

宝宝的药



幼小的生命,从出生到长大实在是一个不容易的过程。他们需要与遇到的各种病毒抗争,战胜一次次疾病。然而,作为家长你是否知道,正是在一次次治愈中,宝宝的免疫力才逐渐强大起来的。记者采访中了解到,家长给宝宝用药的误区并不少见。笃信治愈的力量来自自己,作为孩子的保护者,我们需要做的是擅用、会用药物,走出用药误区。

本报记者 徐洁 陈晓丽

1 很多感冒不需要用药

美国医生克鲁多这样描述医生的使命:有时去治愈、常常去帮助、总是去安慰。在儿科疾病的治愈中,许多医生深以为然。

“在与疾病斗争的过程中,孩子永远是主体,医生只是提供技术支持和帮助。”济南市中医医院儿科主任医师崔文成说,实际上,许多家长忽略孩子与疾病斗争的角色,而疾病也是一个过程,不因为下猛药就能越过。崔文成把孩子比喻成春天,“疾病就是春雨,春雨贵如油,每经历一次疾病,孩子的免疫力就得到一次宝贵的提升。”

以最常见的疾病——上呼吸道感染,即感冒为例。

山东大学第二医院小儿内科主任医师王培荣说,80%的感冒是病毒性的,是感冒病毒侵入人体所致,对于病毒性感冒抗生素是无效的,抗生素会破坏身体内平衡,对孩子的免疫系统没有好处。

然而,在日常生活中,许多人会把抗生素类药物当成消炎药,在感冒发烧时来用。“许多发烧的孩子在家里就把头孢类的药给吃了。”王培荣说,头孢属于抗生素类药物,是处方药,继发细菌感染时才需要服用抗生素类药物,拿来治疗病毒性的感冒是无效和无益的。

实际生活中,当孩子生病时,很多家长急功近利地将关注点集中在“烧”能否退下来。为了迎合家长的这一需要,避免麻烦,有的大夫会用激素类药物使孩子尽快退烧。“如果医生开的药不能尽快给孩子退烧,家长就会说‘什么大夫,开的药一点用没有’。”一位医生颇为无奈地说。

王培荣说,盲目使用激素类药物退烧其实是在抑制机体杀死有害病原体,不让身体自身去免疫,这其实是损伤了孩子的免疫功能。

俗话说“七分护理,三分治疗”。中医医师崔文成说,治疗感冒,要帮助人体驱除导致感冒的外因或主动适应外因,比如风寒型感冒,注意保暖、多喝些热水、出出汗就可以了,不一定用药。西医医师王培荣也认为,其实,很多感冒并不需要用药,多喝水多休息就好了。

2 儿童用药不是成人缩小版

如果宝宝万不得已用药,如何用药才是最科学的呢?

“安全、有效、经济是用药的三大原则,对于儿童来说更是如此。”济南市儿童医院药学部主任药师吴学新表示,“安全是第一原则,然后才讲究能不能治好病,最后才考虑会花多少钱。”

孩子生病时,许多家长会把家里小药箱中的成年人药品给孩子服用,认为减少药量就可以了。吴学新说:“孩子不是大人的缩小版,不是说只要减量就安全有效的。儿童正处于身体成长发育期,代谢药物的肝、肾等器官尚未发育完全,因此药物解毒能力还不能达到成人水平,随便服用成年人药品,容易引起严重不良反应。”

在谈及不该给孩子服用成人药时,王培荣举例说,孩子咳嗽,有的家长会给孩子服用成人用的镇咳药,其实,当孩子呼吸道有痰时,咳嗽成为清痰的保护性动作,如果盲目镇咳,孩子的痰咳不出来,滞留体内,会导致更严重的疾病,因此,可以给宝宝使用儿童化痰药,而不是镇咳的药。

吴学新说,第一次给孩子使用某类药物时,也应注意获得专业用药指导。“在药店买药必须有执业药师指导,在医院买的药则应该遵从医嘱。”吴学新说,建议家长不要单纯依靠药品说明书就给孩子吃药。”

有些给成人用的药品,说明书中会有“儿童用量酌减”的说明。对于该类药品,吴学新提醒家长:“18岁到60岁的人,用药剂量基本是相同的,但是对于儿童来说,医生会按照年龄和体重进行严格计算,同时还要考虑每次病情的轻重程度。”他说,这次孩子吃这种药可能是一天三次,一次一粒,到下次生病就不一定适用了,家长不要想当然为孩子确定药量。”

目前,市场上不乏针对孩子的感冒药,如好娃娃、优卡丹、护彤等等,家长该如何选择?据介绍,不同的感冒药虽然药名不同,但都含有相同的有效成分,服用时应先仔细阅读“有效成分”这一项,比如多种感冒药都含有“对乙酰氨基酚”这一有效成分,如果给宝宝同时服用,容易造成重复用药、有效成分过量。

吴学新说,最常见的感冒药大多属于复方制剂,也就是说一种药物含有多种有效成分,更不能一次服用多种不同药品,即使每种都严格按照剂量服用,也会导致某种成分摄入过量,对身体造成危害。而据介绍,欧美发达国家早已不推荐给4岁以下的儿童服用复方药品了。

俗话说“感冒不吃药,7天也会好”,这是因为普通感冒的病毒在体内有一定的生命周期,一般为5-7天,身体会自动将病毒清除,并不需要药物治疗。实际上,康泰克等多家感冒药生产厂家也早已承认,感冒药只能缓解症状,不能灭杀感冒病毒。



养生堂 堂主:王婷

王婷,眼科学博士,副主任医师,硕士研究生导师,山东省眼科医院副院长。主要从事白内障、角膜屈光、角膜病、青光眼的临床及科研工作。承担国家自然科学基金等多项课题,作为主要成员获得国家科技进步二等奖1项,山东省科技进步奖2项。近几年在国内SCI及核心期刊收录杂志发表论文40余篇,被评为全省卫生系统贫困白内障患者复明项目“示范标兵”。

春暖花开,要小心结膜炎!

春风徐徐暖,天桃灼灼开。在这阳光和煦的季节小伙伴们都出来踏春了。但是随着温度回暖,很多人出现了眼部不适的症状,比如眼睛痒或眼睛红等,如果有这样的症状出现,就要小心结膜炎的侵袭了。

结膜为衬贴于眼睑内面和眼球表面的一层柔软、光滑而透明的薄膜。主要分布于我们俗称的“白眼珠”表面和眼皮的内表面。在正常活体上,结膜红润,透过之可观察到其深面的毛细血管;在炎症时,结膜充血,称为结膜炎,是临床常见病、多发病。

结膜炎的病因可根据其不同性质分为感染性和非感染性两大类。结膜充血和分泌物增多是各种结膜炎的共同特点,炎症可为单眼或双眼同时/先后发病。自测是否患了结膜炎:患眼异物感、烧灼感、眼睑沉重、结膜充血眼红,分泌物增多,当病变累及角膜时可出现畏光、流泪及不同程度的视力下降。

如果出现类似以上反映,就要及时到医院就诊,尤其春季气温升高、雾霾较重的天气时,特别容易使人产生细菌或病毒性结膜炎,另外随着花粉等空气中粉尘的增加过敏性结膜炎的发病率也较高。除了及时就医,在日常生活中要注意眼部的清洁,没有洗手时不要揉眼睛,以免把一些病菌带进眼里,引起结膜炎发生。

经常戴隐形眼镜的人群,应该特别注意,一旦出现结膜炎,需要立即停止戴隐形眼镜,减少外界刺激,及时就诊,否则容易诱发角膜感染,后果严重。

结膜炎多是接触传染,故应提倡勤洗手,避免随意揉眼。提倡流水洗脸,毛巾、手帕等面部物品要与他人分开,并经常清洗消毒。

结膜炎不可小觑,平时不要自己点用眼药水,使用不当也会引发药物性角膜结膜炎的发生。如果结膜炎长期反复发作,并且没有经过系统治疗,严重的可能会影响视力,出现视力下降等问题,因此一定要引起重视。