用？因為同時服用Betaloc® ，Novamin® ，Cephadol® 等藥物，是否會有交互作用？ Kytril® 注射劑應該如何保存？

A：UFUR® 主要成分為tegafur/uracil，tegafur在體內會漸漸代謝成5-FU，具有持續抗腫瘤的效果。 UFUR® 可能會有骨髓抑制的作用，主要與劑量有關，但是相較於注射給藥5-FU，其造成的血液毒性發生率較低，可能出現白血球減少症，血小板減少症等，如有出現發燒或出血現象時，請與醫師聯絡。（一般使用低劑量的UFUR® 較少發生）

UFUR® 在腸胃道可以充分吸收，並不受飲食的影響，因此飯前飯後服用並沒有太特別的規定，不一定需併服制酸劑。

UFUR® 與上述的藥物並沒有交互作用（就現有的資料來看，幾乎沒有藥物交互作用，活性疫苗除外）。

Kytril® 注射劑只要存放於室溫，陰涼處，避免直接照光即可。