

药品说明书该怎样看

本报记者 邱伟 实习生 杨婧婉 张颖

药品的包装内大都有一份比较详尽的说明书,可以帮助患者更好地了解该药,安全服用。服用之前,应该仔细阅读。

读懂说明书 要挑重点看

“一般人拿到药品时,往往只关注药品名称和用量,但说明书上的关键信息其实远远不止这些,拿到药品说明书,要学会挑重点看!”山东省千佛山医院药学部主任苏乐群说,拿到药品说明书应该先看“有效期”和“批准文号”,只有在有效期内,其他的药物信息才有价值。同时要看批准文号,从批准文号中可以看出该药品的种类,“H”代表化学药品,“Z”代表中药,“B”是保健品,“J”是进口药品等,没有批准文号的是伪劣药品,千万不能服用。

苏乐群表示,如果自己的情况属于禁忌症中的一种,那么坚决不能服用。而不良反应则用于对照服药后的反应。“其实,说明书上的‘不良反应’写得越多,在某种程度上说明药物越安全。比如,药品说明书告知你会有‘皮肤反应’或‘关节痛’,其逻辑在于让你在出现类似症状时,可以考虑到是由于服用药物而不是其他原因,并非是让你为了避免出现任何不良反应而不去吃药。”

“冲服”、“吞服”和“顿服”这几个词常常出现在药品说明书中。苏乐群

说,冲服通常指的是颗粒剂,如感冒灵颗粒说明书中即用此词;吞服强调的是“整粒服用”,倘若揉碎或溶解到水中服用,药效会受到影响;很多人对顿服不了解,其实顿服是“一天一次,一次服完”的意思。

“在说明书中,我们还经常看到慎用、忌用和禁用几个词。”苏乐群表示,写“慎用”的可以吃,但要注意自我观察,一旦出现不良反应要立即减药、停药;“忌用”则表示要尽量避免使用;出现“禁用”一词,则表示绝对不能使用。

儿童服药 应按体重计算

说明书上的用法通常是指给药的次数、间隔时间及给药途径。用量如果没有特别说明,一般标用的剂量为成人的常用量;儿童用量通常是按每千克体重计算全日总量,再标明分次服用。有些中成药用法注明“儿童略减”字样,这个“略减”一般是按年龄分成四种,即3岁以下的用成人量的1/4,3~4岁用成人量的1/3,4~7岁用成人量的1/2,7~15岁用成人量的2/3,15岁以上按成人量给药。

很多说明书的用法用量中会有

这样的规定:成人和12岁以上儿童,一次1片~2片,那么,究竟是吃1片还是吃2片?苏乐群说,药品的用量多少,是根据人的体重和体表面积研究制定的。同样一片药,在80公斤和50公斤体重的人体血液中的浓度肯定是不一样的。因此,对于“吃几片”问题,最简单的原则就是:身体胖、病情较重患者可以吃2片,年龄小、体型瘦弱或病症较轻的患者可以吃1片。另外也可按医嘱服药。

说明书并非万能 须结合医嘱服用

苏乐群告诉记者,在药品说明书上,的确有部分内容是仅供参考用的,比如用法用量还须以医嘱为准。服药剂量主要根据上市前的一些临床试验得到,样本数量有限,只能说明最一般的情况,实际使用时则需要调整。

“此外,药品说明书在你认真阅读理解之后,并非说明你对该药品就非常了解。”苏乐群说,例如某些老结构药品又发现新用途,而说明书付印一次沿用多年,不能及时充实新的内容。因此,既应严格按说明书,更应得到医师的专业指导,经医生诊治后按医嘱服用。

▲药品说明里面有很多信息。

○相关链接

新药与旧药 疗效差不多

药物保质期,是指被检测药物的主要成分下降到某一个能够保证药效的最低比例含量这一过程所花费的时间长短。通常保质期都是基于在多种环境下所进行的试验而得出。

不同药物的稳定性不一样,在不同存放条件下分解或者变质的速度也不一样。那些临近保质期的药物与刚刚生产的药物相比,在成分含量上可能会有细微差别,但仅从对人体的疗效上看并不会产生什么不同。可以说,只要在说明书认可的保存环境内存放的药物,在保质期内一定是有效的。

【典型案例】 看了说明书 更是犯迷糊

最近,市民贺玲抱怨说,对照药品说明书,她仍然不能确定该给6岁的女儿吃多少药。该药的说明书上写着:“成人一次0.5g(2粒),6到8小时一次。小儿一日剂量按体重40mg/kg—80mg/kg,分3次服用。”按照这一说明,成人一天需要服药1.5g—2.0g,可是如果孩子的体重有30kg,则一天最多服药2.4g,比成人的用药量还多。

——摘自《新华每日电讯》



关注糖尿病焦点专题之二

一场科学的误会: 让降糖药害惨了的糖尿病人

高血糖是一个众所周知的糖尿病临床表现,然而正是这个表现,让人类几百年的糖尿病治疗,一直徘徊在降糖的过程中。那么,糖尿病真的多糖吗?降了血糖就能治愈糖尿病吗?今天,来自国际上的三位著名科学家,为我们找到了所有问题的答案,让糖尿病的治愈不再是梦想……

“血糖真相”

揭露糖尿病缺糖事实

早在10年前,美国著名营养学家、诺贝尔医学奖获得者——马里兰大学理查·何兰教授,曾用大量的医学实验充分地证明:患有糖尿病的人,对糖的摄取量和需要量高于正常人,血糖不能被细胞合理利用堆积在细胞外,是形成高血糖的根本原因。

医学最新探索发现:糖尿病病人细胞不能正常用糖是造成糖尿病的根本原因,其中的糖代谢紊乱是引起眼、肾、末梢神经等所有并发症产生和加重的“罪魁祸首”,理查·何兰教授在他的论文中不无担忧地写到:“如果单纯地认为糖尿病病人血糖高而去降糖,这将是一场科学上最致命的误会”。

细胞缺糖

是糖尿病“致命元凶”

旧金山大学医学院维斯德·凯勒教授做过一个著名实验——降糖药的真相,他随机抽取使用各类

降糖药物的糖尿病高血糖患者,检查皮肤上的脱落细胞进行观察,发现他们的脱落细胞均为过早死亡的上皮细胞,并伴有极度的营养不良和多种维生素枯竭。试验结论:1、所有的糖尿病患者都存在细胞缺糖现象,它是糖尿病的根本原因;2、传统的降糖,无论效果如何,都会加重细胞缺糖,并造成机体细胞的营养和能量严重匮乏,最终导致细胞的过早衰老与死亡。降糖药物所造成的细胞损害,与高血糖所形成的细胞损害程度几乎相近,所以,用降糖药的患者尽管血糖不高,也会产生严重并发症。

事实证明:

降糖治疗“雪上加霜”

调查统计显示:我国糖尿病人在传统降糖药物的治疗下,97%的人病情逐步加重,他们普遍都有血糖居高不下、反复波动、并发症增多且加重、体质下降,以及严重营养不良。

传统的降糖、排糖、控糖、阻止糖吸收等药物,各种名目,如出一辙,它们都是把血糖像垃圾一样扔

掉,所以,糖尿病人的各种细胞都处在能量缺乏的“饿死”状态,就会浑身无力、手脚冰凉、腰膝酸软、上楼气短出汗、免疫力低下、易感冒。

即使这样,也没有谁能把血糖控制住,它还是忽高忽低,很快就出现了心脑肾的损害:眼底出血了,看东西模糊了;小便有沫子了,尿里有蛋白,全身浮肿了;冠心病、脑血栓得上了,手麻了,脚烂了,生活不能自理了!

降糖药的危害,不仅仅是这些,科学证实,目前国际上已有的降糖药,均对胃、肝、肾具有不同程度的危害,长期服用危害更大,糖尿病病人吃上降糖药,细胞饿死了,全身受损,更加可怕的是年年服用的降糖药越吃越多,用量越加越大,在身体里堆积成毒瘤,肝肾细胞被毒死,胃肠功能更受损!

最新科学发现奖:

用糖疗法有望攻克糖尿病

2007年,国际上最著名的耶鲁大学医学院洛克教授,用含有碳14的一种“显影糖”,跟踪糖尿病人的血糖流向时发现,在人体的每一个细胞上都有葡萄糖转运体(GLUT),葡萄糖转运体是一种蛋白质,就像细胞上的血糖“运载机”,它负责从细胞外运进血糖,转化成能量,健康人的这个“运载机”总是在工作着,血糖就能够进入细胞变成能量,而糖尿病人的这个“运载

机”却总是处于关闭状态,血糖堆积在血液中不能进入细胞,就形成了高血糖,产生糖尿病。

各项研究表明:人体细胞的“运载机”一打开,血糖就进入细胞变成能量,血糖就不会升高,糖尿病就得到了彻底的解决,攻克糖尿病也就成了事实,细胞用糖后就可以放宽饮食,摆脱吃药和打针治疗,血糖一旦正常就切断了并发症的“发病链”,各种并发症开始好转,人体的能量会因血糖的利用而增加,身体渐渐有力,不疲劳,精力充沛,眼睛清晰,手脚不麻,肾好了,腰不酸腿不痛,小便顺畅了,没有夜尿睡眠足,大便通畅不干燥,使用用糖疗法的人,最终会停服所有降糖药物,真正地走向健康。

第67届ADA大会主席R.Paul Robertson教授指出:洛克教授的用糖疗法是真正从糖尿病发病

原因上治疗糖尿病的,它解决现代医学治疗糖尿病的所有难题:1、各种顽固性高血糖居高不下者,无论是吃降糖药还是打胰岛素都无效者;2、降糖药物阶段性失效并希望药物越用越少,想尽快停服降糖药物及胰岛素者,并最终停用所有药物;3、各种并发症多发并且吃多种药物效果不明显者;4、渴望糖尿病彻底治愈的人;5、长时间控制饮食,害怕血糖升高波动,并造成了营养严重缺乏者;6、长时间吃降糖药副作用大的人,如有:四肢酸软乏力、易饥饿、体虚、免疫力低下、易感染、易患病等糖尿病患者。

洛克教授因用糖疗法的发现,获得了国际最高奖:最新科学发现奖。

糖转运体激活剂——清塘基(QTI)在我国研制成功……

文/张连

为响应国家科技知识普及工程的开展,国际糖尿病研究会联合向我市免费发放用糖疗法的普及资料——“走出糖尿病治疗误区”,300余名糖尿病专家与学者,结合用糖治疗中的心得与体会,科学详实地记录了用糖疗法是如何从根本上解决糖尿病病人高血糖难降、不能摆脱长期打针、吃药,糖尿病治疗越重,药物毒副作用越大,不敢吃水果甜食,身体虚弱无力,体内缺糖,各种并发症缠身的所有问题,很多患者都在对照各项标准,来自我判断病情的轻重,又有很多人按照其中的说法,自行调理并收到了意想不到的效果,每个读者都深感受益匪浅,对糖尿病患者免费发放。

免费领书电话:0531-87039993