

一咳嗽就喝止咳糖浆 十岁娃上瘾了

小军今年十岁。最近几个月来,每天都要喝上七八小瓶止咳糖浆,不给喝就发脾气,食欲也不好,本该爱跑爱跳的年龄却显得蔫蔫的,身体也很瘦弱。诊室中,小军的妈妈痛心不已:“孩子小不懂事儿,都是我的疏忽啊。”

小军妈妈孔女士说,孩子经常感冒咳嗽,家中常备止咳糖浆,只要孩子咳嗽就给他喝点,没想到,慢慢地,孩子不咳嗽的时候也要喝,越喝越多,戒不掉了。

山东省千佛山医院药学部副主任黄欣说,小军已经对止咳糖浆形成药物依赖了,止咳糖浆口味较甜,孩子容易当糖水喝,时间长了就会超过治疗量,产生依赖性,其实在门诊中,儿童滥用止咳糖浆导致成瘾的例子屡见不鲜。

不仅是止咳糖浆,复方甘草片等使用不当,也容易导致滥用甚至成瘾。最近,国家已经把“复方可待因药物”列入了第二类精神药品。济南市中心医院药学部教研室副主任于克炜说,对于止咳药物来说,如果低剂量使用,可作用于神经中枢,抑制导致咳嗽的神经,从而起到止咳效果,但是如果长期使用,反而容易导致神经兴奋,产生依赖性。

于克炜建议,在治疗过程中,应严格按照治疗量服用,家长不要发现孩子有点咳嗽就随便给喝。同时,并不是所有的止咳药物都属于这个范畴,可通过查看药物成分表中是否含有可待因来判断。

戒药瘾时不可突然中断药物

药物成瘾在医学上被称为药物依赖,表现为必须要强迫性或不间断地使用某种药物,如果突然停止使用该药物,可能会出现一系列的戒断反应综合征。如果符合以上情形,可以判断患者对药物产生了依赖性。

药物依赖可分为两种:精神依赖和身体依赖。如果你经常觉得对吃某种药物有强烈渴求,吃了就有精神上的欣快感,这就是精神依赖。不仅如此,长期、过量使用某种药物也会导致身体功能发生改变,就像汽车离不开汽油一样,必须不断地摄入这种药物才能维持身体功能的正常运转,否则将会出现低血压、眩晕等戒断反应,形成身体依赖。

于克炜提醒,如果发现有药物成瘾的迹象,不可在家自行突然中断药物,突然戒断对健康有损伤,甚至威胁生命安全,应该到医院由医生制定规范的治疗方案,逐渐降低身体及精神上对药物的依赖。

抗失眠药物也是常见的易成瘾药品之一,国家将其定义为第二类精神药品,作为处方药由医生开具。“通常情况下,治疗确实需要服药的精神性失眠时,专业医生会让病人从最低剂量开始尝试。”黄欣说,如果治疗效果明显,就可以维持这个剂量,如果效果不好,在医生的指导下可以缓慢地增加剂量,但是不要超过安全剂量,或者自行更换其他种类药物。

除了药物,还应该关注含咖啡因的饮料,如咖啡、红牛等功能性饮料。于克炜说,其实少量喝咖啡,对心脑血管有一定的益处,但是不能过量,12岁以下的儿童不建议喝,孩子的肝脏发育不完全,无法充分分解咖啡因,易导致其在体内蓄积,影响孩子发育。

规范用止疼药 成瘾率只有0.2%

如果担心药物成瘾而讳疾忌“药”,那么就走入了另一个极端。于克炜说,事先制定一个规范的治疗计划是比较科学的做法,按照医嘱执行,极少出现药物依赖的情况,根据一项调查显示,长期需要服用止疼药的患者,在规范治疗过程中,成瘾的概率只有0.2%左右。

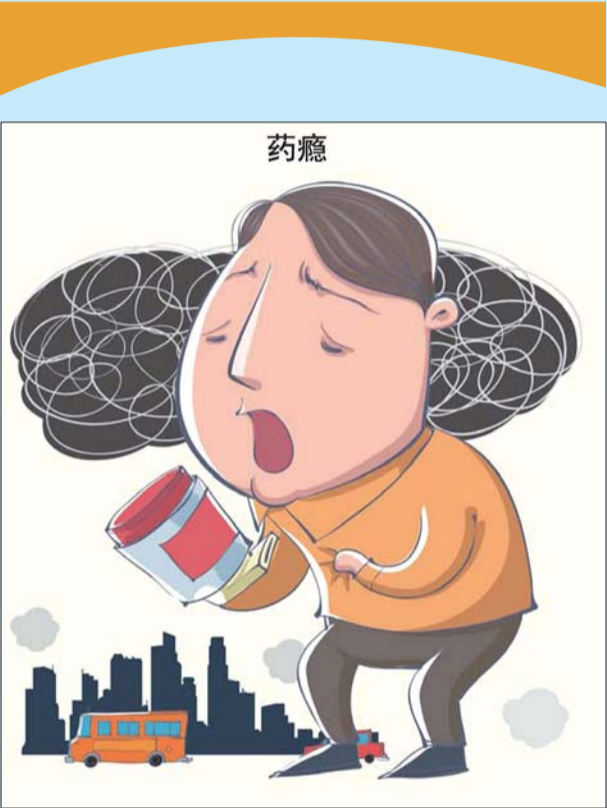
麻醉药品和第一类精神药品属于国家管制范围。于克炜表示,治疗中,经常可以接触到以吗啡止痛的患者,这些麻醉类药品只有在短时间内大量肌肉注射,药量超出治疗需求时,才会在体内蓄积而成瘾。不过,一般不会一次性大量使用。

例如,对于癌痛患者,会根据癌痛治疗三阶梯原则,给予口服药物治疗。“相对于肌肉注射,口服方式进入血液中的药物剂量相对较低,且一天会分多次低剂量进行,使体内药物的浓度保持在治疗需要的水平,且又不至于成瘾的浓度范围之内。”于克炜说,如果一种药物效果不好可以更换药物,不要自行增加剂量。

所有的药物都是双刃剑,既要治病又要防止成瘾。众所周知,杜冷丁、吗啡等麻醉、精神类药品会导致“药物上瘾”,因此是临床上严格控制使用的药品种类。对于一般人来说,这些药物难以获得且使用机会少,不过你可千万别以为“药物上瘾”和你没什么关系。事实上,恰恰是与我们生活最“亲密”的药品,如止痛、镇咳等家中常备药,如果不遵医嘱随意服用,将让你在不知不觉中染上药瘾。

吃药也上瘾

本报记者 陈晓丽



【两种表现】

【精神依赖】 病人对某种药物特别渴求,服用后在心理上有特殊的满足。

【躯体依赖】 需要某种药物持续存在于体内,否则药瘾大发产生戒断症状。

【易成瘾药物】

- ① 镇静催眠药:巴比妥类如苯巴比妥等,速可眠、安眠酮、水合氯醛成瘾也非常多见。
- ② 抗焦虑药:这类药临床应用范围越来越广,致其成瘾者也逐渐增多。如安定、经基安定、硝基安定、氟基安定、眠尔通、利眠宁等。
- ③ 镇痛药:应用广泛,疗效好,见效也快,成瘾性也快,如吗啡、鸦片、杜冷丁等。
- ④ 精神兴奋药:中枢神经兴奋药苯丙胺,有减少睡眠、消除疲劳的作用,但有较强的成瘾性,一般小剂量即可成瘾。
- ⑤ 抗精神病药:氯氮平对精神病的幻觉、妄想和兴奋躁动疗效好,但长期使用易成瘾。
- ⑥ 解热镇痛药:去痛片、复方阿司匹林(APC药)也有成瘾性,多呈现为病态嗜好。
- ⑦ 其他易成瘾的药物:含有咖啡因的药丸或饮料,含有可待因、阿片酊的止咳糖浆。

养生堂

主办:齐鲁晚报
协办:山东省大众健康管理中心

养生堂 本期堂主: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。近几年在国内外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”。

眼药水开封后可以一直用吗?

很多使用眼药水的人士都有这样的困扰,眼药水打开后是否可以按照说明书上的有效期使用呢?答案是不可以的。

眼科门诊就诊的患者中就不乏超期使用眼药水导致角膜炎的,有些患者甚至将开瓶后几个月的药水再拿出来滴眼,导致出现眼红、眼痛,甚至视力下降的症状。眼药水的有效期并不等于开瓶后的使用期限。如果仔细阅读眼药水的说明书,就会发现“眼用制剂在启用后最多可使用4周”的字样,也就是说,如果你的眼药水已经打开了,那么4周后如需继续使用应当重新开启一支。

眼科医生解释称,大部分的眼部疾患,一般以眼药水或眼药膏的形式,通过直接点在结膜囊内产生治疗作用,大多数眼药水在生产时会添加防腐剂,因为防腐剂对人体有一定危害,所以添加浓度会严格控制。眼药水一旦开封,极易在使用和保存过程中被泪液及空气中的微生物污染,即使有防腐剂也无法保证眼药水在开启较长时间后的安全性,因此大多数眼药水应在4周后更换。个别眼用制剂开启后使用时间更短,详细情况还需看说明书。

专家提醒,眼药水千万不能当成缓解眼疲劳的“万能水”,长期经常使用,其中的防腐剂对眼睛有害无益。如果的确需要用眼药水,可以在医生的指导下使用,也可以购买单剂量(1天使用1支)的无防腐剂眼药水,每次开封后立即使用,用后即弃。