

输液4大弊端须知

近日,国家卫生计生委新闻发言人姚宏文公布了国家卫生计生委等部门联合制定的合理用药十大核心信息,其中一条“能口服不肌注、能肌注不输液“的原则引起了广泛关注。据统计,在我国至少有一半的输液是不必要的。但有些人即使是小感冒也会选择输液,希望能好得快一些。输液安全性有多高,有哪些问题应该引起关注?

输液的四大弊端

- 1.容易引起感染
输液时如果注射器、针头和注射部位的皮肤消毒不严,有可能使针眼红肿、化脓,严重的还能引起全身感染。
- 2.输液更易引发不良反应
相比口服药和肌肉注射,输液时药品不经过任何屏障直接进入血管,一旦过敏,患者可能在几分钟内出现休克,甚至死亡。如果输液速度过快,有可能因循环

心绞痛,具有又凶又急的特点,在中国每年大约有 100 万人猝死,其中的 90%是因为心绞痛的发作,因为心绞痛的发病几乎没有征兆,如果心绞痛患者出现紧张、压力大、劳累等情况,并且血压、血脂高的情况异常,就要注意预防心绞痛的发生。

说到预防,我们就应该知道哪些是引起心绞痛的主要原因:

- 1.自身问题,例如血脂、血糖、血压、吸烟、年龄等问题会引起冠状动脉粥样硬化,从而引发心绞痛。
- 2.外界的原因,突然的精神紧张、压力

接种疫苗前后注意啥

疫苗是防控传染病的最主要手段。预防接种有两种反应:绝大多数为一般反应,可自愈或仅需一般处理,如局部红肿、疼痛、硬结等。仅很少一部分人可能出现异常反应。异常反应的发生与个人体质有关,一般表现为晕厥、过敏性休克、皮疹、全身感染等,过敏体质的宝宝易发生异常反应,父母应多加注意,在注射前和医生说明。

接种前后,家长或接种者务必了解疫苗接种禁忌:

- 1.早产儿、营养不良儿,最好和医生商量后定时间注射。
- 2.接种后休息 30 分钟左右再回家,如宝宝有高热和其他不良反应,及时请医生诊治。
- 3.宝宝一出生,医生就会给你一本小册子,父母要严格按照小册子上规定的免疫程序和时间接种。如错过规定的注射时间,要向医生说明,另约时间。
- 4.保证接种部位清洁。细心观察宝宝的反应,不要让他剧烈运动,如果宝宝有轻微发热、食欲不振的现象,这是正常的,一般 1-2 天消失。但如反应强烈且持续时间长,立刻带去医院诊治。

《快乐老人报》2013.12.23 文 / 梁进军

英女子植入“钛下巴”治疗磨牙



托妮脸上术后留下明显疤痕

据外媒 2013 年 12 月 18 日报道,现年 50 岁的英国女子托妮克拉克磨牙成癮,以至于到后来她都张不开嘴巴。无奈之下,外科医生为她植入了一副价格高达 1.6 万英镑(约合 15.8 万人民币)的钛板材制作的下颚,才让她得以开口说话、咀嚼进食。

《江南时报》2013.12.22

负荷过重造成肺水肿。

- 3.耗时费钱
输一次液,少则一小时,多则四五小时,显然比口服药和肌注浪费时间。而相同剂量的同样药物,费用比口服或其他常用的用药方法要高出几倍甚至十几倍。

- 4.盲目输液更容易增加整个人群的耐药性。

三种情况才需要输液

专家认为,只有 3 种情况才适合输液:1.吞咽困难,同时也没有办法注射肌肉针;2.严重吸收障碍(如呕吐、严重腹泻等),需要大量补充营养和体液;3.病情危重,发展迅速,药物在组织中宜达到高浓度才能紧急处理的情况。

五种常见不良反应要当心

发热反应:因输入致热物质而使患者出现发冷、寒颤、高烧等症状,并伴有恶心、呕吐和头痛。

让心暖暖过个冬

增加或者天气的变化,活动增加等,都会引起冠状动脉的供血的相对不足,而引发心绞痛。

- 3.生活习惯,例如运动过少,营养过剩,都会导致脂肪在血管中的堆积,导致血管狭窄,这些都是引发心绞痛的后天因素。

针对以上三种情况,我们应采取相应的有效措施来预防心绞痛的发生。

首先,我们要增加自身的身体素质,这

宝宝生病期 别急着打疫苗

最近,湖南 3 名婴儿接种乙肝疫苗后出现严重不良反应。记者采访专家了解到,婴幼儿一般要接种包括卡介苗、B 型乙肝疫苗、脑炎疫苗等多种疫苗,但是一旦孩子在接种前有身体不适或其他症状,可能影响疫苗的功效,或者加重不适反应。

安徽省立医院计划免疫室医师张卫平介绍,不同的疫苗有不同的禁忌症,家长在孩子接种前一定要细心观察孩子的身体状况,携带相关病史资料,如果孩子有不适情况要及时反馈给防疫医生。

专家介绍,如婴幼儿有高烧、低体温、免疫不全、先天性疾病、严重湿疹等症状

中午漏服降压药

读者李女士问:我母亲今年快 70 岁了,患有高血压,每天都服用降压药。可最近她的记性特别不好,降压药经常漏服。每次漏服后,母亲都很紧张,常常把前顿漏服的药和这顿的一起服下。我很担心母亲,不知道这样的服药方法对身体有没有伤害,漏服的降压药需要补上吗?

辽宁省人民医院心内科主任袁龙答:其实,漏服一次就漏服一次,偶尔一次并不会导致血压的明显波动。相反,如果漏服后情绪不稳、焦虑紧张反而会人为地造成血压波动。而且两次降压药合二为一,

止痛药加量

王女士有时加班劳累会头疼,以前她吃布洛芬后,过两小时就能缓解。出差时,她头疼又犯了,为了不影响工作,就一次吃了平常两倍的量,但起效时间并没有比平时有明显的缩短。她到医院咨询后,医生告诉她,止痛药不会因为简单加量,效果就能加倍。

常用的非处方止痛药布洛芬、扑热息痛、塞来昔布等都是通过抑制前列腺素合成而起效的,这就决定了它们的特性,即“天花板效应”。它指这些止痛药不管如何用,超过一定剂量时,即使再加量也不能增加止痛的效果。不过,加量后,药物依赖性和耐受性却会增加,还可能因剂量的累加而增大毒副作用,对肝脏和肾脏造成损

心力衰竭:因为输液速度过快,使短时间内血液系统输入太多液体,导致心脏负荷增加。

静脉炎:由于输液器具达不到无菌要求而使静脉局部感染,或由于长时间输浓度高、刺激性强的药品,而使输液处静脉内壁出现炎症。症状为手臂出现条状红线、局部红肿热痛。

空气栓塞:因为输液管内空气没有排尽,或者导管连接不紧而使空气进入静脉。常表现为胸部异常不适,同时出现呼吸困难,严重时会导致病人死亡。

肺水肿:输液时突然感到胸闷、气短,咳嗽时出现泡沫状的血痰。

其实,能口服的不采用肌肉注射,能肌注的就不输液一直是国际上公认的用药方针。输液并不一定是治疗的最佳选择。

综合新浪健康《生命时报》、

《郑州晚报》2013.12.26

和适度锻炼密不可分,适当的体育锻炼,是预防疾病发生的首要因素。

其次,我们应该改掉不良的生活习惯,不抽烟不喝酒、控制饮食、注意休息也是预防心绞痛发生的关键。

还有,我们要注意坚持科学合理的使用药物,不让过多的脂肪堆积在血管中,防止冠状动脉粥样硬化,日常可以选择活温阳开胸、活血化瘀的中成药,比如理气活血滴丸。

随着年龄的增大,患有心绞痛的几率也越来越高,因此我们要增强防护意识。

中华网健康 2013.12.24

别急着打疫苗

或疾病时不能注射卡介苗;而患有中枢神经系统疾病如脑瘫、过敏体质的婴幼儿都不能接种百日咳白喉破伤风疫苗,有发热、急性疾病和慢性疾病的急性发作期的孩子也要暂缓接种。如果家长粗心大意让正在生病或出于疾病潜伏期的孩子接种疫苗,可能会导致孩子病情加重、不良反应加剧,即疫苗偶合反应。

“疫苗其实是一种病原体,虽然经过灭活或减毒处理,但依然对孩子有一定刺激性,而婴幼儿自身的免疫系统还不完善,因此接种疫苗前一定要多加留心。”张卫平说。

新华网 2013.12.20 文 / 鲍晓菁

晚上需补回来?

就相当于一次性大量服药,反而易使血压降得过快过低,出现危险。另外,一部分病人面对漏服的反应正好相反,不仅漏服毫不在意,而且看血压平稳,就自行停药。其实,血压正常后马上停药很易诱发严重的心、脑、肾、血管疾患。因为血压即使恢复正常也会有一定的波动期。正确的方法还是要等血压有效控制在正常水平一年后,在医生的指导下逐步减少药物的种类及药物剂量,用最少的药量达到最理想的治疗效果,千万不可擅自做主。

《当代健康报》2013.12.5

效果不加倍

害。医嘱剂量和说明书推荐剂量通常是危险较低、药效较好的,一般在服用后半小时起效,不要因服药后未立即起效而盲目加药。

简单加量不行,自己同时服用好几种止痛药也不能让效果加倍。商品名不同的止痛药,主要成分可能相同,同时用好几种,无形中可能超量,引起不良反应。

大家平时偶尔牙疼、头疼时,可遵医嘱用止痛药。如果服用 3 天上仍有疼痛感,要及时就诊,如果疼痛是由明确的疾病引起的,应配合医生治疗原发疾病。此外,止痛药最好不要与安眠药、中药等混服,以免影响肝脏功能,增大毒副作用。

《生命时报》2013.12.26

喝酒脸红别吃三类药

1. **硝酸甘油:**紧急用药可能无

效。心绞痛发作如不及时治疗可能引起急性心肌梗死,甚至因严重心律失常导致猝死。硝酸甘油是治疗心绞痛的救命药,然而在人群中无效的比例却很高,其中很多是喝酒容易脸红的人。饮酒脸红者的酶活性大多不高,服用硝酸甘油的效果可能不好,甚至无效。建议这些患者在医生指导下慎用硝酸甘油,必要时应备用或改服其他药。

2. **多种抗生素:**可能引起头痛、心跳加快。饮酒后的一段时间内,要谨慎使用抗生素。多种抗生素可与酶结合,抑制酶的活性,使乙醛不能被及时代谢,在体内堆积,出现双硫仑反应。临床表现为面部发热、头颈部血管剧烈搏动或搏动性头痛,严重者可出现呼吸困难、恶心、呕吐、血压下降,甚至休克。可引起双硫仑反应的药物有:甲硝唑、酮康唑及某些头孢类抗生素。喝酒易脸红者,对此反应尤其敏感,一般人饮酒后 3 天内不宜服抗生素,喝酒脸红的人的这一时间建议为 5~7 天。

3. **利尿剂:**引起低血压。乙醇及其代谢产物乙醛均有扩张血管作用,可增强血管扩张剂的疗效。尤其应用噻嗪类等利尿降压药时,如果饮酒,可加重体位性低血压。喝酒脸红者代谢乙醛的能力差,更容易发生危险,因此服用这类药物时应避免饮酒。

饮酒脸红还与环境、饮食、个体的疾病状态等因素有关,用药时一定要在医师的指导下使用。有些药物说明书上注明服药期间要禁酒,服用这些药时,无论是否容易脸红,都不应该饮酒。

《广州日报》2013.12.26

儿童呼吸病 试试雾化治疗



图为浙江大学附属儿童医院患儿接受雾化治疗

雾霾过后,医院的儿童呼吸系统疾病增多,不妨试试雾化治疗。雾化疗法是将药物溶液随着患者自然呼吸进入呼吸道和肺内,达到治疗目的。对于患儿来说更易接受,而且药剂量少于静脉注射和口服,减少了药物毒副作用,对于急性发作或反复咳嗽的小儿都有效。

《健康时报》2013.12.16

红霉素杀精要慎用

红霉素是常用抗菌药,主要用于治疗沙眼等疾病。但刚结婚,正准备要孩子的男性使用时应谨慎。

长期用红霉素,会使男性生殖细胞的分裂频率减少,精子被杀伤,存活精子的活力明显减弱。即使有炎症,也建议在医生指导下选择其他类型抗生素,如果必须使用该类药物,建议不要超过一周,停用一个月以上再考虑要孩子。

和红霉素有同样“杀精”能力的还有用于治疗咽炎、中耳炎的阿奇霉素,以及螺旋霉素、麦迪霉素等大环内酯类抗生素。

同样有此隐忧的还有常用的解热镇痛药阿司匹林和消炎痛,二者成分中的乙酰水杨酸、吲哚美辛等可能影响精子的生成,从而影响生育。感冒时,准备要孩子的男性可在医生指导下选服其他药物。

《大河健康报》2013.12.24 文 / 刘向荣