



七成市民服药时随意增减疗程

齐鲁晚报大篷车走进张店商东社区,主讲合理用药常识

本报4月12日讯(记者 刘光斌 通讯员 刘长瑜)“每年4月份,气温在整体上升的过程有不少波动,这也是该季节多发感冒的一个重要原因。然而很多市民都存在自我医疗不合理的倾向,不能对症下药。”11日,齐鲁晚报大篷车走进张店商东社区,在为居民送去免费体检的同时,普及了合理用药常识。

“很多人认为感冒是小病,喜欢自作主张用药,可往往导致感冒长时间不愈。有门诊医生指出,很多人在感冒后为图方便,

就近买来一些清热解暑的感冒药服用。但感冒也有多种类型,如不对症用药,则适得其反。”漱玉平民大药房工作人员姜宁说。

不合理用药的情况非常普遍。“根据此前中国科协发布的一份调查,86.7%的被调查者曾有自我药疗经历。在服药过程中,69.7%的人曾随意增减疗程或自行更换药物。在孩子生病后,近30%的家长自作主张给孩子服用减量的成人药品或抗生素,有时还是多品种联合用药。我国非处方药协会统计发现,七

成人自我药疗不合理。”姜宁表示,自我治疗的不合理从阅读药品说明书方面也能看出,据2012年全国居民健康素养监测数据,不能正确阅读的比例高达85%。

比如有市民认为非处方药毒性小,基本不看说明书。“虽然是药三分毒,一般比较普遍的药,只要是以前曾经吃过,基本不怎么看说明书。”商东社区居民李峰(化名)说。针对此种认识,漱玉平民工作人员姜宁介绍说,非处方药最初也都是处方药,随着这些药使用的时间延长,就会

把一些相对安全,相对临床使用时间长的药转化成非处方药。“但安全只是相对来说,比如退烧药,市面上的感冒药90%都有这个成分。倘若你在发烧的过程中还伴随着流鼻涕、咳嗽等,在不看说明书或者医嘱的情况下,同时吃几种药便容易造成用药过量。”

“无论大病小病,只要是用药便应当树立一种科学谨慎的态度,千万不能因为药物造成了二次伤害或者延迟治疗。”姜宁向市民建议。

相关链接

抗菌药和激素药 使用须遵医嘱

据介绍,合理用药要遵循以下原则。优先使用基本药物。遵循能不用就不用、能少用就不多用、能口服不肌注、能肌注不输液原则。

买药要到合法医疗机构和药店,注意区分处方药和非处方药,处方药必须凭执业医师处方购买。阅读药品说明书,特别要注意药物的禁忌、慎用、注意事项、不良反应和药物间的相互作用等事项。处方药要严格遵医嘱,切勿擅自使用。特别是抗菌药物和激素类药物,不能自行调整用量或停用。

任何药物都有不良反应,非处方药长期、大量使用也会导致不良后果。

儿童不合理用药比例达12%以上,不良反应率是成人两倍 给孩子喂药慎用混合饮料送服

在长期的小病治疗习惯中,不仅用药存在不合理,重视输液等治疗方式也是种错误的观念。而儿童用药领域,不合理用药率达12%-32%。很多家长的喂药方式存在着出现副作用的隐患。

本报记者 刘光斌
通讯员 刘长瑜

滥用输液治疗 易致不良反应

“世界卫生组织的用药原则是能吃药不打针,能打针不输液。然而在中国,打针输液成为人们求得迅速见效的治疗方式,因而被过度使用。”漱玉平民大药房工作人员贾丽介绍说。

据统计,我国每年因为不安全注射导致的死亡人数在39万以上,95%的市民不知道滥用输液和不安全注射的危害。“输液的确有见效快的作用,但是长期输液会加重心脏和肾脏的负担,引起急性心衰。”贾丽说,输液不同于口服药物,它直接进入静脉,一旦有药物不良反应则来势凶猛,很难采取弥补措施。口服给药,即使有不良反应也相对缓慢,口服药物一旦出现不良反应,还可以洗胃。

贾丽说,很多市民都应当认识到,输液是所有给药途径中不良反应最多、最严重的一种。“一般当出现吞咽困难、严重呼吸障碍或者病情严重发展迅速时,才建议进行输液。倘若市民没有医生的首肯,千万不可在普通小诊所内进行输液治疗。”贾丽表示。



漱玉平民大药房工作人员正在为市民做体检。 本报记者 刘光斌 摄

7岁以下聋儿中3成由药物过量造成

在安全用药方面,儿童疾病治疗领域的现状更加令人担忧。“比如将药溶于食物后给小孩服用;用药不见效,会自己加大剂量。这些都是我们在日常生活中常见的儿童不合理用药。”孙振海介绍说,最常见的儿童用药误区还表现为担心副作用,症状消失就停药;根据经验给小孩用药;不遵守医嘱用药等。“据权威调研数据显示,我国

儿童不合理用药率达12%-32%,儿童用药不良反应发生率约12.9%,新生儿更高达24.4%,儿童不良反应率是成人的两倍。”

“比如有的家长因为给孩子喂药困难,就将药混着果汁或者牛奶喂孩子,这也是不妥的。因为这些饮料中的成分复杂,和药物有可能发生作用形成沉淀,影响效果。”孙振海介绍说,比如服

用止泻药时便不能饮用牛奶,牛奶不仅会降低止泻效果,其含有的乳糖成分还容易加重腹泻症状。

孙振海介绍说,儿童不合理用药比例高达12%-32%,儿童药物不良反应率是成人的两倍。例如,据中国聋儿康复中心统计,我国7岁以下聋儿,超过30%是因药物过量造成的毒副作用所致。

输液擅自调速 可造成心力衰竭

进行静脉输液时,要注意身体的变化,及时将情况反映给医生,以做到降低副作用。一般来说,输液前排空大小便,以免输液中途排便使针头脱落。静脉穿刺前应尽力握拳,使静脉充盈,提高穿刺成功率。

如遇冬天寒冷或血管低沉者,可用热水袋50℃热敷,使血管扩张充盈以利于穿刺成功。在接受输液过程中,如感觉穿刺部位有肿胀、疼痛等,可能是局部有药液渗出,应及时报告护理人员。输液中途不可擅自打开调速器,以免滴速太快,造成急性肺水肿、心力衰竭等严重后果。若输液过程中出现畏冷、寒颤,应及时关闭调速器并报告护理人员。

服用抗过敏药 忌同食猪肉奶酪

很多食物和药物之间有相克的作用,一并食用会加重病情。如酸性食物,如食醋、酸性水果、肉类、禽类、蛋类、白糖等酸性食物,忌与磺胺类药物、碳酸氢钠(小苏打)、红霉素等合用,以免影响疗效,增强其副作用。

富含组氨酸的食物,如奶酪、猪肉、鱼等不能与抗过敏药物共用。可致头痛、头昏、黏膜充血、皮肤潮红、心悸、面部麻木等症状。