

囤止泻药应对新冠病毒？听听专家咋说



绘图 吴芳



□洛报融媒记者 崔宏远 通讯员 牛然

日前，一张“关于XBB.1.5毒株在美国登顶，大家要囤点儿蒙脱石散、整肠生、诺氟沙星”的截图在微信朋友圈流传，这让蒙脱石散、诺氟沙星等临床常用止泻药迅速成为抢手货。

XBB毒株会不会导致腹泻？蒙脱石散、诺氟沙星该如何使用？两者又有什么区别？来听听专家怎么说。

XBB毒株会不会导致腹泻？

此前，在国务院联防联控机制新闻发布会上，中国疾控中心病毒病所所长许文波介绍，XBB是奥密克戎新的变异分支，其致病力和奥密克戎其他系列变异株没有明显区别。

市传染病医院副院长胡新俊告诉记者，XBB.1.5毒株的免疫逃逸能力有所增强，上海已经监测到境外输入的病例，未造成本土传播。“需要注意的是，新冠病毒本身就会感染胃肠道黏膜，导致病毒性腹泻。目前，从已知研究情况来看，新冠病毒感染的症状仍以呼吸道症状为主，部分患者会有消化道症状。”胡新俊说。

蒙脱石散、诺氟沙星该如何使用？

“蒙脱石散很常见，消化内科常用治疗腹泻。”河科大二附院消化内科主任李忍萍介绍，蒙脱石散是一种具有吸附性的收敛止泻药，通过与消化道的黏液结合并覆盖黏膜表面，从而吸附致病菌，保护消化道黏膜，减少腹泻次数，辅助起到止泻的作用。其副作用较小，老人、儿童、孕妇等都可以使用，但过量使用可能会导致便秘。

李忍萍表示，归根结底，蒙脱石散只是一种止泻药，临床上大部分止泻药物都可以起到类似的作用，没必要盯着一种药物购买。

诺氟沙星，也就是氟哌酸，常用于治疗细菌引起的腹泻，如肠炎等，对病毒引起的腹泻无效。李忍萍提醒，诺氟沙星属于广谱抗生素，可阻碍骨骼的生长，未满18岁的未成年人禁止服用。

“阳”后出现腹泻怎么办？

李忍萍介绍，如果感染XBB毒株出现腹泻症状，可以使用蒙脱石散、黄连素、益生菌等缓解腹泻症状，随着体温逐渐恢复正常，一般1天至3天后腹泻症状也会好转。

“腹泻时，更重要的是防止脱水和水电解质平衡紊乱。”李忍萍说，我们喝的水通过肠道进入血液，进而参与全身的新陈代谢。腹泻时，水分大量流失，身体容易出现脱水症状，要注意补充水分和电解质。腹泻严重的患者，应使用口服补液盐。

如果临时买不到口服补液盐的话，也可以在家自制。河科大二附院消化内科主治医师刘喜庆建议，可在淡小米汤中加入少量的食盐，按每公斤体重20毫升至40毫升来喝，一般半天喝完即可。

■小贴士

市中医院主任中药师刘安龙建议，如果感染新冠病毒出现腹泻症状，可根据自身情况，每天喝点儿鱼楂茶，有清热解毒、排脓止痛的功效。

自制鱼楂茶

主料：鱼腥草20克、山楂(干)6克

辅料：蜂蜜5克

制作方法：

先把鱼腥草洗净，沥干水。把鱼腥草与山楂研成粗末，将粗末倒入砂锅内，加1升清水，煮沸，取汁，水温后加入蜂蜜代茶饮。



洗黄豆时有泡沫，是黄豆坏了吗

□洛报融媒记者 程芳菲 通讯员 尤云飞

“洗黄豆时有泡沫，是黄豆坏了吗？”近日，64岁的周女士来电咨询，她想用黄豆炖猪蹄，洗黄豆时发现没有泡沫，不知道是不是半年前买的黄豆坏了。她还想知道，散装豆类、谷类等作物一般能放多久，储存时有哪些注意事项。

“洗黄豆时有泡沫，不是因为黄豆坏了，而是因为经过浸泡，黄豆中的皂苷(gān)浸出来了。”市第三人民医院(原铁路医院)营养科主任尤娅利说，皂苷是很好的表面活性剂，它的水溶液在沸腾、振荡时能产生大量、持久的泡沫。它对健

康有益，有降血脂、降胆固醇、抗氧化等作用。同时，它也是溶血剂，对消化道黏膜有一定刺激性，因为它在食物中占的比例不大，所以吃含皂苷的食物没有健康风险。

尤娅利提醒，散装豆类、谷类等作物如果储存不当，容易被真菌及毒素污染，储存时要注意控制环境中的水分。最好把干燥的散装作物装进有密封条的保鲜袋，抽真空后避光、低温储存。在常温环境中，没有真空储存的作物，建议储存半年且不过夏天；低温密封真空保存的作物，可以储存两三年。“如果放在暖气房，注意不要受潮，不然容易霉变。”

健康提醒

房颤不发作了，能停药吗

□洛报融媒首席记者 曾宇凌 通讯员 高鸽

很多老年人被一种不正常的“心动”而困扰，那就是房颤。近日，市民孙先生打来电话咨询，他父亲几个月前查出房颤，治疗了一段时间后没再发作，像这种情况可以停药吗？记者就此采访了本市房颤治疗方面的专家。

市中心医院心内科副主任医师谷云飞说，所谓房颤，就是心房颤动，是一种常见的心律失常，在老年人中尤为常见。治疗房颤的药物主要有两种，一种是控制房颤发作的药物，也就是抗心律失常药物，这类药物的作用主要是减少房颤的发生，房颤控制得很好的患者可以在

医生指导下逐渐减量；另一种是抗凝药物，主要用于减少血栓的发生，这类药物是否可以停用，是根据血栓评分来定的，而不是看房颤是否复发。所以，即便房颤控制得很好，也不能擅自停药，要严格在医生指导下确定是否可以减药或停药。

射频消融也是治疗房颤的方法之一。一般来说，房颤患者在做完射频消融的两三个月后，如果没有房颤复发的情况，可以在医生指导下停药。

谷云飞提醒说，一旦查出房颤，要引起重视，即便有症状，也应正规治疗，早期进行药物干预，及早把房颤纠正成正常的心跳，降低中风等并发症的风险。