

全国安全用药月：怎样用药更安全



健康日历

□洛报融媒记者 程芳菲 通讯员 尤云飞

生病自然要和药品打交道。外用激素药膏是否安全？鼻腔喷剂等吸入药物，使用后要清洗吗？尿酸值恢复正常，还用吃药吗？每年的11月中旬至12月中旬是全国安全用药月，一起听听健康推荐人——市东方人民医院(河科大三附院)临床药师徐冰，对这些市民关注度较高问题的解答吧。

激素类外用药，怎样算合理使用

“这药有激素，给我换一种不带激素的吧。”“孩子能用含激素的药膏吗？”……平时查房时，经常有患者问徐冰类似的问题。

“不少人担心用激素类药膏会出现副作用，其实只要规范使用，不仅可以最大限度地发挥药物的治疗作用，还可减少药物的不良反应。”徐冰说，她之前遇到过一位宝妈，因为拒绝给孩子使用激素类药品，导致孩子的湿疹加重，经常哭闹。其实，如果在患病初期，在医生指导下选用弱效或中效激素类药膏，可以较有效地缓解症状，控制病情恶化，缩短治疗周期。

徐冰介绍，人们常说的激素其实是糖皮质激素类药物，其外用制剂因药效明显，成为治疗皮肤病的一线用药。想知道外用药品中是否含有激素，可以观察药品名称或成分，一般含有“松”或“奈德”字样的药含有激素，比如，卤米松乳膏、莫米松乳膏、曲安奈德乳膏等。

“激素类药膏就像一把双刃剑，应遵医嘱、按照疗程规范使用。”徐冰提醒，如果擅自长期、大量使用，会导致皮肤萎缩变薄，出现炎性丘疹，或导致皮肤敏感性增强，让人产生依赖等。

使用气雾吸入器，需要清洗吗

“秋冬季，不少有慢阻肺、哮喘病史的患者需要使用吸入药物缓解胸闷、气短、咳嗽等症状。”徐冰说，这类药物的使用方法很简单，但不少患者并不清楚相关装置能

否清洗，该怎么清洗。一般来说，临床中需要定期清洗的装置有以下几种。

■压力定量气雾吸入器，如沙丁胺醇气雾剂、布地格福吸入气雾剂、异丙托溴铵气雾剂等

清洗方法：

每周清洗一次气雾吸入器。清洗时先将药瓶从掀压器上取下，注意不能弄湿药瓶；然后取下吸嘴盖，用温水彻底清洗掀压器，晾干后装好。

注意事项：

清洁后要将吸入器摇匀，向空中按压释放两喷后即可正常使用。

■干粉吸入装置，如噻托溴铵粉雾剂等

清洗方法：

建议每使用10次后打开器具用温水清洗，再用纸巾擦干。

注意事项：

像布地奈德福莫特罗粉吸入剂等干粉吸入装置不能拆卸，也不能用水清洗，可以每周用干纸巾或不含棉绒的干布擦一次吸嘴。

■软雾吸入装置，如噻托溴铵喷雾剂等

清洗方法：

用湿布或湿纸巾清洁吸嘴，每周至少一次。

关节不疼了，还要吃治痛风的药吗

“最近我的尿酸值正常了，为什么还要吃药？”在临床上，徐冰经常遇到咨询类似问题的患者。“尽管医生反复提醒，有的患者仍擅自停药，造成病情反复。”

徐冰说，痛风是由于慢性嘌呤代谢障碍导致尿酸升高，出现痛风性急、慢性关节炎，关节畸形和痛风石等问题。除非患者通过调整生活方式使尿酸一直维持正常水平，不然原则上都要长期用药。因为持续的高尿酸会对肝、肾、心脏和关节等器官造成伤害。

徐兵介绍，目前国内外用药指南都没有明确规定降尿酸药物的具体使用时间，应当在医生或药师的指导下，根据尿酸水平、是否合并痛风石等因素调整降尿酸药物的用量和时间。在生活中，痛风患者要多吃碱性食物，少吃酸性食物；多喝水，少喝汤，少吃动物内脏、鱼类和其他嘌呤含量高的食物。

健康提醒

肺炎支原体感染高发 能吃阿奇霉素预防吗

□洛报融媒记者 曾宇凌 通讯员 刘冰

肺炎支原体感染持续高发，让很多家长焦虑不安，买了阿奇霉素以备不时之需。还有家长向记者咨询，提前吃阿奇霉素能不能预防肺炎支原体感染？记者就此采访了市妇幼保健院药学部主任靳蓉。

“从9月下旬开始，肺炎支原体感染持续高发，家长的心情可以理解，但阿奇霉素真的不能乱吃。”靳蓉说，在没有确诊是肺炎支原体感染的情况下，服用阿奇霉素不仅不能起到预防作用，还可能面临药物副作用及耐药风险，甚至因药不对症而延误治疗。

秋冬季是呼吸道疾病的高发季节，眼下不仅肺炎支原体感染正流行，流感发病也有抬头趋势，这些呼吸道疾病都有高热、咳嗽等症状。

靳蓉表示，家长在关注肺炎支原体感染的同时，不能忽视其他病原体所致的呼吸道疾

病，更不能盲目给孩子服用阿奇霉素，及时带孩子就医确诊才是最重要的。

阿奇霉素口服和输液哪个效果更好？如果口服，需要空腹吗？

靳蓉说，阿奇霉素主要有口服和输液两种给药途径，《儿童肺炎支原体肺炎诊疗指南》推荐轻症患者可口服或静脉滴注阿奇霉素，依据“能口服不肌注，能肌注不输液”的原则，首选口服药；重症患者推荐阿奇霉素静脉给药，待患儿病情减轻，临床症状改善、体温正常时可转为口服序贯治疗。对于婴幼儿，阿奇霉素的使用尤其是静脉给药需慎重。

根据药品说明书相关信息，进口阿奇霉素可在进餐时服用，也可在餐前、餐后服用，不影响药效；大部分国产阿奇霉素说明书标注食物可影响阿奇霉素的吸收，要求餐前1小时或餐后2小时服用。因此，使用国产阿奇霉素时，家长阅读说明书确认服用时间。



健康真相

甘油三酯高跟血脂高有啥不同

□洛报融媒记者 裴冉冉 通讯员 徐建军 沈箬文

近日，48岁的周女士来到市第一人民医院心内一科主任张群生的诊室就诊。体检报告显示其甘油三酯超标，她原以为是血脂高了，医生问诊后她才知道，甘油三酯高和血脂高不是一回事。

“甘油三酯高是血脂高的一种。”张群生介绍，“血脂中除了甘油三酯，还包括胆固醇、高密度脂蛋白、低密度脂蛋白等。我们说的高脂血症可以是单纯的甘油三酯高，也可以是单纯的胆固醇高，也可以两种都高，即混合性高脂血症。”

“一般来说，甘油三酯高表示体内脂质含量高，这首先与胰腺健康相关。”张群生表示，“胰腺分泌的胰液可以分解消化脂肪，如果甘油三酯过高，很容易触发急性胰腺炎，很多人暴饮暴食之后体内甘油三酯含量迅速升高，但清淡饮食一段时间后会很快恢复正常水平，这也是为什么体检前要清淡饮食的原因。”

张群生表示，如果在生活方式干预后甘油三酯的水平仍然偏高，可以服用贝特类药物降低血脂，但需要注意的是要定期复查肝功和血脂。平时也要注意尽量少摄入高热量食物如肥肉、猪油及动物内脏等，积极控制体重，适量运动。