

合理用药

哪些药物需要起始减量使用

□寇威

药物是一把双刃剑。合适的药物剂量可以恰到好处地治疗疾病;不合适的药物剂量要么起不到应有的作用,要么会造成严重的药物不良反应。可见合适的药物剂量很重要。

当看药物说明书的时候,我们会发现,有些药物是需要把药盒上标明的剂量起始减量使用的,这是为什么呢?有哪些药物需要起始减量使用呢?

常见需要起始减量使用的药物主要有

抗高血压药物

一、α-受体阻滞剂

哌唑嗪:口服,每次0.5毫克~1毫克(1/2片~1片),每天2次~3次。首剂量为0.5毫克,睡前服。
特拉唑嗪:初始剂量为睡前服用1毫克(1/2片),且不应超过,以尽量减少首剂低血压事件的发生。

二、β-受体阻滞剂

美托洛尔:心力衰竭时,应在使用洋地黄和(或)利尿剂等抗心力衰竭的治疗基础上使用。起初一次6.25毫克(1/4片),每天2次~3次,以后视临床情况数天至一周一次,增加6.25毫克~12.5毫克,每天2次~3次,最大剂量可用至一次50毫克~100毫克,每天2次。使用其他β-受体阻滞剂(如比索洛尔、卡维地洛等用于心力衰竭)时也要注意起始减量使用的问题。

三、血管紧张素转化酶抑制剂

依那普利:用于治疗高血压的通常初始剂量为晨服5毫克(1片)。对于盐、液体流失(如透析、呕吐、腹泻、利尿治疗)、心力衰竭、严重肾性高血压的患者使用依那普利进行治疗时,治疗开始会引起明显的血压下降,这些患者开始时在早晨服用最低

剂量的依那普利2.5毫克(1/2片)。在初次用药,增加剂量和(或)使用利尿剂时,为避免发生不可预见的低血压反应,应至少观察8小时。

洋地黄类正性肌力药

地高辛:口服地高辛初始剂量为0.125毫克(1/2片),维持量,每天1次,每次0.125毫克~0.5毫克(1/2片~2片)。

甲状腺激素

左甲状腺素钠:口服,成人一般初始剂量为每天25微克~50微克(1/2片~1片),最大剂量不超过100微克,可每隔2周~4周增加25微克~50微克,直至维持正常代谢为止。一般维持剂量为50微克~200微克。

对老年患者、冠心病患者、重度或长期甲状腺功能减退的患者,开始使用甲状腺激素治疗的阶段应特别注意,应该选择较低的初始剂量(例如12.5微克/天)并在较长的时间间隔内缓慢增加服用剂量(例如每两周加量12.5微克/天),同时要密切监测甲状腺素水平。经验表明,对于体重较轻的患者以及有大结节性甲状腺肿的患者,低剂量给药就有效。

华法林个体差异较大,与其有相互作用的药物较多。

一、可增强华法林抗凝作用的西药

广谱抗菌药:如二代或三代头孢菌素、磺胺类、甲硝唑、阿奇霉素、克拉霉素、环丙沙星、诺氟沙星、氧氟沙星、氟康唑、伊曲康唑等。

解热镇痛药:如阿司匹林、对乙酰氨基酚、保泰松等。

抗心律失常药:如胺碘酮、普罗帕酮、普萘洛尔、奎尼丁等。

抗酸药:如西咪替丁、奥美拉唑等。

口服降糖药:如甲苯磺丁脲等。

二、可增强华法林抗凝作用的中草药

丹参、当归、银杏叶、川芎、红花、桃仁、黄连、莪术、虎杖等。

三、可增强华法林抗凝作用的食物及中草药
柚子、银杏、丹参、枸杞、甘草、当归、黄连、黄柏等。

这些药物及食物与华法林联合使用时,应避免使用或者起始减量使用,以免造成出血,并且治疗期间应严密观察病情,并依据凝血酶原时间值调整用量。

药物剂量是门大学问,对于公众来说,遵医嘱或认真阅读说明书很重要,不要擅自增减剂量,以免使药效大打折扣。

与其他药物或食物有相互作用

每周一练 (医学伦理学、医疗人际关系伦理)

一、“人命至重,有贵千金,一方济之,德逾于此。”这段话出自

- A.《黄帝内经》
- B.《伤寒杂病论》
- C.《备急千金要方》
- D.《希波克拉底誓言》
- E.《日内瓦宣言》

二、西方最早的经典医德文献是

- A.《纽伦堡法典》
- B.《赫尔辛基宣言》
- C.《希波克拉底誓言》
- D.《大医精诚》
- E.《伤寒杂病论》

三、反映张仲景医德论述的著作是

- A.《纽伦堡法典》
- B.《赫尔辛基宣言》
- C.《希波克拉底誓言》
- D.《大医精诚》
- E.《伤寒杂病论》

四、反映孙思邈的医德思想和境界的是

- A.《纽伦堡法典》
- B.《赫尔辛基宣言》
- C.《希波克拉底誓言》
- D.《大医精诚》
- E.《伤寒杂病论》

五、目前我国医学伦理学主要的研究方向是

- A.公民道德问题
- B.临床医学问题
- C.公共道德的学说和体系
- D.生命科学的发展
- E.医学实践中的道德问题

六、医乃仁术是指

- A.道德是医学的本质特征
- B.道德是医学活动中的一般现象
- C.道德是医学的非本质要求
- D.道德是医学的个别性质
- E.道德是医学的个别医务人员追求

七、医学伦理学的特征之一是

- A.灵活性
- B.实践性
- C.集体性
- D.组织性
- E.随机性

八、当妊娠危及胎儿母亲的生命时,进行人工流产,符合伦理学基本原则的是下列哪项内容

- A.平等原则
- B.尊重原则
- C.公正原则
- D.行善原则
- E.不伤害原则

九、最先提出“不伤害原则”的西方医学家是

- A.希波克拉底
- B.盖伦
- C.维萨里
- D.白求恩
- E.桑德斯

十、属于医学伦理学基本原则的是

- A.有利、公正
- B.权利、义务
- C.廉洁奉公
- D.医乃仁术
- E.等价交换

十一、医学伦理学最古老、最有生命力的医德范畴是

- A.医疗保密
- B.医疗公正
- C.医疗权利
- D.医疗荣誉
- E.医疗义务

十二、医学伦理学中尊重原则所涵盖的权利不包括

- A.自主选择权
- B.社会免责权
- C.个人隐私权
- D.知情同意权
- E.人格尊严权

十三、医师对患者应承担的责任是

- A.彼此信任,互相协作
- B.关心、爱护、尊重患者,保护患者的隐私
- C.努力消除歧视,促进医疗卫生资源的公平分配
- D.努力钻研业务,更新知识,提高专业技术水平
- E.提高道德修养水平

(答案见下期本版)

(作者供职于河南大学第一附属医院)

中国公民健康素养66条(44、45)

不在公共场所吸烟、吐痰,咳嗽、打喷嚏时遮掩口鼻。

世界卫生组织《烟草控制框架公约》指出,接触二手烟会造成疾病、功能丧失或死亡。室内工作场所、公共场所和公共交通工具内完全禁烟是保护人们免受二手烟危害的最有效措施。二手烟不存在所谓的“安全暴露”水平,在同一建筑物或室内,划分吸烟区和非吸烟区将吸烟者和不吸烟者分开、安装净化空气或通风设备等,都不能够消除二手烟对不吸烟者的危害。吸烟者应当尊重他

人的健康权益,不当着他人的面吸烟,不在禁止吸烟的场所吸烟。

肺结核病、流行性感冒、流行性脑脊髓膜炎、麻疹等常见呼吸道传染病的病原体可随患者咳嗽、打喷嚏、大声说话、随地吐痰时产生的飞沫进入空气,传播给他人。所以不要随地吐痰,咳嗽、打喷嚏时用纸巾、手绢、手帕等遮掩口鼻。这也是社会进步、文明的表现。



农村使用卫生厕所,管理好人畜粪便。

卫生厕所是指有墙、有顶,厕坑及贮粪池不渗漏,厕所内整洁卫生,没有蝇蛆,基本无臭味,粪便及时清理并进行无害化处理。

无害化卫生厕所是既符合卫生厕所基本要求,又具有粪便无害化处理功能,并能够进行规范管理、使用和维护的厕所。

粪便无害化处理可有效杀灭粪

便中致病细菌和寄生虫,使病原体失去传染性,防止蚊蝇滋生,减少肠道传染病与寄生虫病传播流行。日常生活和农业生产中经常使用高温堆肥法、沼气发酵法、漂白粉或生石灰搅拌处理等方法。在没有使用无害化厕所的地区,常用方法是粪便清理后加拌秸秆、黄土后高温堆肥,变成有机肥后作为农作物的底肥使用。

禽畜粪便如果是一家一户的、少量饲养的方式,一般采用收集后与人粪一起堆肥的方式。如果是规模养殖企业,对猪粪等含水率高的禽畜粪便,一般采用沼气发酵、直接堆肥、塔式发酵等生物发酵模式,对鸡粪等含水率低的粪便可直接晾晒、烘干等,处理后的禽畜粪便可以作为有机肥或饲料使用。

(据《中国公民健康素养66条》)

万里/制图

如何预防春季皮肤过敏

□曾益玮 吴盘红

春季是个万物复苏的季节,随着和煦的春风,杨柳絮的纷飞,敏感的脸颊是否又一次干燥痒了起来呢?皮肤作为人体和外界自然环境之间接触的第一道防线,很容易春季过敏。

过敏性皮炎好发于春季,主要是因为导致过敏的抗原(如花粉、粉尘、柳絮、尘螨等)引起的皮疹局限在面部、颈部,表现为红斑、丘疹、水肿或干燥脱屑,严重时伴有渗出,常常自觉瘙痒或灼热、肿胀。

过敏原因

虽然春季皮肤过敏的原因有很多,但归纳起来主要是以下几个方面:

花粉过敏:花粉过敏是一种较常见的过敏性疾病。在春季,空气中飘散的花粉逐渐增多,人体吸入后引起过敏,如榆树、杨树、柳树等的花粉数量大,颗粒小,每天在空中都有许多的花粉飘落,在面部皮肤上,其含有的蛋白浸出会引起皮肤过敏。

杨柳絮过敏:杨柳絮接触皮肤或吸入体内后,可通过各种途径使炎症细胞活化释放炎症介质,引起血管通透性增加、组织损伤、黏液分泌增加等病理改变,从而引起一系列过敏症状。杨柳絮可引起面部皮肤接触性过敏,也可能引起吸入性全身过敏。过敏的症状主要是皮肤出现红斑、丘疹、脱屑等,一般伴瘙痒。

螨虫过敏:螨虫是导致哮喘、过敏性鼻炎、湿疹及荨麻疹等过敏性疾病的主要原

因之一。螨虫主要生活在温暖潮湿的环境,如卧室、床铺、沙发、地毯等,可以常年发病。每年春季,由于温度升高,湿度大,螨虫大量繁殖,在室内的空气中,灰尘中存在大量螨虫的虫卵、尸体碎片及排泄物,与人体接触或吸入后引起过敏,所以每年春季会出现大量螨虫过敏患者。

以上是导致春季面部过敏常见的原因。春季还有大量的昆虫繁殖,如蜜蜂、马蜂、蚊子、跳蚤等,被叮咬之后也会引起过敏,有时会引起过敏性休克,危及生命,需要及时就诊。此外,导致面部过敏不常见的因素还有食物,如辛辣刺激性食物等。

预防措施

清洁皮肤:春季风和日丽,外出游玩的机会比平时较多,但春季风沙多,风中多花粉,多柳絮,这些成分与分泌旺盛的皮脂相混合,易造成皮肤过敏,因此需要时刻保持皮肤清洁,一定记得及时清洗面部,保持皮肤清洁,减少灰尘以及花粉等在面部停留的时间,减少感染过敏概率,可用温和的弱酸性洗面奶及爽肤水,帮助杀菌、清洁、柔软肌肤。少用刺激性深层清洁去角质的洗面奶。

注意护肤:北方的春季多风,干燥,需要持续做好皮肤的保湿工作,建议敏感肌用护肤护肤品,在保湿的同时有修复皮肤屏障的功能,皮肤屏障功能完善了,就宛如一道坚实的城墙,不易受到外界因素的影

响。另外注意,不要随意更改平时用的化妆品品牌,春季皮肤需要适应新的气候,正处于抵御、适应外界环境能力较为薄弱的时候,随意更改化妆品品牌的话,很容易出现过敏。

做好防晒:对于敏感肌肤,防晒工作一年四季都不可放松。紫外线是导致皮肤过敏的常见因素,对于已经过敏的皮肤,晒后不仅会加重过敏反应,还容易继发色素沉着,一不小心就可能成斑了。防晒的方法很多,可以涂防晒霜、戴帽子、戴口罩、打遮阳伞、穿防晒衣等,如果是可疑防晒霜过敏,一定要停用,选用物理防晒方法。

减少外界刺激因素对皮肤的影响:平时皮肤较敏感的人外出时,要注意用纱巾、口罩、帽子、遮阳伞等遮挡,避免风吹日晒。及时看专业医师:一旦过敏,要及时到皮肤科或美容科专业医师诊治。没有护理经验的,不建议自行处理。

急救措施

如果一时无法就医,症状局限于面部,没有出现其他不适,也不要着急慌乱,以下措施可暂时缓解症状,若症状仍缓解不了要及时就诊。

基础处理:首先停用一切可疑护肤品、化妆品,停止接触可疑的致敏物质,如花粉、柳絮絮等。如果是紫外线过敏,要防晒;如果症状不重,忌口服和外用激素药物。

冷敷:生理盐水冷喷,如果没有生理盐水可以选择凉开水、药妆喷雾,纯净水冷喷或者纱布湿敷,注意一定是冷敷,一天可以多次,每次5分钟~10分钟;注意不能使用冰块直接敷脸,以免引起冻伤。通过冷敷让皮肤镇静下来是首选操作,冷敷还可以清洁皮肤,补充皮肤因过敏而丢失的水分,促进皮肤的修复。

外涂保湿乳:冷敷过后如果皮肤只是干痒,建议涂抹药妆防敏润肤乳于面部,可以起到保湿修复皮肤屏障的作用。如果皮肤过敏处于急性期并有渗出症状,不建议用润肤乳,可外用油剂,如甘草油或者紫草油,起到止痒干燥保湿的作用。

防晒:过敏期间,如果怀疑是防晒霜过敏,一定要停用。建议用物理防晒的方法,戴帽子、戴口罩、撑伞等,能不出门的情况下就不要出门。

口服抗过敏药物:如果面部瘙痒比较严重,在没有禁忌证的情况下,考虑服用氯雷他定、西替利嗪、氯苯那敏、苯海拉明等。

注意事项

在不知道怎么处理的情况下,最好什么都不用,包括一切外用的。如果处理后,症状没有明显改善,出现眼睑红肿明显、头痛、发热、胸闷、气促,应立即前往医院就诊。

(作者供职于河南省中医院)

中医减肥技术培训

易学习、好操作、效果好、不易反弹、成本低。

系统培训中医减肥技术和相关的中医专业知识(舌诊、五脏辨证)。(纯手法或者内调、健康习惯、健康饮食,月减4公斤~10公斤)。

联系人:陈燕
电话:15539178898

奇芝堂 甄选真材实料 安全放心可靠 健康滋养每一食

走亲访友 就选奇芝堂

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

征稿

本旨在给基层医务人员提供较为基础的、实用的医学知识和技术,来稿应注重实践操作,介绍常见病和流行病的诊治、安全用药等;栏目包括《经验交流》《合理用药》《答疑释惑》《老药新用》等。欢迎踊跃投稿,并提供宝贵的意见和建议。

邮箱:54322357@qq.com
联系人:杨小玉