安利邀您关注 社区大讲堂 Amway 安利

专家做客大讲堂,教居民如何安全用药

吃啥药、咋吃药,讲究多着呢

讲座结束后,陈志杰给居民量血压。 本报记者 林媛媛 摄

本报5月19日讯(记者 林媛媛 实习生 何则伟) 19日上午,本报社区大讲堂走进市中区二七街道铁二社区。来自济南市市中区医院的陈志杰医生,现场向居民讲解了生活中常见病的用药知识,以及常规药品使用时的注意事项。

19日一早,距离讲座正式开始还有一段时间,很多居民就已经迫不及待地赶了过来。今年已80岁的周大妈说,自己年纪大了,身体到处都是毛病,平时吃药也特别多,所以非常关心用药安全。71岁的崔新民老人一周前刚刚查出高血脂、高血糖,医生给开了几种药,他以前从没接触过,也不知道合适不合适。"一会儿我问问专家这病该注意什么,再就是吃哪些药合适。"

讲座开始后,陈志杰首先介绍了一些用药常识。"吃药是为了治病,但是吃不合适很可能会致病。"陈志杰说,现在药物品种类型非常多,就算是同类药物也会有一些不同的成分,患者使用的时候可能会有一些不同的反应,因此选药是很重要的。

随后,陈志杰又结合现场居民的提问,讲解了高血压、颈椎病、高血糖等老人常见病的用药注意事项。"现在市场上的降压药品种非常多,但是并不是每一种都合适,患者最好是先通过尝试找到一种最适合自己的药,然后坚持长时间使用。"

讲座结束后,陈志杰还向现场居民每人送上了一份由本报和漱玉平民大药房联合制作的《关爱生命 指引健康》服务手册。"我是来居委会办点事的,没想到正好有讲座,就上来听一下,讲得真是挺好。"听完讲座,居民雷丽英说,自己有10年的高血压史了,今天专家讲的这些东西对自己很有用,"希望今后能多举办一些这样的讲座,我们也多学习一些健康知识,对自己、对家里人都有好处。"

讲堂笔记

给孩子吃药 研碎不一定合适

不少家长因为给孩子吃药困难,喜欢把药片研碎,冲水给孩子服用。对此,陈志杰表示,很多药片其实并不适合研碎服用。

"多种药片的包衣就是为了保护药片在进入肠胃被消化之前是完整的,如果研碎服用,这个作用就被破坏了。"陈志杰说,有些药物如果研碎服用很可能会对口腔、食道造成一定的刺激,造成口腔溃疡等问题。

陈志杰建议家长在给孩子喂药时,尽量想办法让孩子自己吞服,避免孩子在哭闹、挣扎时吃药造成药物卡塞。"如果孩子特别难喂药,就在拿药的时候先咨询一下医生药片是否适合研碎服用。"

吃药时间应合理安排

讲座现场,有居民问吃药是不是应该尽量安排在白天。对此,陈志杰表示,服药时间确实应该合理安排,但和是白天还是晚上关系不大。

"常见药一般就是一天两次或一天三次服用,这是根据24小时内药物在人体血液中的浓度变化制定出来的。"陈志杰建议,患者最好严格遵循每8小时或每12小时服用一次的规律服药。"如果两次服药间隔过长,会影响疗效;两次服药间隔过短,会增加药物的毒副作用。"

如果病情严重,需加大用药量,陈志杰建议不要加大每次药量而是加大服用频率,"比如一天两次的可以改成三次,一天三次的可以改成四次。"

治疗高血压切忌 "三天打鱼两天晒网"

居民雷丽英有10年的高血压史,她说自己平时只要血压上来了就吃药,下去了就不管了。陈志杰表示,这种服药方式不安全,他建议像高血压这样的慢性病就应该慢治,坚持服药很重要。

"很多人把高血压叫做'沉默的杀手',它平时看起来不是什么大不了的病,可有时候也真能要人命。"陈志杰说,高血压只要查出来就应该坚持用药,三天打鱼两天晒网的做法很不安全。针对各种治疗高血压药物,陈志杰建议患者先找到适合自己的药物,然后长期坚持服用。

本报记者 林媛媛
实习生 何则伟

招聘订版电话:0531-67886618/28/38 地址:经七纬五75号(泉景恒基大厦)

综合海鸥

◆招人网 62057588
◆招人72只 1 85160570
◆招聘文员 13895197356
◆招人 81905946
◆博产申请 18853151484
◆本公司 66801758
◆办证 85859351
◆办证 13838738491
★网吧招聘★
◆招人 13864764641
★医院海鸥★
◆招聘 13793957460
◆招人 85863355
◆招聘 19788483333
★司机招聘★
◆招聘 39875146
◆司机 87777777
◆招人小区 89873333
◆招聘 13864178.80
◆司机中介 88886097 办上证
◆招聘 15811131051
◆招聘 15853175363
◆招聘 13193011323
★文教招聘★
◆招聘 13613111948
★足疗招聘★
◆招聘 13808033878

高速公路企业诚聘
• 财务核算员2名,大专及以上学历,持有会计从业资格证书,有一定文字功底及表达能力,熟练掌握财务办公软件,能独立,能吃苦耐劳,爱岗敬业,年龄四十周岁以内,有餐饮行业财务管理经验者优先。
电话:89260182、89260181

艺祥文化餐饮有限公司聘
厨师长5名,冷菜、fn板、凉菜、打荷、面点师,烧烤师各10名,服务员、小点工各50名,迎宾20名,保洁120名。
一店:二环东路7825号(经济学院南200米)
二店:文化东路79号电影院斜对面
电话:13864174775、18753149530、13589011707

广告媒体招设计人员
要求:会五笔(60字以上)熟练photoshop。
联系电话:67006618、67006628、86129316

神水宫诚聘
1、总公司:总经理助理:5000元/月
财务经理:7000元/月
平面设计:3000元/月起
2、营销部:1:销售经理:10000元/月薪
3、品牌部:美工:3000元/月起
4、健康养生馆:STA技师:8000元/月薪+提成
店长:5000元/月薪+提成
电话:88888888

建筑公司诚聘
因公司发展需要,诚聘土建技术员、质量员、土地电工、机修工等数名,要求沟通能力强、责任心强、忠诚不团队精神,待遇从优。
电话:13256148010 于经理

在水一方集团公司诚聘
本集团长期招聘保健、足疗、采耳、中医女技师,要求男技师,月薪8000以上,有食宿,培训后上岗。 www.zsyfjt.com
电话:0531-88903382
周一至周六上午:9:00-11:30 下午:13:30-17:00
地址:济南市山大路17号
实用招聘男女服务员
可乘坐1、30、115、112、K107、498路公交到山大路北段

山东顺达远洋汽车商贸公司诚聘
汽车维修工、钣金工、喷漆工、发动机维修工、电工、前台接待、上述岗位有工作经验者优先。
电话:13703[illegible]、5[illegible]、[illegible]
地址:济南市[illegible]号([illegible]汽车300米路西)

汇聚资金海洋 架起银企桥梁
公司主要经营:综合贷款、固定、流动资金信用担保、金融信托、金融租赁、资产管理、并购融合技术咨询担保。
因业务扩展诚聘山东各地市分公司总经理一名,业务经理数名。
1、有金融投资行业或相关行业经验者优先
2、在当地有一定的人脉资源,社会关系及社会背景
3、具有较强的商务合作谈判能力,有能力发展地方或区域代理,长广市场,全国免费热线:800878[illegible]
联系电话:025-[illegible]、[illegible] 公司网址:www.[illegible]

诚邀基药业务精英
某大型医药公司诚邀各地区散医院、乡镇卫生院、社区服务中心等基本药物业务的精英加盟,共同开发基本药物市场,月薪贰万以上,我们愿意提供给您这个大舞台!(长期有效)
电话:13808927170

事业单位招聘
一、招聘条件:男性,年龄23-35周岁,高中以上学历,身高1.75米左右,仪表仪容端正大方,具有团队精神,责任心强。
二、工资待遇:试用期三个月,工资1500元/月;
通过合格考核正式聘用后,月薪2000-2500元(含五险)
三、面试时携带一寸免冠照片,身份证原件及复印件
联系人:任先生 0531-86072841
报名地址:黑虎泉西路大厦6楼(齐鲁全国连锁)

诚聘
司机 B1以上驾照 1500-1800元,销售代表 1500元+提成,文件 20-30岁
电话:15953133935 87527305
地址:78、K55、s102公交站台往北路小区(图书馆)15号楼

高端幼儿园招聘
1、教师二名1名,要求有幼儿园工作经验,学历:2000-2500,试用期后定薪
2、幼儿教师若干,要求有幼儿园工作经验者优先,学历:1200-1500,试用期后定薪
3、食堂厨师 1(门卫)名,
联系人:刘老师
电话:13506602270

济南德赛门窗幕墙公司
诚聘:工程会计、门窗设计、文员、加工、制作、制造人员、一等级焊工、学徒工。
13305313456 13153836228

山东迈赫自动化装备股份有限公司高薪诚聘
汽车装备非标设备:
技术总工、质管经理、工艺副师、机械电设计、检测类设计人员
简历:sijinqi@2010163.com
电话:0531-[illegible]555 [illegible]2177

医疗公司诚聘
诚聘护士,要年龄小,有一定工作经验者优先,20-25岁,形象好,待遇1500(不含午餐费),公司不住宿,有晚班,必要时加班,必要时出差,月薪2000元以上,交纳保险,[illegible]
电话:[illegible]

卓亿工艺急聘
[illegible]
电话:[illegible]

建设集团诚聘
项目经理、施工队长、预算员、技术员。
电话:0531888[illegible]

寻生意失败者
亲教授帮你东山再起
13864146007

因内部调整急聘
经理3名,主管10名,内勤8名,售后服务人员20名,一险各体,月薪2000元以上,86575525
13864146[illegible]

建筑公司高薪诚聘
一级建筑工技术员,资料员,
[illegible]名,有经验者优先。
电话:86[illegible]

淄博友谊医院招聘
护士、护工、助诊、导医:
[illegible]
电话:[illegible]

月薪2000-5000元急聘
普工、灭菌、客服、中专以上24-45岁,双休,养老保险个人[illegible]
13589069237 姜女士

飞宏工艺急聘
[illegible]

服装公司诚聘
仓管、会计、电脑操作员、缝纫工、送货员。
电话:18662100982 85985597

天宇工艺急聘
[illegible]

家具卖场诚聘
[illegible]
电话:15153113506 18[illegible]

兴龙制钉厂聘
[illegible]

薪3800-5000元急聘
中[illegible]
人事处:于经理
[illegible]

聘半挂车司机
工资4000元 13465903044

事业单位诚聘司机
[illegible]
13589[illegible]

聘半挂车司机
上[illegible]

幼儿园诚聘幼儿教师
[illegible]

聘广告牌维护员6名
40岁以下82376073

招聘司机1名
[illegible]