

# 蒙脱石散一夜脱销?医生提醒勿乱用药

该药副作用是引起便秘,需谨慎服用

近日,有网传消息建议大家囤一些蒙脱石散,引发关注的同时,这种止泻药也一度脱销。1月1日,话题蒙脱石散登顶微博热搜榜。

“我昨天买了蒙脱石散后就在家等着收货,本来预计当晚能送到,结果今天(1月1日)早上也没收到货,我就取消订单了,再看外卖平台上,到处都买不到蒙脱石散了。”家住天津的李女士表示。

记者注意到,在社交平台上,许多网友带着“XBB1.5毒株”的标签,晒出囤药的照片,包括肠炎宁片、蒙脱石散、诺氟沙星胶囊、乳酸菌素片等,并称,“夜里外卖平台上轮换下单,备点吧,家里还有老人孩子,图个心安,希望用不到。”

在此背景下,多个外卖、电商平台上的蒙脱石散显示库存不足或已售罄。在突遭抢购情况下,记者注意到,有商家疑临时修改药品价格。某药房旗舰店的蒙脱石散一盒装现今售价为48元。但根据其宣传海报,该药品此前售价为32元一盒。蒙脱石散为何一夜脱销?是因为近日,一张“关于XBB.1.5毒株在美国登顶,大家要囤点蒙脱石散、整肠生、诺氟沙星”的截图在朋友圈流传。

那么,蒙脱石散究竟是种什么药?据浙江省人民医院儿科主任医师朱海峤介绍,“蒙脱石散是一种治疗腹泻时常用的辅助药物。很多人把它错误地理解为止泻药。其实它并没有止泻作用,但它有黏附病毒的作用。”对此,中华医学会消化病学分会炎症性肠病学组



蒙脱石散副作用是引起便秘,不能随便用。

副组长郑青提示,蒙脱石散有着极强的吸附作用,吸附病菌时也可能吸附其他药物,所以一定要和其他药物分开时段服用。

据报道,蒙脱石散主要是消化科用来治疗腹泻的药物,有收敛的作用。它也有副作用,就是其颗粒比较难排出体外,留在体内可能造成便秘。

关于变异株XBB.1.5,朱海峤表示,世界卫生组织WHO在2022年10月底时发表过声明,指出XBB是BA.2.10.1和BA.2.75亚系的重组体,已在35个国家检测到,是一个令人担忧的变体。

有早期证据表明,与Omicron其他变种相比,它的逃逸能力更强,再感染风险更高。

这个变异株感染除了与流感有相似的症状,比如会出现发热、咽痛、全身疼

痛、流涕等,还会出现恶心、呕吐、腹泻等胃肠道症状。

朱海峤提醒,如果感染XBB,出现相关的胃肠炎症状是可以适当服用蒙脱石散的,但是腹泻时更重要的是防止脱水和水电解质平衡紊乱。

儿科医生、《虾米妈咪育儿正典》作者余高妍也提醒,腹泻的对症支持护理用药,不是止泻,而是补充水分电解质预防脱水,预防脱水的办法是尽可能维持饮食。蒙脱石散是种肠道黏膜保护剂,副作用是便秘,不可随便乱用。

不止蒙脱石散,近期,“特效药”成了热搜常客。很多网友晒出过自己抢购“特效药”的经历。对此,张伯礼在接受采访时提醒:“无论是西药、中药,都不存在特效药,更没有神药。”

据新华社电



## 转阴后一直咳嗽该如何缓解

感染新冠病毒后,怎样安全科学用药?转阴后仍然一直咳嗽该如何缓解?康复期如何恢复体力?围绕社会热点关切,国家卫生健康委相关领域专家作出解答。

### 感染后怎样安全科学用药?

北京协和医院药剂科主任张波介绍,解热镇痛类药物,比如常用的布洛芬、对乙酰氨基酚,它们是对症治疗的药物。一般来讲,患者用1至2天就能退热,加上患者身体疼痛控制住后,就可以停药了,不需要长期服用。

一般而言,选择一种解热镇痛药就可以,很多解热镇痛药含有的成分相同或类似,如果选择多种解热镇痛药联用,可能会导致药物过量。

张波介绍,通常讲的抗生素一般指抗菌药物,这是只针对细菌引起感染的治疗药物。新冠病毒引发的症状是病毒感染,抗生素对于治疗病毒引起的感染是无效的,也就是说抗菌药物不能预防和治疗病毒引起的感染。

在临床中,有些患者合并一些细菌感染,或者是新冠病毒感染后引起继发性细菌感染,在这种情况下,可以合理选择抗生素和抗菌药物,但要经过血常规检查等严格评估,再选择抗菌药物。

### 一直咳嗽哪些办法可缓解?

很多新冠病毒感染者转阴后仍一直咳嗽,对此,中国中医科学院广安门医院呼吸科副主任边永君解释,人体气道因为感染新冠病毒会受到损伤,即气道黏膜上皮受损之后,黏膜下的神经暴露出来就很容易对外界刺激出现敏感,比如说话、受冷或者闻到异味就会导致咳嗽。

“对咳嗽的恢复不要操之过急。从病毒性感染后引发的咳嗽的规律来看,总的恢复时间需要2至4周,有一个自然的恢复过程。”边永君建议,尽可能在室内营造出温暖潮湿的环境。患者既要避免过于劳累,也要避免过于安逸或者少活动,适当的运动对康复是有好处的。同时,尽量不要吃生冷食物,外出时要注意保暖。

针对一些咳嗽导致的不适,边永君建议,可以采取针灸、刮痧、揪痧、局部穴位按摩等方法。在此基础上,适当配合一些饮食疗法,比如食用梨汤、百合、藕等。

### 康复期如何恢复体力?

北京协和医院临床营养科主任于康表示,新冠病毒感染恢复过程需要一些时间,要循序渐进过渡,保证足够的耐心。康复期保证营养对恢复患者体力有着重要作用,具体有以下几点:

一是要摄入适当的能量。能量主要从主食中摄入,先从易消化的粥、面条等细粮开始,再过渡到软一点的米饭、馒头等,等胃肠功能恢复好了,再开始增加粗粮。

二是要保证优质蛋白质摄入。可以选择高蛋白低脂肪的牛奶、鸡蛋、瘦肉、鱼虾等和一些易于消化吸收的食物。

三是补充一些微量营养素,特别是来自于蔬菜水果里的像钾元素、钠元素、维生素C等,最好做到“餐餐有蔬菜,每天有水果”。

“同时也要做到‘吃动平衡’,不要大吃大喝,不要猛烈运动,要循序渐进,从一些平缓、温和的运动开始。”于康说。据新华社

### 延伸阅读

## 五个转向重症的指征要掌握

张伯礼:若同时出现多条必须及时送医

### 发热持续3天以上就要特别关注

预防重症、提升重症患者的救治效果,及早发现、及早研判、及早治疗非常重要。张伯礼表示:“很多患者误以为自己在好转,等出现急性症状再送到急诊时,就已经延误了治疗时机。”因此,及早发现重症的指征非常重要。

感染奥密克戎毒株的居家康复期间,如何判断病情是在逐渐康复,还是出现了转重症的趋势呢?张伯礼给出了5个转重症标准:

1. 发热持续不退。一般情况下,发热超过38.5℃,服了退烧药,仍发热持续3天以上要特别关注。

2. 呼吸困难,活动后气喘,呼吸频率比较快。一般情况下,健康人的呼吸频率大致为每分钟10—20次,如果每分钟呼吸超过30次,需要重点关注。

3. 持续出现比较严重的恶心、呕吐、腹泻等消化系统疾病。

4. 精神状态不佳,出现淡漠、恍惚、烦躁,或反应迟钝等表现。要特别警觉一些老年人机体已经缺氧,却没有呼吸困难的表现,这是静默性缺氧,如果家里有血氧仪,应监测指氧饱和度,若持续低于93%,要及时送医。若无血氧仪,活动后即气促、心慌及精神状态差的也要格外关注。

5. 原有基础病加重。比如,原来血压控制得不错,“阳了”后血压控制不住了,或者出现了顽固的心绞痛、血糖明显增高等问题。

张伯礼强调,以上现象都可能是转向重症的标志,出现1条就应该特别注意,若同时出现多条就必须及时送医。

### 中西药并用非常关键

“重症救治的目的是千方百计抢救每一个病人的生命。”张伯礼强调,综合此前的经验,做好以下三点很重要。

1. 早发现、早研判、早治疗,可有效防止重症转危重症,也可以给治疗抢救争取时间。关口前移,先症而治,截断病势,提前研判病势发展,及早采取有针对性干预措施,阻断病情进展。

2. 重视新冠病毒感染引发的肺炎,但更要重视基础病的治疗。张伯礼说:“我们看到很多病人到了最后不治的阶段,往往是基础病造成的,而并不是病毒感染。因此,感染病毒只是个诱因,一定要重视基础病的治疗。”

3. 要采取综合治疗,中西医结合、中西药并用非常关键。西医在呼吸支持、循环支持方面非常重要,“是保命的”,张伯礼说,“但高热不退、神昏不清、痰黏不咳、大便不畅、肺部渗出不吸收、正气明显亏虚等这些比较棘手的临床难点问题,通过中西结合,可以有很好的疗效。”很多危重症患者年龄大,身体状况和营养状况不好,通过扶正祛邪,祛除外邪时同时保护病人的正气,一人一策,对症治疗,采用“通、清、托”多种方法,

挽救了很多危重症患者的生命。

### 囤“特效药”不如囤“好身体”

近期,“特效药”成了热搜常客。很多网友晒出通过各种渠道都“一药难求”的经历。购买所谓的“特效药”来防重症真的有必要吗?对此,张伯礼指出:“无论是西药、中药,都不存在特效药,更没有神药。”一般患者用普通的感冒药即可,也不用特别追求哪一种药,包括“三药三方”,当地产的常用感冒药也完全可用。

张伯礼介绍,感染新冠病毒后,严格意义上来说,中药和西药的作用只是辅助治疗,帮助减轻一些症状,控制病情发展,减少转为重症的风险。即使“小分子特效药”,它的机理也只是抑制病毒复制,并不能根除病毒。而且,这类药的治疗窗口期比较窄,只在感染后的5天内有效,且与他汀等多种常用药不宜联合使用。

张伯礼强调,感染新冠病毒后,用药时一定要理智,合理用药,还要有些耐心,药物发挥作用要有一定时间。切记没有神药,没有特效药。更忌有病乱服药、无目的的联合用药,反生药害。对抗新冠病毒的“主力”是自身免疫力。因此,囤药不如囤“好身体”。调整好身体状态,注意休息,适量多饮水,多吃新鲜水果蔬菜,保证营养的摄入,保持良好的情绪,提高机体免疫力,才是顺利度过感染过程的最重要因素。

据央广网