

## 科学用药

抗抑郁药物  
不会导致成瘾  
需在专业指导下服用

**晚报讯** 近期,知名歌手李玟因抑郁症选择自杀,再次引发了公众对于抑郁症的关注和讨论。娱乐明星虽然表面上光鲜亮丽,受万人追捧,但在高强度的工作和竞争压力下,许多人都罹患心理问题。10日,南通四院药学专家提醒:抗抑郁药是治疗抑郁症的主要手段,常用于中重度抑郁症患者。目前的研究表明,抗抑郁药物一般不会导致成瘾问题。

抑郁症是世界第四大疾病,是现在最常见的一种心理疾病,以连续且长期的心情低落为主要的临床特征。抑郁症患者在情感、认知、行为和生理等多个方面都会受到影响。他们可能失去对生活的兴趣,工作效率下降,社交活动减少,并且常常感到无助、绝望,病情严重者甚至出现自杀行为。因此,抑郁症严重影响患者的生活质量和社交功能。然而,抑郁症的发病原因复杂多样,与遗传、生物化学、环境因素以及心理因素都有着密切联系。抑郁症通常较为难治愈且容易复发,因此,早期诊断和有效治疗对患者来说至关重要。

抑郁症的治疗方法包括心理治疗和药物治疗。药学专家介绍,常用的抗抑郁药物包括选择性5-羟色胺再摄取抑制剂、三环类抗抑郁药等。这些药物通过调节大脑神经递质的水平来改善患者的情绪和心理状态。“抗抑郁药的使用需要在专业医生或药师的指导下进行,具体的药物选择应根据患者的病情、病史、年龄、性别等因素进行个体化定制。与此同时,抗抑郁药的用法、用量也应严格按照医生或药师的指导。”专家介绍,一般情况下,抗抑郁药初始剂量较低,然后逐渐增加至有效剂量。在治疗初期,抗抑郁药可能需要一段时间才能发挥作用,患者需保持耐心。最后,患者在用药期间应定期复查,以便医生根据病情进行药物调整或剂量调整。

抗抑郁药的使用可能会出现一些不良反应,如头晕、恶心、失眠、性功能障碍等。这些反应大多数是暂时的,随着治疗的进行会逐渐减轻或消失。为了避免严重不良反应的发生,患者在用药期间应及时与医生沟通,以便及时调整治疗方案。此外,关于抗抑郁药物的长期使用是否成瘾的问题也备受关注。专家表示,目前研究表明,抗抑郁药物一般不会导致成瘾问题,但在停药时可能会出现戒断症状,因此,患者应该在医生的指导下逐渐减少药物剂量,避免突然停药。

通讯员李瑞 记者冯启榕

## 疾病防治

过敏日关注  
儿童过敏性疾病  
4类患儿适合脱敏治疗

**晚报讯** 8日是第19个世界过敏日,主题是“预防过敏疾病,促进健康生活”。过敏性疾病包括食物过敏、特应性皮炎、过敏性鼻炎和过敏性哮喘等。市一院儿科提醒:随着疾病谱的转变,过敏性疾病已成为21世纪常见疾病之一,近年来,中国儿童过敏性疾病的患病率逐渐上升,急需引起家长的重视。

市一院儿科副主任宋磊介绍,过敏反应由遗传因素和环境因素共同导致。有研究表明,父母一方患过敏性疾病,下一代有30%~50%的概率发生过敏性疾病。父母双方患过敏性疾病,下一代有60%~80%的概率发生过敏性疾病。近年来,儿童过敏性疾病在我国患病率呈持续增加趋势。儿童常见的过敏性疾病包括过敏性鼻炎、过敏性哮喘、过敏性皮炎、过敏性结膜炎、食物过敏等。

宋磊强调,儿童过敏性疾病有着自然进程,小年龄儿童过敏以湿疹、特应性皮炎、食物过敏为主,后期随着年龄的增长逐渐出现支气管哮喘、过敏性鼻炎、过敏性结膜炎。所以,儿童早期出现过敏性疾病,应该早诊治,以延缓过敏的自然进程。

过敏性疾病的治疗原则为“防治结合,四位一体”,即包括环境控制、药物治疗、免疫治疗和健康教育。其中,过敏原特异性免疫治疗,俗称“脱敏”治疗,是唯一可以改变自然病程的对因治疗。它是指在明确导致过敏性疾病的主要变应原的基础上,使用变应原提取物(标准化变应原制剂)反复接触患者,并逐渐增加剂量,使机体免疫系统产生对此类变应原的耐受性,从而控制或减轻过敏症状的一种对因治疗方法,包括舌下含服和皮下脱敏治疗。

哪些儿童可接受脱敏治疗?宋磊表示,以下儿童可接受脱敏治疗: IgE介导的过敏性疾病患儿;过敏性鼻炎、过敏性鼻炎结膜炎患儿;轻中度支气管哮喘患儿;过敏原检测尘螨IgE升高或皮肤点刺实验尘螨阳性患儿。他提醒,儿童脱敏治疗前,首先要明确诊断,尤其是要明确过敏原的种类,所以脱敏治疗前需要进行详细的过敏原检查。过敏原的检查方法包括皮肤点刺试验以及所抽血液中特异性免疫球蛋白IgE抗体含量,结合患儿病史,可以判断身体是否为过敏体质,对什么东西过敏。

记者了解到,目前国内可供选择制剂有螨变应原注射液、屋尘螨变应原制剂等。

通讯员益宣 记者冯启榕

莫让痛风变“痛疯”  
要做到管住嘴迈开腿、控体重多饮水

**晚报讯** 炎炎夏日,邀上三五知己好友,外出吃烧烤,啤酒畅饮,当真是别有一番滋味!不过,过瘾的同时,也要当心了一——一旦摄入过多嘌呤,容易导致痛风发作。近期,南通六院痛风专科门诊的患者就比往常多了很多。

痛风,被称为“天下第一痛”,是指高尿酸血症患者(大多数无症状)在各种诱因下,导致原本沉积在关节的晶体在体内发生急性炎症反应的情况。高尿酸血症是指正常嘌呤饮食状态下,非同日两次空腹血尿酸(SUA)水平 $>420\mu\text{mol/L}$ 。发作时,患者会出现局部关节的突然疼痛、压痛、发红、发热和肿胀等症状,严重时足以让人痛到撕心裂肺,甚至怀疑人生。

南通六院风湿免疫科主治医师杨镇嘉介绍,痛风进展一般分为四个病理生理阶段:高尿酸血症的发展,血尿酸水平控制不佳,长期处于升高状态;尿酸盐晶体的沉积,约25%的高尿酸血症患者有尿酸盐晶体沉积,可以通过影像学检查来确认,出现尿酸盐晶体沉积被认为是痛风发生发展的重要节点;痛风发作是由沉积晶体的急性炎症反应引起的,主要诱因有高嘌呤饮食(如喝啤酒、吃烤串,大量进食动物内

脏、鱼汤、肉汤等)、关节损伤、局部温度或pH值降低、疲劳等;以痛风石为特点的疾病晚期,痛风反复发作,出现严重的关节畸形等情况,严重影响患者日常生活。

医生提醒,在痛风急性发作期,治疗以消炎镇痛、改善关节功能为主。在这期间,一般不进行降酸治疗,但已服用降酸药物者不需停用,以免引起血尿酸波动,导致发作时间延长或再次发作。在痛风平稳期,治疗以降尿酸、预防复发为主,将患者血尿酸水平稳定在 $358\mu\text{mol/L}$ 以下,以缓解症状,控制病情。同时,还要管住嘴、迈开腿、控体重、多饮水、勤就诊,坚持规范化治疗,就能逐渐减少痛风发作,直至不再发作,最终逆转和控制痛风。需要注意的是,痛风的危害远不止局部关节(如脚、脚踝和膝盖等关节)出现红肿热痛,痛风也是慢性肾脏病、肾结石、高血压、心脑血管疾病、糖尿病、代谢综合征、骨质疏松及睡眠障碍等疾病的危险因素。

市六院痛风专科门诊提醒,无论是否出现痛风发作,都应将尿酸控制在理想范围。除了预防痛风的发生、发展外,还需要预防相关并发症的发生。

通讯员严炜 记者冯启榕

小暑时节“三高”天气来临  
不能贪凉饮冷以免损伤中阳

**晚报讯** 小暑正是进入三伏天的开始,气温呈上升趋势,此时高温、高热、高湿的“三高”天气频繁出现。江苏省名中医、儿科副主任中医师鄂惠提醒:天气越热越不可以过于贪凉饮冷,以免损伤中阳。

所谓“小暑大暑,上蒸下煮”,即言此时天气炎热,天地之间热气蒸腾。天地之间阳气至夏至而至极,至小暑虽越来越热,阳气却已经开始敛降。阳热下敛,热蒸地面,水湿气化,上浮于地面上,是为暑热。

中医认为“暑为阳邪”,具伤津、伤气和挟湿的特点。鄂惠解释,按中医理论,对人而言,此时人体阳气外浮,外热而内虚,所以最容易出现中阳亏虚诸症。“因此,天气越热越不可以过于贪凉饮冷,以免损伤中阳,轻则出现腹痛、腹泻诸不适,重则中阳被损,寒邪内伏,遗

留大病之根。”鄂惠提醒,进入小暑节气后,市民在日常生活中,应注意防暑降温,不宜暴晒,以防中暑。注意饮食调护,谨防消化道疾病的发生。在饮食方面,宜清淡、易消化,品种多样,少吃或不吃零食。慎食生冷瓜果,以免克伐脾阳。此外,科学理性使用空调、风扇,适时开窗通风,保持室内空气流通,规范作息,保证充足的睡眠。

俗话说“热在三伏”,小暑节气恰逢初伏前后,“可适当吃一些具有清热降暑的饮品和食品。”鄂惠建议,市民可以在此时饮用藿香荷叶茶,其具有芳香化湿、醒脾开胃、升发清阳的作用;食用扁豆、绿豆、薏仁粥,其具有健脾化湿、和中消暑的功能;另外西瓜、黄瓜、丝瓜、苦瓜、冬瓜等都是清热消暑、祛湿效果不错的蔬果。

记者冯启榕