

不戒烟 抗栓药难见效

□牟建军



阿司匹林、氯吡格雷等在临床上常被用于治疗由血凝度高引起的血栓和卒中等心脑血管疾病。北京医院老年医学科的一项研究表明，如果患者服这类药时不戒烟，会影响其药效的发挥。

阿司匹林化学名为乙酰水杨酸，具有抗血小板凝集等功效，常用于缺血性心脏病、脑血管病的预防和治疗。氯吡格雷是一种血小板聚集抑制剂，临床上与阿司匹林联用防治卒中。正确应用这些药物，可以使心脑血管病发生率显著下降，还能预防心肌梗死，降低猝死风险。

许多患者知道服药后不能饮酒，知道吸烟对药物有影响的人不多。临床研究数据表明，在服药后半小时内吸烟，药物到达血液的有效成分只有 1%~5% 左右；不吸烟者服药后，药物到达血液的有效成分可达 20% 以上。这是因为烟碱能诱导肝药酶，提

高药物的降解速度，使血液浓度降低。服用阿司匹林后吸烟，会加快药物代谢速度，使疗效显著下降，仅为不吸烟者的 10%。吸烟还会影响阿司匹林代谢产物的排出，可能引起蓄积中毒。会遇到类似问题的还有抗凝药肝素。吸烟者的肝素血浆半衰期比非吸烟者短，而且血药浓度的下降速度也快，影响药效。

除了对药物有影响，吸烟作为心脑血管疾病的危险因素，还

可能引起血小板黏滞度的增加，增大心脑血管疾病发作的概率。香烟中的尼古丁可以使安静时的心率加快、收缩压与舒张压升高，心肌对氧的需求增加，可引起心绞痛加重或心肌梗死。此外，尼古丁可损伤心脏传导系统，诱发心律失常，增大冠状动脉硬化的发生及血栓形成的风险。

因此，使用阿司匹林等药物时，必须戒烟限酒，严格遵医嘱定时、定量服用。服用阿司匹林期间应注意有无发热、恶心、呕吐、皮下出血、牙龈出血、鼻出血、黑便、血尿等情况，还要定期查血常规及肝肾功能。如果需要同时服用其他药物，应向医生咨询，问明服药禁忌。

链接：吸烟对心脑血管疾病的影响

吸烟是心脑血管疾病的危险因素，起作用的是尼古丁和烟雾中的一氧化碳。吸烟的其他效应如血小板粘滞度的增加，也可导致并增加心脑血管疾病的发生。香烟中的尼古丁可以使安静时的心率加快、收缩压与舒张压升高，使心肌对氧的需求增加。心率的加快、血压的升高与尼古丁量呈正相关。

对于正常人，尼古丁的这种效应引起的损害不是很明显，而对冠心病、心绞痛或心肌梗死的患者，心率与血压的增加可导致心肌耗氧量的增加，而有病变的冠状动脉又不能提供这部分血液，此时就出现了供需矛盾，从而使心绞痛加重或发生心肌梗死；发生过心肌梗死的患者则容易复发。

（作者就职于西安交通大学医学院第一附属医院）

沐足疗法

□王霞

沐足疗法，也称泡脚疗法，是用药液浸泡洗脚治疗疾病的一种方法。该疗法流传较久，历代医家总结认为：“春天洗脚，开阳固脱；夏天洗脚，湿邪乃除；秋天洗脚，肺脏润育；冬天洗脚，丹田暖和。”将药物直接作用于双足，并不断按摩足趾、足心，达到一种良性刺激，能活跃神经末梢，使人感到轻松愉快。该疗法对某些疾病确有疗效，且可促进血液循环，能消除疲劳，长期坚持，每可受益。

适应症：
呼吸疾病：支气管哮喘、急慢性支气管炎等。
骨科疾病：肩周炎、网球肘、颈椎病、腰椎间盘突出症、增生性骨关节炎、骨折迟愈等。
妇科疾病：月经失调、痛经、子宫内膜异位症、不孕、更年期综合征等。
内分泌疾病：糖尿病、肥胖症。
心血管疾病：高血压、低血压、冠心病等。

此外，此疗法还适合于慢性疲劳综合征、亚健康人群、健康保健等。

（作者为武警河南总队医院中医理疗科主任）



每周一方

日前，北京医院内分泌科于冬妮、孙明晓、蒋蕾等经过比较新发老年 2 型糖尿病患者血脂异常发生率和知晓状况，研究了辛伐他汀和血脂康的降脂效果，表明应查看新发老年 2 型糖尿病患者血脂，并早期施行药物干涉。运用降脂药物比单纯生活方式干涉降脂更有效，但运用血脂康和辛伐他汀降脂效果并没有统计学区别，两种药物均具有良好的安全性。该研究发表在《中华老年医学杂志》第 32 卷第 3 期上。

该研究回忆性剖析了中国糖尿病并发症防治研讨资料库中 255 例年龄在 60~75 岁，确诊 1 年之内 2 型糖尿病患者的血脂反常散布状况。在生活方式干涉和血糖、血压操控的前提下，比拟仅用生活方式干涉不用药、运用辛伐他汀（20 毫克/天）与血脂康（0.6~1.2 克/天）后患者血脂反常状况。随访 20 个月调查患者的血脂水平及肝、肾功能改变。

结果显示，255 例新发老年 2 型糖尿病患者中，血脂反常的发生率为 62.0%，知晓率为 55.7%；血脂反常中高甘油三酯血症的发生率最高，为 29.7%；在 88 例已知血脂反常的患者中仅有 25 例（28.4%）在研讨进行前运用过降脂药物，其中有 8 例（32%）血脂降到正常水平，只有 3 例（12%）到达强化操控规范。与基线水平相较而言，随访末甘油三酯、总胆固醇和低密度脂蛋白胆固醇水平较基线水平在辛伐他汀组分别下降了 1.8%、10.5% 和 20.0%，血脂康组分别下降 5.5%、15.0% 和 15.7%，未用药组分别下降 2.7%、8.7% 和 4.5%。血脂反常的患者中，与仅用生活方式干涉组比较，辛伐他汀和血脂康对低密度脂蛋白胆固醇有下降效果。辛伐他汀与血脂康间的降脂效果并没有统计学区别。药物干涉前后肝、肾脏功能无显着区别。

（查 查）



目的不同服药时间亦有别

有些药物有多种功效，可用来治疗不同的疾病，要注意的是，具体运用时间上有差别。

阿司匹林 患者为解热镇痛、抗炎、抗风湿而中、大剂量服用时，一定要选择在饭后服用，以降低其在胃中的浓度，减少对胃黏膜的损害。

有轻、中度高血压而同时服用阿司匹林预防心脑血管事件者，晚餐后 30~60 分钟是服用肠溶阿司匹林的最佳时间，饱腹服用既可减少对胃的刺激和起到协同降压作用（对于轻度高血压患者，晚间服用小剂量阿司匹林有轻度降压效果，上午服用就无此作用），又有利于对新生血小板产生抑制。

蒙脱石散 治疗胃炎、结肠炎、肠易激综合征时应选择饭前服用。这是因为口服后，药物可均匀地覆盖在整个肠腔表面，并维持 6 个小时，胃炎、结肠炎、肠易激综合征有黏膜糜烂和出血，饭前服用可以降低肠腔过分敏感的作用，加强修复黏膜屏障。

而腹泻患者宜于两餐间服用，有固定、清除多种病原体和毒素的作用。

胃食管反流、食管炎患者 应当选择饭后服用，蒙脱石散

能覆盖在整个胃及食管黏膜表面，减轻炎症反应，减少胃液分泌，促进吸收功能。

磷酸铝凝胶 食管炎患者服磷酸铝凝胶宜于饭后给药。食管裂孔、胃—管道返流，食管炎于饭后和晚上睡觉前服用。患胃炎、胃溃疡于饭前半小时服用。患十二指肠溃疡于饭后 3 个小时及疼痛时服用。对卧床不起或老年患者，有时会有便秘现象，可采用灌肠法。

由此可见，掌握药物科学的服用时间，不仅能增加药物治疗，而且还能降低不良反应。（冯 坚）

心脏病患者慎服抗过敏药

心脏病患者出现皮肤瘙痒、打喷嚏、流眼泪等过敏症状时，不能随意服用抗过敏药，尤其是心脏不好的中老年人，不可到药店自行购药服用。

第二代抗过敏药（抗组胺药）目前使用最为广泛，比如西替利嗪、氯雷他定、特非那定等。这类药物有些会对心脏有一定的副作用，很可能

诱发不同类型的心律失常，严重的还会导致猝死。因此，有过心脏病史或是正在服用治疗心脏病药物的人，不管过敏轻重，一定要到正规医院就诊，并在医生的指导下用药。

另外，第二代抗组胺药的半衰期较长，药效作用时间长，一般可维持 24 个小时，也就是说每天晚上口服 1 次即

可，服用时注意不要过量。

为了减轻对心脏的伤害，服用经肝脏代谢的第二代抗组胺药，比如氯雷他定、特非那定，依巴斯汀时，还要避免与红霉素、罗红霉素、阿奇霉素等大环内酯类抗生素等药物一起使用，否则可引起第二代抗组胺药血药浓度升高，加重心律失常。

（王良泉）

用药教育是一项重要工作

□方忠宏

科学的疾病治疗分三步：正确的诊断，正确的选药，正确的用药。如果缺少了最后一步，前面的两步都只是浪费医疗资源和金钱。正确用药是一门学问，现代国人只知道多用药，接受的用药教育很少。

很多医务人员想当然认为患者明白如何用药，即使发药时没听懂用法，回家后也会自己按照说明书用药；有些医务人员有时会以己度人，认为药品使用说明已经写得明白了，别人也会一看就懂。并且，也不是每一个

老患者的病情都一成不变，人在变老，病情在演变，必须不断调整药物及用法。

由此，用药教育自然而然就成为卫生保健的重要一环。笔者认为，对于患者的用药教育，除了清楚地写明用法外，还应该清楚的口头介绍，并简要地说明注意事项。为老年患者看病，不管是病历还是处方，医师的字迹更要清楚，诸项完整明确，让患者或家属一目了然；药师发药时，除将药物的用法、用量及注意事项交代清楚外，最好能给患

者用药指导卡片。其内容包括：老年患者用药注意事项；患者合理营养，加强锻炼，保持身心健康，不可滥用药、保健品等的忠告；本次所取药物的用法、用量及注意事项；药品特殊保存方法；用药的咨询电话等。

药物都有毒副作用，使用时需要小心平衡，当益处大于害处时才用药。对这一点很多医务人员认识得还不够。很多患者发生药源性疾病时，不是到原来的医生处就诊。例如，心内科医生大

多认为抗凝药发生不良反应较少，其实不然，老年人如果长期服用阿司匹林，发生胃出血后总是先到消化科治病。这就导致至今还有很多临床医生对药源性损害的认识远远不够。

总之，合理用药的技术含量很高，但在合理用药教育是高成本的，但在此舍得花时间与精力，比将来反复住院，变成终身患者却要好多。从提高卫生保健质量讲，笔者认为，收取药事服务费的做法可以成为有利于提高合理用药教育水平，保障医疗工作质量的手段之一。

药房管理

关爱生命 呵护健康

本栏目由国药控股河南股份有限公司协办

国药控股河南股份有限公司是中国医药集团在河南省的核心下属企业，依托集团的平台、网络，以现代物流和信息化为支持，通过不断创新，打造智慧供应链，成为国内领先的医药健康服务商，领航河南省健康产业。

河南上游医疗设备有限公司

代理经营：全自动血流变分析仪、生化分析仪、尿液分析仪、微量元素分析仪、血常规、彩超及黑白 B 超仪、经颅多普勒系列、心电图系列、红外乳腺诊断仪、电子阴道镜、不育症诊断仪、精子分析仪、臭氧治疗仪、监护仪、各种内窥镜及等离子。批发北京中科创利手术刀、迈瑞 B 超仪及试剂等。

详情咨询：13838000676（蒋经理）（0371）6559010
地址：郑州市高新区齐礼阎路 6 号 2 楼

不以价格高低论成败，只以质量最优惠市场。
本厂广告长期有效，敬请保存电话，以备后用。

B 超、彩超维修

本公司专业维修通用电气、飞利浦、西门子、东芝、日立、阿洛卡、麦迪逊、汕头、迈瑞、祥生等进口及国产 B 超仪、彩超仪。维修各种 B 超仪、彩超仪探头，特价处理一批库存 B 超仪及 B 超仪，招收学员。

河南大成 B 超、彩超维修公司
电话：13603452958 （0371）63720282

公立医院招聘

肿瘤科医生 要求：一、能对患者病情进行分析并制定相应治疗方案。正确阅读肿瘤影像学诊断资料，如 X 片、B 超、CT、核磁共振等；对肿瘤的基本治疗方案熟悉，如：手术、放疗化疗等。有丰富的药理学知识，有成熟的中医药治疗方案。二、良好的沟通协调能力，能及时妥善处理会诊过程中发生的各种问题，处理好医院与患者和医生的关系，必要时上报领导解决，可以胜任培训、授课、现场坐诊及诊断治疗工作。对患者及医生进行定期随访，建立医院远程会诊档案和技术档案。三、可以适应经常性省内出差。基本底薪 5000 元，奖金面议。

营销专员 要求：一、具有较强的亲和力，负责河南省内市场拓展工作。目标市场的考察、谈判、管理、信息收集以及维护，负责来院患者的接待，与医院市场部或医务部门的联系协调安排手术，负责来院消费患者的维护和深度营销开发，收集客户资料，建立完备的客户管理档案。二、医学相关专业毕业或至少一年以上医药领域市场推广与销售经验。三、有工作热情，不怕苦，不怕累，不怕困难，有责任心，能适应短期出差，有驾驶经验者优先。四、女性优先。基本工资 3000 元，奖金面议，其他面议。联系方式：13838545599 李主任

供：药用蛋黄油

免费赠送《蛋黄油的临床研究与应用》一书。

蛋黄油可以治疗顽固性皮肤溃瘍、烧烫伤、口腔溃疡、褥疮、湿疹（肛门湿疹、阴囊湿疹）、乳头皲裂、中耳炎、手术后刀口不愈合、肛裂、痔疮等多种疾病，疗效确切。

我们公司专门生产蛋黄油，质量稳定，欢迎联系。

联系电话：李经理 18790770063
质检部电话：（0372）3726316

教九招 开名科

一、经 4 次梅毒治愈鼻膜炎（文化遗产），来电有试用品。
二、鼻甲肥大涂药术（文化遗产），30 秒治愈鼻甲肥大。
三、十六方方针“妙治关节炎（获科技科技进步奖）。
四、“三四六—二”切脉法，不用患者开口，即知病因所在。
五、激光水针，转让治颈椎病、口鼻和类风湿疾病的专利。
六、“三三三”方案妙治牛皮癣，让所有患者信服。
七、新法理线立即止痛，两周治愈腰椎间盘突出症。
八、新法熬膏药，两周不流不掉落疼痛，可试用。
九、胃三针 3 分钟缓解全身疼痛。

好消息：每月 1 日和 15 日报到，免费培训前 4 项
报名热线：13839271900

全国风湿骨病康复救助工程 标准化卫生室必备治疗仪

喜德康中医康仪专治风湿、类风湿关节炎、骨质增生、颈肩腰腿痛；国家专利（专利号：ZL2009 2 0091687.9），中药特色蒸汽，从根本上解决风湿骨病不能治愈的难题。

中医绿色疗法，标本兼治，不伤脾胃，肝肾，提高初诊和复诊率，让专科更有特色，有疗效才是硬道理。

区域市场保护，免费送仪器，独家授权挂牌经营，限制竞争。

免费电话：400-0372-268
咨询热线：（0372）5362102 15518788387

河南省士达医药有限公司监制
安阳市士达医疗科技有限公司生产 网址：www.aybsd.com
全国质量 服务 信誉 AAA 级产品
中国医学科学院 技术合作 中国管理科学研究院 重点推广

同康医疗国际——专业大型进口国产医疗设备

主营批发：CT（单排、双排、16 排）、C 形臂（大 C、小 C）、计算机放射成像系统（直接数字放射成像系统（CCD、平板非晶硅、非晶硅、碘化铯、硫氧化钼）、核磁共振（光纤、3.0T 超导、1.5T 超导、0.5 永磁、0.35 永磁、0.3 永磁）。

兼营产品：彩超、全自动生化仪。

交易灵活：一、政策补贴；二、分期付款；三、以旧换新；四、升级改造；五、合作投放；六、租赁融资；七、透支刷卡；八、信用委托。

联系电话：18637157188 张先生
地址：郑州市建设路 11 号

公立医院聘中医师

要求：女，年龄 25 岁以上，有执业医师资格，善于沟通，流动性不强，稳定踏实，有较强的责任心。

电话：（0371）56652907 13503991101

医学专升本 招生紧急通知

北京中医药大学（211 工程）远程教育学院郑州（河南）学习中心 2013 年秋季医学专业进行中。工作家庭两不误，轻松轻松上重点大学。

专业：中医学、中药学、针灸推拿、护理学、公共（卫生）事业管理、工商（药事）管理。

层次：专科、专升本、高起本

学习方式：网上作业。入学：学校自命题。

毕业：成绩合格者由北京中医药大学颁发毕业证书，教育部电子注册，国家承认学历，达到条件授予学士学位。

报名截止时间：7 月 28 日

温馨提示：自 2013 年起凡在我中心报名学习的学员均可享受免费在正规医学学术杂志发表论文 2 篇（作者、时间不限，价值 3000 元）医学分证书每年一本。

中心网址：www.bjyyzdx.com/ www.hnzyz.com（河南中医网）
报名地址：郑州市纬五路 45 号，河南省医学会 603、601 室
咨询电话：（0371）65993758 4000500301（免费）
15544183318 任老师
15637155420 单老师

信阳骨科医院诚聘

信阳骨科医院是信阳市医保、新农合定点医院，是专业治疗各类骨折、骨病（股骨头坏死、椎间盘突出等疾病）和断指（肢）再植的专科医院。因业务发展，现招聘以下人员：医生（骨科、外科、内科、麻醉等）、医技人员（放射、心电图、B 超）等。有意者请持本人相关证件和简历到该院办公室报名。

联系地址：信阳市工区路 362 号（四里棚公交站），市内乘 1 路、17 路、18 路到四里棚站下车即到。

联系电话：（0376）6186820
手 机：13939715700

邮箱：xygkyybgs@163.com
联系人：杨劲松