

科学用药

13岁男孩查出毒品“阳性”引热议
含有麻黄碱药物须正确使用

晚报讯 最近,“13岁男孩查出毒品‘阳性’”的新闻引发众多网友热议,究其原因竟然是三天喝了三瓶咳嗽药水惹的祸。近日,南通四院药剂科提醒:一些止咳药或者退烧药中含有麻黄碱,这种成分在正确使用时可以有效缓解呼吸道疾病症状,但过度或错误使用可能会对健康造成严重的危害。

药学专家介绍,麻黄碱是中药麻黄中的一种生物碱,是一种已有4000年药用历史的中药。麻黄碱能够刺激中枢神经系统和心血管系统,增加心率和血压,同时扩张支气管,使人更容易呼吸。因此,它被广泛用于治疗呼吸系统疾病,如感冒、哮喘和肺部感染等。

随着新冠疫情防控政策调整及甲流大流行,很多市民日常生活中都会用到退烧药和止咳药。“含有麻黄碱的药物最常见的就是治疗感冒咳嗽的药。”专家介绍,这些复方药物名称中往往有“麻”“伪麻”“黄”等字样,如感冒药氨酚伪麻美芬片、氨麻美敏片、复方盐酸伪麻黄碱缓释胶囊、酚麻美敏混悬液等;咳嗽药急支糖浆、麻黄止咳丸、克咳胶囊、咳喘宁口服液、苏黄止咳胶囊等。然而需要注意的是,麻黄碱虽然有效,但高剂量麻黄碱可以导致严重的副作用,如头痛、失眠、心悸、高血压甚至死亡。

不过,也有一部分止咳药物或退烧药物中不含麻黄碱,而是含有其他成分,如右美沙芬、对乙酰氨基酚等。“所以,当我们在购买止咳药物或退烧药物时,可以仔细阅读药品说明书或咨询医生,以确定药物中是否含有麻黄碱。”

眼下,正值春夏之交,早晚温差大,是许多呼吸道疾病的多发阶段。因此,含有麻黄碱的止咳药或者退烧药的使用率依旧很高。南通四院药剂科提醒:首先,市民在使用含有麻黄碱的药物前,必须咨询医生或药师,并按照指导使用。过度或错误使用可能会对健康造成严重危害。其次,麻黄碱不应该长期使用,因为这样会导致耐药性和副作用的增加。对于感冒或哮喘等短期疾病,通常建议使用3~5天,然后停药。另外,对于一些特定人群,如孕妇、儿童和老年人,麻黄碱的使用应该更加谨慎。孕妇和哺乳期妇女应该避免使用麻黄碱,因为它可能会对胎儿或婴儿造成损害。儿童和老年人的代谢能力比较弱,容易出现不良反应,因此,必须根据医生的建议来使用麻黄碱。

通讯员李瑞 记者冯启榕

夏日来临,
你还在减肥吗?

专家提醒:服用减肥药要谨慎

晚报讯 随着气温升高,又到了露胳膊露腿秀身材的时候。然而,对于肥胖人群而言,夏天往往是他们最不敢面对的季节。在“世界肥胖防治日”到来之际,市六院药剂科提醒:成年人当BMI $\geq 28\text{kg}/\text{m}^2$ 或BMI $\geq 24\text{kg}/\text{m}^2$ 且合并高血糖、高血压、血脂异常等,可以选择药物联合生活方式来减肥。

减肥药物为肥胖患者带来了新的希望。目前,我国仅有奥利司他获批为用于肥胖治疗的非处方药,利拉鲁肽和司美格鲁肽虽获得美国FDA批准的减肥适应证,但在我国尚未获批。

药学专家介绍,奥利司他能够抑制人体内的脂肪酶活性,阻止脂肪被水解为脂肪酸和单酰甘油,进而影响脂肪的吸收,简单来讲就是让油脂“怎么来、怎么走”。适用于BMI $\geq 24\text{kg}/\text{m}^2$ 的超重或肥胖成年患者,对于喜食油炸食品、火锅等高脂食物的人效果更佳。推荐用法为餐时或餐后一小时内服用1粒/片,如果有一餐未进食或食物中不含脂肪,则可省略一次服药。特别需要注意的是在开始使用时会有排气多、脂肪泻的困扰,建议提前做好防护,以免发生尴尬的情况。不建议擅自增加用量,每日服用奥利司他不超过3次。

专家提醒,服用奥利司他后出现任何的肝功能异常情况,应立即停药(如食欲减退、瘙痒、黄疸、右上腹痛等)并检查肝功能;有肾功能不全风险的患者在服用奥利司他过程中应监测肾功能,有高草酸尿和草酸钙肾结石病

病史的患者服用奥利司他时应谨慎。长期服用奥利司他会降低人体对脂溶性维生素的吸收,因此需要额外补充人体所必需的脂溶性维生素,如维生素A、维生素D、维生素E等。

此外,对于一些特殊人群,不能服用奥利司他,如孕妇禁用;慢性吸收不良综合征、胆汁淤积症患者、器质性肥胖患者(如甲状腺机能减退)以及对奥利司他或药物制剂中任何一种成分过敏的患者禁用。

“利拉鲁肽和司美格鲁肽这两个药都属于GLP-1受体激动剂,原本是用于降低血糖,由于其可以通过减少饥饿感、增加饱腹感来诱导体重减轻,因此在减肥方面有一定效果。”专家表示,利拉鲁肽和司美格鲁肽分别用于BMI $> 25\text{kg}/\text{m}^2$ 和BMI $> 27\text{kg}/\text{m}^2$ 合并至少一项肥胖并发症(例如高血压、II型糖尿病、血脂异常)的患者或者BMI $\geq 30\text{kg}/\text{m}^2$ 的单纯性肥胖患者。

利拉鲁肽起始剂量为每天0.6mg,每周增加0.6mg,最终达到每天3mg的维持剂量;司美格鲁肽起始剂量为每周0.25mg,四周后增至0.5mg每周,再四周后增至1mg每周,以此类推,最终达到每周2.4mg的维持剂量。两者都是皮下注射。

目前,没有一种减肥药是完美无缺的,也没有一种减肥药是适合所有患者使用的。市六院药剂科提醒:肥胖患者在用药前最好都征求一下医生或药师的意见,根据个体情况来精准用药。 通讯员尹炜杰 记者冯启榕

孩子白白胖胖不等于身体好
均衡膳食适当运动对控制儿童肥胖有利

晚报讯 莲藕臂、肉肉腮,白白嫩嫩小胖墩儿,浑身透着“可爱”的味道……老一辈儿的育儿观念总是觉得孩子长得白白胖胖说明身体好、福气好,其实不然。近日,市妇幼保健院举行“世界肥胖防治日”多学科联合义诊,对儿童肥胖的危害进行科普宣教,助力儿童健康成长。

肥胖是指由多因素引起的能量摄入超过消耗,导致体内脂肪积聚过多、体重超过参考值范围的营养障碍性疾病。我国6~17岁儿童青少年超重、肥胖率逾20%,6岁以下儿童的超重、肥胖率竟高达10%。

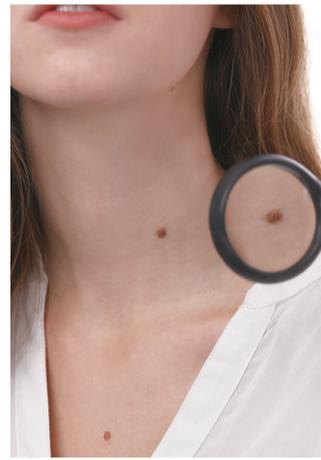
市妇幼保健院
儿童内分



泌科副主任医师钱元原介绍,儿童肥胖不仅影响儿童近期身心健康,亦可对其长远健康带来严重危害。“包括糖尿病及糖尿病前期、血脂异常、高血压、非酒精性脂肪肝病、高尿酸血症、阻塞性睡眠呼吸暂停等躯体疾病以及自尊心低下、抑郁和焦虑等心理健康问题。”

肥胖重在日常预防。市妇幼保健院儿科专家支招:家长要引导孩子“管住嘴”,但绝对不是盲目节食或只吃素食,而是均衡、合理的膳食搭配,控制摄入总量。此外,适当的身体活动对控制儿童肥胖有利。专家建议,6~17岁儿童每天至少60分钟的中、高强度身体活动;以有氧运动为主;每周至少3天的高强度身体活动;每天看屏幕时间限制在2小时内。超重肥胖儿童,建议在达到一般儿童推荐量的基础上,在能力范围内,逐步延长每次运动时间、增加运动频率和运动强度,达到有氧运动3~5次/周,并形成长期运动的习惯;保证充足的睡眠,养成健康的睡眠卫生习惯,同样有助于控制肥胖。 通讯员周美云 记者冯启榕

美容常识

天气渐热
有“痣”青年别烦恼
有些痣要选对方法
早点祛除

晚报讯 天气渐渐热了起来,又到了开始露胳膊露腿的季节。然而,对于一些有“痣”青年来说,身上的痣似乎总是影响美观,并且开始纠结:痣会不会恶变?要不祛除?用什么方法祛除?留不留疤?近日,市中医院医学美容科提醒:对于大面积、高风险的痣建议直接手术切除,小面积的痣可以选择激光祛除。

“对医生而言,无论痣大小部位,想要祛除,不存在任何技术上的问题。”专家介绍,激光和手术祛痣各有利弊。激光治疗更方便,费用低,一般直径小于2毫米的,通常可以选择激光祛除;但对一些大面积的痣,基本一次点不掉,如果反复激光治疗,就有刺激痣恶变的风险,而手术治疗通常一次彻底祛除,切除后常规做病理检查,但费用更高。此外,还有药水(酸)或者液氮冷冻祛痣,但在祛痣的同时,对痣正常组织的损伤要比激光大得多。

专家提醒,选择手术祛痣,一定会留下疤痕。激光祛痣有时也会留下少许疤痕。这要取决于痣的深度。“根”越深,留下的疤越明显,而一般表浅的痣祛除后不会留下任何疤痕。至于每颗痣的具体深度,再有经验的医生也无法单凭肉眼断定。祛痣后痂皮刚褪时,通常是一个略微凹陷的粉红色疤痕,在3~6个月的时间内,颜色会有一个由浅变深再变浅的过程,而不是太深的凹坑(取决于痣的深度),通常在6~12个月之后,大部分会变平。

专家建议,过大的痣、生长在容易摩擦部位的痣等应尽早祛除,特别是血管型的痣,很容易越长越大;激光术后注意保养,让其保持清洁干燥的环境,避免一切不良刺激,待其自然掉痂,其间也可涂抹表皮生长因子,帮助尽快恢复。 通讯员徐小平 记者冯启榕