



视觉中国

# 海淘儿童药怎么吃才安全

本报记者 付丽丽

刚刚结束的小长假,不少家庭选择出境游。海外出游之余,除了各种各样、五花八门的日用品,儿童药现如今也被列入采购清单。日本的“面包超人”、德国的“小绿叶”……毕竟生活中,孩子感冒、发烧、咳嗽都是常有的事

## 国外药品并非副作用小

说到家庭常备药,在上海市儿童医院药剂科副主任药师黄建权看来,无非分为两类,一种是针对感冒咳嗽、发烧、拉肚子和皮疹等常见,可以在家自行处理的治疗药物,再有就是一些简单的针对外伤消毒杀菌和创可贴之类的外用药。

“理论上来说,这些常用药物基本上不存在东西方人种区别的问题,外国小朋友能用的,中国小朋友也一样都可以用。至于副作用,不管是国产的还是进口的,都一样不可避免,家长朋友们千万不要去迷信国外药品副作用就小,更不要迷信天然药物就没有副作用这样的宣传。”黄建权说,中药也属于天然药物,可中药报道的副作用也并不少见。

至于药品隐藏的风险,黄建权解释,这与药物本身特点有关,而跟药品产地并没有什么关系。以复方感冒药为例,其对成人来说风险就相对较小,但对于儿童来说就是一类高风险药品,而面包超人就属于这一类。

目前产自日本的“面包超人”主要有红绿蓝三种包装:其中绿色装主要针对感冒症状中

儿,因此,一些口碑好的境外儿童药成了部分家庭的常备药。

时下还有不少人会选择网购药品,“安全、有效、不存在副作用”是众多网店宣传时的一大卖点,很多家长也认为这些药品给孩子用起来更放心。事实真的如此吗?这些海淘的药品会不会存在一些不为人知的风险?

的过敏和流涕等;红色装主要针对感冒症状中的发热过敏流鼻涕等问题,同时兼具一定的止咳作用;蓝色装主要起镇咳化痰、缓解过敏流鼻涕的作用。”也就是说,红色装和蓝色装基本都包含了绿色装的作用,然后红色装和蓝色装又有相互包含的作用。这就是复方感冒药的特点,也是复方感冒药的风险所在,即容易导致重复用药。”黄建权说,这么复杂的问题摆在家长面前,还知道怎么选吗,更何况是家里的老人。

尤为值得一提的是,蓝色装“面包超人”,其有效成分包括双氢可待因磷酸盐、甲基麻黄碱、马来酸氯苯那敏等,第一种即为中枢镇咳药成分可待因。这种成分能直接抑制延髓的咳嗽中枢,止咳作用迅速而强大,其作用强度约为吗啡的1/4。2017年年初,我国药品监管部门要求所有含可待因的药品对说明书进行修改,明确禁止用于12岁以下的儿童。其他几款“面包超人”感冒药水中,也均含有麻黄碱、对乙酰氨基酚等成分,其中麻黄碱具有收缩毛细血管的作用,儿童使用时需要非常谨慎。

## 存在一些不容忽视的隐患

与面包超人一样,号称纯天然“小绿叶”同样并非没有风险。这种由德国某公司生产的止咳药,真正的商品名为Prospan,有效成分主要为常春藤叶提取物。有知名育儿平台科普文章指出,“小绿叶”的说明书显示,该药使用30%的乙醇作为溶剂来提取天然药物,而且特别强调药液含有47%的乙醇。

业内专家表示,如果喝了“小绿叶”,同时又吃了头孢类抗生素,对酒精代谢严重障碍的孩子,可能会出现双硫仑样反应的安全隐患。此外,“小绿叶”说明书中副作用项下明确表示,该药可能会引发过敏反应,如呼吸困难、毛细血管搏动、皮疹、荨麻疹等,也可能导致恶心、呕吐、腹泻等胃肠不适,特别是如果剂量使用过大,更易发生恶心、呕吐、腹泻,并非网络或卖家吹嘘的非常安全、没有副作用。

“其实,更大的问题是,如果使用未经我国批准上市的海淘药品,其带来的问题和隐患更大。”一位不愿具名的业内人士说。对此,北京儿童医院药学部王晓玲表示,首要问题就是药品包装上的说明或标示看不懂,“一般海淘药品均以当地语言标注包装和说明书,因此不熟悉外语的家长可能无法了解所购药品的所有信息以及具体用法,也难得到医师、药师的专业指导”。

此外,王晓玲表示,海淘药品的质量同样难以保障,有些药品在保存和运输过程中对温度、湿度等条件都有特殊要求,但一般海淘过程中的运输条件很难满足这些要求,或由于自购者未关注到这些特殊要求,都可能导致药品出现质量问题。

就此问题,黄建权认为,只有具备职业医

师资格的人,也就是医生才能开处方药,如果医生给患者提供了治疗方案,但患者没有从医院购药,而是从外面代购(在国内没正式批准

## 国内儿童剂型药品相对较少

“在基本治疗药品方面,国内外并没有多少差别,只不过国内儿童剂型相对较少,但很多药品没有儿童剂型所带来的问题不容小觑。”黄建权说,比如维生素B1片,成人一次一片,那1岁的小朋友怎么办?如果用1/2片还好,凑合从中间切开,那如果说用1/5片呢,这个小药片本来就很迷你,这1/5片也确实是为难家长了,要是碰到爷爷奶奶、姥姥姥爷带孩子,眼睛不好就更没法分了。

因此,黄建权建议,在家庭小药箱里备的药品,最好是选择一些口服液、颗粒剂等容易分剂量的剂型,口服液可以按照量杯来量取体积,一定体积就代表了一定的药量,这样便于家长把控剂量;颗粒剂一般体积大,体积大就容易手工分剂量,比如婴幼儿用2/3包的话就把颗粒全部倒到一张白纸上,然后分成3等份,取2份化水喂给孩子就可以了,剩余1份装袋可以收起来用夹子夹住以备下次使用。

### 相关链接

## 家庭小药箱该常备点啥?

生活中,老百姓接触最多的就是处方药和非处方药。黄建权解释,处方药就是需要医生诊断后才能开具的药品,需要凭处方才能购买到;非处方药顾名思义就是指的不需要医生诊断和处方就可以自行判断购买使用,家里的常备药主要就是非处方药。

非处方药的特点就是相对安全、经济、有效,患者可以根据自身的病情选用。比如发热头痛,可以用像布洛芬混悬液或者对乙酰氨基酚混悬液等解热镇痛药;感冒咳嗽可以用一点像氨溴索口服液、乙酰半胱氨酸颗粒、丙卡特罗口服液等止咳化痰药;鼻塞流鼻涕可以用一点西替利嗪滴剂或者氯雷他定口服液,大一点的小朋友也可以用一点呋麻滴鼻液,瞬间就会畅快很多;还有就是平常的腹泻拉肚子,即使是细菌性的腹泻,也不要着急使用止泻和抗菌药物,因为腹泻把肠道的致病菌都拉出去,一般拉完了也就慢慢好了,要做的就是对症处理,比如用一点益生菌调节肠道菌群,如腹泻严重就用一点蒙脱石散,脱水的话用一点口服补液盐等,但如果三天未见好

转的话还是建议就诊处理,具体查什么原因;再有就是不严重的皮疹可以用一点炉甘石洗剂,严重的话也可以用一点像西替利嗪滴剂或者氯雷他定口服液等抗过敏药处理一下,或者再用一点外用的地奈德或糠酸莫米松乳膏等;生活中偶尔的外伤可以用一点碘伏消毒、百多邦杀菌或者创可贴包扎一下就可以了。

“以上提到的药品都可以在家庭小药箱常备的,但是一定要注意,药品都是有有效期的,一次不要备太多,注意定期更新小药箱药品,以防过期。”黄建权说,还需要提醒家长的是,抗菌药物一般不建议自行使用,一般感冒就是病毒引起的,抗菌药物是无效的,如果合并了细菌感染(20—30%的概率),也需要到医院检查后再根据病情选择抗菌药物使用,因此不建议将抗菌药物放入家庭小药箱。

此外,黄建权表示,以上推荐的这些常备药都是单方制剂,每一种药里基本就只含有一种成分,按需选用就可以,家长完全不必担心会出现重复用药的问题。

“最后需要注意一点,购买渠道一定要正规才有安全和质量保证,比如亲朋好友或家长自己到国外正规药店购买的药品才比较可靠,其他诸如微商、海淘等各种的代购药品质量是否有保证,还有待商榷。毕竟是药品,万一代购回来的是假的,那最后受害的还是自家人,而且现在网络上报道的各种虚假代购也是不少,所以代购需谨慎。”黄建权强调。

## 专家提示

### 过多摄入维生素A可能增加骨折风险

维生素A是一种重要维生素,人体自身无法合成维生素A,需通过饮食摄入。一项新研究显示,补充维生素A需谨慎,如果过量摄入维生素A补剂,可能降低骨厚度,增加骨折风险。相关研究论文发表在新一期英国《内分泌学杂志》上。

动物实验显示,在为期10周的实验期间,研究人员每天让小鼠摄入相当于人类每日建议摄入量4.5倍到13倍的维生素A。结果仅仅8天后,小鼠骨骼就明显变得脆弱。而且随着实验的推进,骨骼变得越来越薄。

据介绍,此前就有研究提示,人们摄入维生素A补剂,可能会增加他们骨骼受损的风险。也有动物实验显示,短期内摄入13倍到142倍人类每日建议摄入量的维生素A,一到两周后实验鼠骨折风险会增加。而在这次的新研究中,实验鼠摄入的维生素A剂量相对较低,与那些长期服用保健品的人每日摄入的剂量相当。

这次的研究结果表明,在膳食外额外补充维生素A应当谨慎。论文通讯作者、瑞典哥德堡大学医学研究所教授乌尔夫·莱纳说,现在越来越多的人每日摄入维生素补剂,维生素A摄入量问题日益凸显,需要更多的研究,但大多数情况下,营养平衡的膳食足以补充身体所需的维生素A。

(据新华社)

## 医疗界

### 复旦团队研发新型体外自动除颤器

心脏猝死严重威胁人类生命。大部分心脏猝死伴随的心律是室颤或快速型室速等恶性心律失常,而电击除颤是目前唯一有效终止恶性心律失常的方法。抢救工作分秒必争,普通除颤器需要专业人员分析心电图信号后进行充放电操作,使用门槛较高。许多病人突发心脏猝死时,在等待救治时便已损失抢救时间。复旦大学信息科学与工程学院教授郭小玫带领的复旦医电团队研发新型体外自动除颤器,解决了这个难题。作为国内第一款获得医疗器械注册的体外自动除颤器,它近日亮相于2018中国国际工业博览会。

“与进口除颤器相比,这款除颤器具有独特的优势。”郭小玫介绍说,“优势首先在于心电数据库的构建。除颤器的算法需要通过心电数据库进行验证。这款除颤器的数据库,不仅包含国外标准心电数据库的信号,还增加了由国内权威专家分类,急救中心采集,体现中国人群体质特点的心电信号数据。”郭小玫表示,接下来,科研团队一方面致力于低能量除颤方法的研究,以在保证除颤成功率的前提下减小对患者的损伤;另一方面,将尝试获得医疗器械注册的体外自动除颤器,满足更多应用场景和人群的需求。

(迟洪洲 记者王春)

### 一种麻醉药可快速缓解抑郁症状

以色列特拉维夫医学中心日前发布一项研究结果说,注射使用的麻醉药氯胺酮如果口服,可有效、快速、安全地缓解抑郁症状。

这一研究成果刊登在新一期《英国精神病学杂志》月刊上。研究显示,口服氯胺酮便于患者在家中或者诊所服用,而无需通过静脉注射。同时,患者在服用该药物后,治疗效果可以持续一周以上。

该医学中心研究人员对随机选择的41名抑郁症患者进行试验,其中22名服用氯胺酮,另外19名服用安慰剂。患者每周服用3次,持续21天,研究人员对患者服用药物之后的不同时间段进行检测。

结果显示,服用氯胺酮后,患者的抑郁症状在数小时之内得到缓解,而且可以持续整个研究时间段,但是那些服用安慰剂的患者,症状没有得到改善。

研究人员说,患者服用氯胺酮后会出现疲劳、恶心和头晕等轻微副作用,但这些副作用会在1小时之内消失。

之前,美国等国研究人员就注意到低剂量氯胺酮会产生快速抗抑郁效果。不过,由于氯胺酮在临床上作为抗抑郁药物还有很大局限,研究人员仍在寻找更安全有效的抗抑郁药物。

(据新华社)

# 磁医学,冷门学科也有春天

## 第二看台

本报记者 杨纯

大量研究结果显示,稳态磁场(也叫静磁场)可以影响人体电流分布、电荷微粒运动、肌膜系统的通透性以及生物大分子的磁矩取向等,已发现其具有一定的消肿、止痛、消炎等功效,并有可能在未来作为一种辅助手段应用于一些肿瘤等慢性病人的治疗,也称之为磁疗。近年公众对磁疗与磁保健行业说法不一,但磁医学学科工作者眼中,这个领域的课题研究潜力巨大。

### 磁医学,浮浮沉沉中发展

在近日举办的东方科技论坛“磁生物学与磁医学”专题研讨会上,中科院强磁场科学中心研究员张欣表示,虽然早在2000多年前,磁场就被一些医生应用于某些慢性疾病的辅助治疗中,但是磁医学(将磁场应用于医学治疗)在其后的漫长历史中经历了许多次的起伏。磁医学一直没有被纳入主流医学的主要原因是磁场在人体和

生物体上作用效果不一致,大多因人或因磁场而异,并且最重要的是其作用机制并不明确。

庆幸的是,近几年来,随着技术手段的发展和研究的系统化,有越来越多的关于磁场作用于人体的实验证据和科学依据,导致人们对磁场作用于人体和生物体方面的研究逐渐重视起来。

中科院上海生科院生物化学与细胞生物学研究所沈义栋提到,磁场是地球上所有的生物共有的一种体外环境,现代生活更是让人类前所未有地暴露在各种类型的电磁场中。探索磁场对衰老的可能作用和其中的分子机制自然成为了一个十分有趣且实际的课题。

国家一级健康管理师、中国保健协会常务理事方志财表示,希望做好磁医学领域最新研究成果的科技转化工作,为广大消费者日益增长的健康需求作贡献。

### 临床抗癌,还需要点时间

张欣在接受科技日报记者采访时表示,从科研的角度看,就目前的研究水平来说,有很多证据发现,静磁场对很多种肿瘤细胞会有一

定的抑制效果,但在临床水平上,静磁场还没有推向临床,而旋转的磁场目前已经被一些人发现对某些病人会有效果。“目前我们还不能说,磁场在临床抗癌方面一定会有很好的效果。但是我们目前的研究发现这个方向有很多可以进行研究和改进的地方,例如我们现在就在研究到底多强的磁场以及哪些特定作用方式的磁场会对哪些肿瘤有抑制的效果,未来很有可能把静磁场用到临床上。”

她指出,磁医学现在还没有应用到临床上有几个原因,第一是机制不够明确,第二是效果不够显著,第三是系统规范的临床研究目前还基本处于空白阶段。进行临床实验要很大投入,但这个学科比较冷门,没有多少病人愿意去尝试,大家都愿意去做免疫疗法和放疗等等,因此要招募到足够的病人非常困难;不过目前已经有一些临床的医生开始在着手做了,比如华西医科大学最近开始在做临床研究,找一些晚期的传统方法已经不再适用的患病病人。

“说实话,我们自己在做之前是不相信的。后来也是通过查文献,最重要的是自己亲手做出

了各种实验结果,才真正的开始相信起来。实验室的学生们也对磁场研究越来越感兴趣,大家都主动要求来做磁生物学相关的课题。对于领域外的人来讲,可能大家还需要一点时间。目前看来,磁场的效果并不像药物那么显著,但同时它的安全性相对要好很多。例如大多数化疗药物都会引起呕吐乏力等副作用,但是目前看来,静磁场和低频磁基本不会出现这些问题。有一个很晚期的病人在做了多次化疗后身体已经无法承受更多的化疗,后来就选择了旋磁,发现总体症状得到了缓解。不过,现在用在病人身上的磁场强度并不高,对于治疗肿瘤来说,效果还是不够好。我们希望在基础研究的指导下,看是否能通过提高磁场强度,以及改变其它参数等,争取在最大的效果和最小的伤害之间找到一个平衡点,这样有可能更有效地把磁场应用于人体。”此外,张欣认为,从现有的文献来讲,磁场对于一些疼痛和炎症可能会有很好的效果。她相信,目前已经有多个大学和科研院所的科研人员正在进行这个领域的研究,在大家的共同努力下,这个领域会逐渐成熟起来。



(本版图片除标注外来源于网络)

扫一扫  
欢迎关注  
唠唠健康  
微信公众号

