

合

理用药

儿童服用抗癫痫药注意事项

□史文丽 马丙祥

癫痫是一种慢性脑部疾病状态,故患儿需要长期口服抗癫痫药物,漏服、多服、服药后呕吐是很多家长实际生活中面临的棘手问题。而正确、按时服用抗癫痫药物是保证稳定血药浓度水平的前提,更是控制癫痫发作的先决条件。在日常护理时,一旦出现上述突发事件该怎么办呢?

一、家长忘给孩子喂药、大孩子将药藏起来等各种原因导致患儿漏服药物,该如何处理?

确定漏服:1.假如距离下次服药时间较长,应尽快原量补服。2.假如距离下次时间非常接近,应按照下次口服药量服用,并将时间稍微提前。

不能确定是否漏服,只是怀疑:应立即补服原量的一半。

二、家长将药喂重了,或者患儿不小心多服等各种原因导致患儿过量口服药物,该如何处理?

1.假如超过了既定剂量一点或者是口服了两倍的剂量,应让患儿多喝水、多排泄,密切观察,一般不需要特殊处理。

2.假如不小心误服了大量抗癫痫药物,应立即进行催吐,并将患儿送往医院进行专业诊治。

三、口服药物后患儿出现呕吐,该如何处理?

1.如果在服药后很快出现呕吐,应按原量进行补服。

2.如果在服药半小时后出现呕吐,应按原量的一半剂量进行补服。

3.如果在服药1小时后出现呕吐,不需补服。

正确、规律服用抗癫痫药物是控制发作的基础,也是家长最能够帮助到患儿的地方。

但最后需要提醒家长的是,服药时间只需要遵医嘱尽可能均匀分布,如需每天2次口服的药物,可以早晚在七八时左右服药就可以,服药时间前后相差1小时是允许的,不需要非常刻板地精确到分钟,如果因为服药而影响患儿的饮食、睡眠、上学等是完全没有必要的。

(作者供职于河南中西医结合康复中心)

经

验交流

中医辨证治疗腰痛伴颈肩酸痛

□吴军营

患者为女性,32岁,腰痛伴颈肩酸痛3个月。

现病史:腰痛3个月,伴颈肩酸痛,针灸推拿15天,疗效不佳,易反复。食辛辣后发生泄泻,大便不成形,每天1次~2次。烦躁易怒,舌质淡,舌体胖大有齿痕,苔腻,脉弦细。

既往史:甲状腺结节,乳腺增生。

辅助检查:暂无。

中医诊断:痹症,风寒湿痹。

方药:独活寄生汤加四君子汤加减。独活20克,羌活20克,桑寄生20克,续断20克,杜仲20克,当归20克,黄芪20克,麸炒白术20克,茯苓20克,炒薏苡仁20克,炒山药20克,干姜10克,肉桂10克,黑附子30克,熟地黄20克,砂仁9克,陈皮6克,木香3克,炙甘草9克。共7剂。水煎两汁约400毫升,每天1剂,分早晚温服。

患者服药后诸症皆轻,自诉按原方自行服药3周,服药后情绪急躁易怒改善很多,气色较之前大为改善,腰痛、颈肩酸痛情况基本消失。

按语:患者曾针灸推拿15天,一直反复,后来笔者处诊疗,效果极佳。通过这次诊疗笔者感触颇深,有时候单纯的针灸推拿无法解决这种问题,患者的元气就那么点儿,无论如何用针灸去调动元气通经活络、去修复,但是那点儿元气根本不够用,这就让笔者深受启发,类似这种患者需要用中药去培补元气,祛寒除湿。《黄帝内经》记载,有诸内者必行诸外。然,有诸外必行诸内也。患者为年轻女性,现代的年轻人平时不注意防护身体,导致风寒湿邪侵袭身体,日久天长积累致病。

《黄帝内经·素问·上古天真论》中有些经典适合多看看,其文如下:上古之人,其知道者,法于阴阳,和于术数,饮食有节,起居有常,不妄作劳,故能形与神俱,而尽终其天年,度百岁乃去。今时之人不然也,以酒为浆,以妄为常,醉以入房,以欲竭其精,以耗散其真,不知持满,不时御神,务快其心,逆于生乐,起居无节,故半百而衰也。

患者身体长期经受风寒湿邪侵袭,累及肝肾耗伤气血,导致肝肾两虚,气血不足。风寒湿邪客于躯体,气血运行不畅,久之则致腰膝关节疼痛,屈伸不利。正如《黄帝内经·素问·痹论》所言:痹在于骨则重,在于脉则不仁。肾主骨生髓,肝主筋,邪客筋骨,日久必致损伤肝肾,耗伤气血,又腰为肾之府,膝为筋之府,肝肾不足,则可见腰膝痠软;气血耗伤则心悸气短。

《黄帝内经·素问·逆调论》记载:营气虚则不仁,卫气虚则不用,营卫俱虚则不仁且不用。其证属正虚邪实,治宜扶正祛邪,既应祛风散寒除湿,又当补益肝肾气血。故笔者用独活寄生汤加四君子汤加减,以扶正祛邪兼顾。方中独活辛苦微温,善治伏风,除久痹,且性善下行,以祛下焦与筋骨间之风寒湿邪。羌活善祛上部风湿,与之并用能散一身上下之风湿,通利关节而止痹痛。

用桑寄生、杜仲、续断等补肝肾以扶正,又有白术、茯苓、薏苡仁、山药等健脾利湿符合笔者治胃六法的准则,保护好脾胃,这样才能祛邪的同时不伤脾胃。本方加干姜、肉桂、黑附子以温经散寒还能培补元阳。上面的有扶正有祛邪,但是补得再多也需要气机调畅以及推动,故有黄芪、陈皮等补气理气。

(作者供职于河南中医药大学第三附属医院)

中

国公民健康素养66条(35、36)

我3天没抽烟了!

哇!爸爸真棒!

万里/制图

“低焦油卷烟”“中草药卷烟”不能降低吸烟带来的危害,反而容易诱导吸烟,影响吸烟者戒烟。

不存在无害的烟草制品,只要吸烟就有害健康。有充分证据说明,相比于吸普通烟,吸“低焦油卷烟”并不会降低吸烟带来的危害。“中草药卷烟”与普通卷烟一样会对健康造成危害。

吸烟者在吸“低焦油卷烟”的过程中存在“吸烟补偿行为”,包括用手指和嘴唇堵住滤嘴上的透气孔、加大吸入烟草烟雾量和增加吸卷烟的支数等。“吸烟补偿行为”的存在使吸烟者吸入的焦油和尼古丁等有害成分并未减少。“低焦油卷烟”和“中草药卷烟”这些烟草制品不能降低吸烟对健康的危害,反而容易诱导吸烟,影响吸烟者戒烟。

任何年龄戒烟均可获益,戒烟越早越好,戒烟门诊可提供专业戒烟服务。

烟草制品中的尼古丁可导致烟草依赖,烟草依赖是一种慢性成瘾性疾病。戒烟可以显著降低吸烟者肺癌、冠心病、慢性阻塞性肺疾病等多种疾病的发病和死亡风险,并可延缓疾病的进展和改善预后。减少吸烟量并不能降低其发病和死亡风险。吸烟者应当积极戒烟,戒烟越早越好,任何年龄戒烟均可获益。只要有戒烟的动机并掌握一定的技巧,都能做到彻底戒烟。

研究发现,30岁、40岁、50岁或60岁时戒烟可分别赢得10年、9年、6年或3年的预期寿命。戒烟10年后,戒烟者肺癌发病风险降至持续吸烟者的30%~50%;戒烟1年后,戒烟者发生冠心病的风险大约降低50%;戒烟15年后,将降至与从不吸烟者相同的水平。

吸烟者在戒烟过程中可能出现不适症状,必要时可寻求专业戒烟服务。戒烟门诊可向吸烟者提供专业戒烟服务。

(据《中国公民健康素养66条》)

中

医适宜技术

如何进行虎符铜砭刮痧

□陈秀敏

一、什么是虎符铜砭刮痧?

虎符铜砭刮痧是以八大理论为基础,用虎符铜砭或黄铜刮痧板通过徐而和的手法,蘸上刮痧油等介质,在体表一定部位进行刮拭。它是借助黄铜传导性来调动人体阳气,达到扶正祛邪,以通为治,以通为补,以通为泻,以通为健的一种中医疗法。

二、虎符铜砭刮痧的作用原理是什么?

通过虎符铜砭在局部皮肤刮拭,与人体达到最优共振频率以调动人体的气血运行,而且黄铜具有杀菌消毒的功效,所刮之处造气、调气、催气、候气、得气、守气、辨气,引邪出表,由里走表来治疗疾病。

三、虎符铜砭刮痧的优势有哪些?

刮拭升温:刮拭部位温度升高,入脉之气也是加温的。

化解瘀结:入脉的温度增高,有利于化解脉里的瘀结。

能量更强:铜砭在穴位上进行旋磨转,入脉之气也是旋转的,穿透强,有利于把气通达更深远的部位。

四、虎符铜砭刮痧适用于哪些疾病?

内分泌疾病:高血压病、糖尿病、甲状腺结节等。

妇科疾病:痛经、月经不调、阴道炎、盆腔炎、子宫肌瘤等。

乳腺疾病:乳腺结节、乳腺炎等。

心血管疾病:心脏病、肺心病、冠心病、心肌炎等。

消化系统疾病:肝炎、肝硬化等。

其他疾病:对失眠、颈肩腰腿痛、便秘、头痛、更年期综合征、感冒发热、咳嗽、咽喉肿痛、小儿疱疹性咽峡炎、小儿慢性支气管炎、急性胃肠炎(引起的呕吐、腹泻、腹痛)、过敏性鼻炎、月经不调、痛经、湿疹等疗效显著。

五、哪些人不适合做虎符铜砭刮痧?

1.饱腹或者太饥饿,不适合做虎符铜砭刮痧。醉酒者禁止刮痧。

2.孕妇不能给别人刮痧,也不能被别人刮痧。

3.哺乳期可以给别人刮痧,不能被别人刮痧,若实在需要被别人刮痧,被刮痧后5天内不能哺乳,因刮痧后部分痧毒会随着乳汁排出。

4.糖尿病坏疽到发黑水肿一碰就破皮的溃烂状态不适宜刮痧。

5.石门穴、乳头、阴部禁止刮痧。

6.身体虚弱、正气不足之人,不适合给别人刮痧。

六、虎符铜砭刮痧前后的注意事项有哪些?

1.刮痧前后24小时内不能喝酒。

2.出痧量大或全背刮痧均要辟谷(禁食)24小时,只能喝温开水或红糖水。糖尿病患者、癌症患者术后不能喝红糖水。糖尿病患者刮痧后尽量辟谷,但不强求,以防低血糖,饿了就可以吃;癌症患者可不辟谷,可以少量清淡饮食。

3.刮痧后切忌风寒,6小时内不宜洗澡,不碰冷水。

4.心肺功能差及年老体弱者,首刮肺经、心包经、心经以稳定上焦。

5.长期下焦不通如便秘者,慎刮腹部穴位,以防气逆上行,心肺功能衰竭。

七、虎符铜砭刮痧与针灸、拔罐之间的相互关系有哪些?

1.刮痧可以与针灸同时进行,也可以与拔罐同时进行,两种方法都是引邪出表。

2.虎符铜砭刮痧法侧重全面调理,刮痧后不宜艾灸(尤其是重症患者),特别是刮痧后4天内是排病高峰期,大量的病气引邪出表,若此时艾灸,温热往里走,影响邪气往外排出。

八、为什么要用铜质刮痧板呢?

1.虎符为原型,治病如用兵。疾病如同邪魔,治病如临大敌。虎符铜砭取汉代调兵虎符为原型,古代打仗时要击鼓进军,撤退要鸣金收兵,虎符铜砭就像古代打仗时手持的兵器,而中医诸多治法尽在砭下,工欲善其事,必先利其器,要学习好中医,要击败病魔,须得自己先有一身浩然正气。

2.黄铜是非常好的传气导体。李氏砭法刮痧讲求得气,当需要用手法给患者入脉之气导热时,黄铜用时短效果好。同时黄铜的声音独特,诸如锣、钹、铃、号等乐器,还有西方的铜管乐器都是用黄铜制作,就是源于它独特的音质,声音所对应的其实就是频率,刮痧时,黄铜与人体能达到非常优的共振频率。在临床中,黄铜材质的工具刮痧最易出痧,治疗效果也最好。

3.黄铜颜色属土,土能生肺金。刮痧是在人体皮肤上刮拭,相当于培土生金,金足生肾水,母强子壮。

4.黄铜具备抗菌功能。铜(非重金属)是人体必需的11种元素之一,它有两种特性:(1)接触皮肤会促使皮肤自生骨胶原;(2)具备抗菌功能,抗细菌、真菌、病毒及尘螨。研究发现,细菌在铜片上9分钟全部被消灭,而在不锈钢片上可生存几星期以上。

(作者供职于河南中医药大学第一附属医院)

每周一练

(社区卫生、医学心理学、卫生服务体系与卫生管理)

一、构成传染病流行过程的三个基本条件是

A.微生物、宿主、媒介

B.传染源、传播途径、易感人群

C.病原体、环境、宿主

D.病原体数量、致病力、定位

E.病原体、人体、他们所处的环境

二、不属于环境对人类健康影响的危险度的评价是

A.危害鉴定

B.暴露鉴定

C.危险度检测

D.剂量—反应关系评定

E.危险度特征分析

三、痛痛病是因为食用何种金属污染大米、水而引起

A.镉

B.汞

C.铜

D.铝

E.铅

四、水俣病是因为食用何种金属污染大米、水而引起

A.镉

B.汞

C.铜

D.铝

E.铅

五、夏季某日某建筑工地食堂,一些工人晚餐后2小时~3小时出现剧烈而频繁地呕吐、腹痛、腹泻等症状,但体温正常。经调查发现他们均食用了前一天剩下且没有放入冰箱的米糕。引起这次食物中毒最可能的病原是

A.副溶血性弧菌

B.肉毒梭菌毒素

C.沙门菌

D.变形杆菌

E.葡萄球菌肠毒素

六、我国发病率最高的食物中是

A.化学性食物中毒

B.有毒动物中毒

C.有毒植物中毒

D.细菌性食物中毒

E.真菌毒素食物中毒

七、空气中大量SO₂(二氧化硫)污染产生的二次污染物是

A.硝酸盐

B.酸雨

C.水体富营养化

D.甲基汞

E.光化学烟雾

八、氮氧化物与挥发性有机物在日光下生成的二次污染是

A.硝酸盐

B.酸雨

C.水体富营养化

D.甲基汞

E.光化学烟雾

九、确定食物中毒的可疑食物主要是依据

A.在同一场所同一时间未发病者未进食的食物

B.潜伏期最短者

C.患者潜伏期特有的中毒症状

D.患者潜伏期的呕吐物和排泄物

E.发病者的临床症状

十、对儿童进行乙型肝炎疫苗接种的临床试验研究,为评价其流行病学预防效果,最好选用的指标是

A.发病率

B.效果指数

C.感染率

D.死亡率

E.病死率

十一、《国际卫生条例(2005年)》主要针对的是

A.药品的规格与剂型

B.可引起国际关注的公共卫生风险

C.可引起国际关注的多种慢性病

D.可引起国际关注的多种精神病

E.食品的包装与准入

十二、卫生领域中的公平性是指生存机会的

A.以社会阶层为导向

B.以支付能力为导向

C.以需要为导向

D.以市场经济规律为导向

E.以患者年龄为导向

十三、不符合“人人享有卫生保健”内涵的是

A.卫生资源公平分配

B.不发达地区的人们也能享受到基本的卫生保健服务

C.为人们治愈所有疾病

D.尽可能控制影响健康的危险因素

E.力争使人们的生理、心理和社会适应都达到完好的状态

十四、卫生服务反应性中的“对人的尊重”包括

A.尊严、自主性和保密性

B.尊严、及时性和社会支持

C.社会支持、及时性和保密性

D.社会支持、自主性和保密性

E.自主性、保密性和及时性

十五、医学心理学的研究对象为

A.心理活动的规律的学科

B.人类行为的科学发展

C.疾病的发生发展的规律

D.影响健康的有关心理问题 and 行为

E.疾病的预防和治疗的原则

十六、“对于疾病和健康,无论致病、治疗、预防、康复都应将其视为一个整体”属于

A.神灵主义医学模式

B.机械论医学模式

C.自然哲学医学模式

D.生物医学模式

E.生物—心理—社会医学模式

(答案见下期本版)

奇芝堂

甄选真材实料 安全放心可靠 健康调养每一餐

老亲访友 就选奇芝堂

广告

扫码进入商城

郑州奇芝堂食品科技有限公司 团购 / 订购热线: 0371-58615152

本报地址:郑州市金水东路与博学路交叉口东南角 邮政编码:450046 电话区号:0371 广告发布登记证号:郑东工商广登发字第009号 照排:本报编辑部 印刷:河南日报印务中心(地址:郑州经开区第三大街168号) 定价:全年190元