

[惠民行动]

《健康》周刊与金陵大药房推出便民活动—— 本周维生素放心购

春暖花开,各种致病菌飘浮在空气中,一不小心,呼吸系统疾病就随风而来。如何增强体质预防感冒和各种呼吸道传染病,对此,不少医生认为,维生素有助于帮助人们预防感冒并缓解症状。本期《健康》周刊联手金陵大药房,针对一些品牌维生素产品拿出让利方案,让读者享受到优惠价格。

记者从医院获悉,老人、孩子和写字楼员工是春天感冒的主力军。忽冷忽热的天气,让适应和调节能力差的孩子和老人很快患病,而写字楼里的员工大部分时间在通风不畅的“水泥罐头”里,抗病能力下降,人与人接触又密切,病毒往往有可乘之机,容易互相传染。上班族经常乘坐公共交通工具如地铁、空调车等,由于是封闭式设计,空气无法流通,很容易

造成交叉感染,抵抗力较差者就容易被传染。

得了普通感冒,通常以对症治疗为主,除了普通感冒药外,维生素也有良好作用。对于维生素C,大家都非常熟悉,也有很多人正在服用。但是大剂量服用维生素C,可以缩短感冒病程,这一点恐怕很多读者还不清楚。医生说,如在感冒发生后3天内服用大剂量维生素C,成人每日服1000毫克,儿童每日服500毫克,就可减轻感冒症状,缩短感冒病程2-3天。这是因为服用大剂量维生素C,可以增强体内白细胞吞噬细菌和病毒的能力。至于具体如何用药,最好事先咨询医生或药店的执业药师。

[友情提醒]

免费送药热线为您服务

4月14日-4月20日,读者可凭4月14日现代快报

品种	规格	生产企业	零售价(元)	优惠价(元)	适应症
力度伸片(橙味)	1克×10片	上海罗氏	26.40	19.80	增强机体抵抗力。用于预防和治疗急、慢性传染病或其他疾病。
金施尔康片	60片	上海施贵宝	67.60	58.00	用于预防和治疗因维生素及矿物质缺乏引起的各种疾病。
善存银片	60片	惠氏-百宫制药	73.00	58.80	用于50岁以上成年人预防和治疗因维生素及矿物质缺乏引起的各种疾病。
葡萄糖酸钙锌口服溶液	10毫升×12支	河北保定	29.50	23.80	用于治疗因缺钙、锌引起的疾病。包括:骨质疏松、手足抽搐症、夜盲等。
乐力氨基酸螯合钙胶囊	1000毫克×30片	四川维奥制药	36.90	29.80	用于防治钙、矿物质缺乏引起的各种疾病。尤适用于骨质疏松、儿童佝偻病等。
养生堂天然维生素E	250毫克×160粒	海南养生堂	69.00	58.00	保健食品。经功能试验证明具有美容(祛黄褐斑)、延缓衰老的保健功能。

《健康》周刊,到金陵大药房指定的药店购买药品(具体药品名称见表格),享受活动优惠价格。另外,为方便消费者购药和对药店进行监督,金陵大药房还特别为此活动设立了免费送药服务热线84811111,消费者可在4月14日-4月20日每天8:00-17:00拨打热线,享受免费送药服务。

快报记者 金宁

参与活动的金陵大药房

- 新街口药房 中山东路75号
- 太平门药房 太平门街55号
- 热河路药房 热河路1号
- 晓庄平价药房 和燕路467号
- 石门坎药房 石门坎169号
- 金陵小区药房 金陵新4村28号
- 建宁路药房 建宁路16号
- 板仓药房 板仓街9号
- 湖西街药房 湖西街18号
- 雨花西路药房 雨花西路210号

儿童常用药不宜多备

现在几乎每个家庭都有自备的家庭小药箱,有孩子的家庭免不了也准备一些儿童常用药物。不过专家提醒家长,儿童常备药有讲究。首都儿科研究所药房主任张君莉提醒家长,不建议家中备太多儿童药品,首先是孩子的病情变化往往比较快,家长看孩子的症状差不多,结果还沿用以前的药物,但如果不掌握孩子确切的病情发展,很可能药不对症甚至耽误治疗。其次,药品有效期、保存条件上都有严格要求,儿童用药更加特殊,如有的制剂必须是新鲜制剂才会产生治疗效果,若储存过久,便会失效。

如果要准备儿童常用药品,最好储备退烧药,而且是相对比较安全的非处方药。这样一旦孩子发烧38℃以上,可以先给孩子吃退烧药再送医院治疗,以免去医院途中孩子发生高热惊厥。医生提醒,对于有过高热惊厥史的孩子,家长更要及时给孩子服用退烧药。



小儿止泻药、抗生素、抗病毒药物都不宜家中常备。因为孩子腹泻的原因比较多,最好是根据病因进行治疗。等孩子大了,可以忍受黄连素的苦味时,可以备些黄连素。其次,抗生素最好也不要进家庭小药箱,因为家长不可能知道孩子的病是病毒性的还是细菌性的,滥用抗生素只能导致药物的滥用。抗病毒药物也不宜自备并给孩子服用,因为这类药物在周期、指标上都有严格要求,而且副作用相对多些,因此也不宜自行服药。

一文

以乐活的名义:健康跑过CPI

乐活(LOHAS),是“健康、可持续的生活方式”的英文缩写。“乐活派”们关心生病的地球,也担心自己生病,他们吃健康的食品与有机野菜,穿天然材质棉麻衣物,使用二手家庭用品,骑自行车或步行,听心灵音乐,注重个人成长,通过消费和衣食住行的生活实践,希望自己有活力。近日,一个名为“2008绿A乐活汇”的乐活推广活动正在启动,据了解,除南京外,活动还在全国127个城市同步开展。

“2008绿A乐活汇”以“绿A乐活家评选”为主题,持续到6月20日。主办方为绿A生物工程有限公司,举办“2008绿A乐活汇”旨在传递和分享健康、快乐的生活方式。而“2008绿A乐活汇”号召国民要“健康跑过CPI”。作为国内螺旋藻领军企业,绿A一直倡导“我健康 我快乐”的口号。绿A公司称,以乐活的态度关注自身健康,也是应对CPI上涨的良好心态。据悉,“2008绿A乐活汇”将用轻松愉悦的方式展示CPI压力下另类健康、快乐的生活形态。“乐活汇”以评选“绿A乐活家”为主题展开系列活动,5月10日以“决胜紫金之巅”登山活动拉开序幕,5月17日起通过健康知识闯关、趣味游戏等众多环节开展“乐活趣味赛”活动。并且此次乐活评选进行总决赛,共分为海选、周冠军评比、乐活健康之星总决赛共三个阶段,历时41天。为吸引更多市民的参与,主办方提供了丰厚的奖品。全程参与活动还有机会获得南京片区“绿A乐活家”。主办方希望打造中国式乐活,释放生活压力,无论您有多少压力和烦恼,只要参与“2008绿A乐活汇”你将被快乐感染。

据主办方介绍,6月20日绿A公司将在云南卫视举办2008绿A乐活汇颁奖盛典。届时活动评选出的“绿A乐活家”将和众多明星共同分享健康快乐的生活艺术。从即日起活动开始接受报名,活动报名不设门槛,只要填表即可。市民可通过电话025-84404022咨询报名。

[用药分析]

我的早搏究竟要不要吃药

病例:李师傅患高血压10年,一直坚持服药治疗,从去年年底开始,李师傅出现早搏症状,后来去医院做了24小时心脏动态监测,监测结果显示:室性早搏6次,房性早搏82次。李师傅这种现象到底要不要服药?李师傅说三个医生给出了三种不同的建议。

观点一:李师傅心跳有点快,交感神经兴奋有可能导致早搏,他可以用一点倍他乐克和拜阿斯匹林,吃一段时间后再观察一下情况。

观点二:建议李师傅不用吃药,控制好血压、保证生活规律、不要紧张劳累,看看情况能否有所缓解。

观点三:可以吃一个月心律平,一个月后情况好转就可以停药。

早搏是一种症状

心脏早搏是属于心律失常中的一种,它不算是一种独立的疾病,而是一种症状。早搏可发生在一些心脏病患者身上,也可能出现在正常人身上,所以单凭早搏一点,就认定出现症状的人有心脏疾病是不科学的。南京市第一医院心内科副主任医师叶飞认为,正常人也存在心脏早搏的情况,所以出现早搏后,不要急于用药,而是要首先查清早搏产生的原因,看它是生理性的还是病理性的。正常人在过度劳累、紧张激动或大量吸烟、饮酒甚至喝咖啡时都可能出现早搏。这时,可先采取措施



资料图片

戒除可能的诱因,然后观察一段时间。如果在消除这些诱因后,症状消失,则不需要吃药。相反,如果戒除诱因后,症状仍然存在,那就应该去做相关检查,看心脏是否有器质性病变。如果真有器质性病变,那就应该及时针对原发病进行治疗。毕竟抗心律失常药物是治标不治本的,如果不从根本上控制早搏产生的原因,治疗就会本末倒置。

早搏用药注意什么

治疗有器质性心脏病的早搏,其重点应放在基础心脏病的治疗上,而不是针对早搏本身,不能滥用抗心律失常的药物,用药必须在医生的指导下进行,不要擅自增减剂量,并要密切注意药物可能引起的不良反应。目前,抗心律失常的

药物主要分为四类,其中I类药物又分为A、B、C三个亚类。

奎尼丁属于I类药物,也是较早应用的抗心律失常药物。极度心动过缓、肝肾功能不全、低血压(心律失常所致除外)的人在使用时要慎重。胺碘酮属于III类药物,可用于房性早搏及室性早搏,其次还有抗心绞痛的作用。胺碘酮口服作用的发生及消除都比较缓慢,所以不能为追求疗效而在短时期内加大剂量。窦性心动过缓、低血压、肝功能不全、严重充血性心力衰竭等患者使用要谨慎,甲状腺功能异常、碘过敏的患者更要注意。用药期间应注意血压、心电图、肝肺功能及甲状腺功能等的检测。

洋地黄类药物排泄缓慢,易蓄积中毒。所以如果患者在

2-3周之前服用过任何洋地黄制剂,那最好先小剂量用药,以免中毒。洋地黄中毒的临床表现主要有各种心律失常及胃肠道反应。其中胃肠道反应一般较轻,常见恶心、呕吐、腹泻等症状。心律失常是诊断洋地黄中毒的重要依据,如在服用过程中,心率突然减少,心跳节律不规则,或快或慢,那就应该引起重视。

如果患者在服用抗心律失常药物的同时,也在治疗其他疾病,如甲亢(甲亢本身也可能引起多种心律失常,所以在治疗因其引起的早搏时,要注意先控制原发病)等,应该及时主动和医生沟通,在医生的指导下用药,认真阅读药品说明书,掌握药物的适应症。

快报记者 金宁 实习生 李鑫芳

成绩差不是孩子笨

常听家长这样议论:“孩子上课不专心,就像没带耳朵,考试不及格”,“老师教的知识他都懂,可做作业和考试就粗心大意,成绩上不去”,“别的孩子花一个小时就能写完作业,而我孩子要写到大半夜,学习很吃力”……家长很纳闷,孩子脑子好使,成绩为何上不去?

专家指出:孩子学习差可能跟患有多动、抽动症有关。多动、抽动症表现为:小动作多,注意力不集中,学习困难,脾气暴躁,或不由自主的挤眼皱眉、清嗓子等。不及时治疗耽误孩子学习文化知识的黄金时间,影响将来升学和就业,误了孩子一生。

中山医科大学药物开发中心经过13年的科研攻关,研制出运用透皮控释技术的专用贴片“健儿贴”,它使用方便、安全、无副作用。采用的

是国际先进浓缩干粉技术、穴位贴压原理及生物磁疗技术,利用控释技术持久经皮渗透,从根本上治疗儿童多动、抽动、注意力不集中、学习困难、冲动任性等。同时能促进大脑发育,提高智力。

健儿贴咨询服务中心
咨询热线:025-84292131
025-84292133
咨询地址:南京市太平南路177号苏鲁大药房二楼(杨公井车站对面,四川酒家旁)
中国多动症、抽动症治疗网:www.ddcd120.com

腋臭 手术费 60元

2008年治疗腋臭全新医学尖端技术——“数码高维尖端定位腋臭治疗术”落户南京华东医学研究中心,该疗法的诞生被誉为“腋臭治疗史上的一次完美革命”。它通过数码高维对腋下大汗腺的范围和数量准确定位检测后结合神经体液学说,有针对性地清除大汗腺,避免了以往盲目性的操作致使腋臭无法彻底祛除和不必要的创伤造成的高费用治疗。该疗法切口只需约0.5cm,安全快捷,无痛苦,随治随走,术后皮肤完整光滑,特别避免了以往疗法中存在容易复发的弊端。

为了使这一技术得到全面推广,本研究中心特邀该疗法创始人金主任于4月5日-4月20日亲临南京会诊,为广大腋臭患者带来了一次千载难逢的康复良机。电话:025-84642595
地址:南京市解放南路156号(与大光路交叉)市内乘4、7、27、90、104、120、305、804、807路车到大光路下即可

“干吞”胶囊引发食道灼伤

很多人为了贪图省事,在服药片时喜欢借唾液“干吞”,或者图方便随手拿起一杯奶茶或牛奶“送药”。专家指出,这种吃药方式不但影响药力的功效,而且对身体的危害较大,吞药物易卡在食道中刺激食道黏膜,易引发食道炎、食道溃疡等病症。

28岁的张先生不久前患上了感冒,经常随手将药片放入口内,没有用水就将药片咽下去了。当时没有什么感觉,

两周后感觉胸骨附近有些不适,好像有什么东西停留在食道内,每当进食时即有疼痛的感觉。胃镜检查报告的结果显示他的食道第二狭窄处有黏膜损伤、浅表性溃疡。医生在了解病情后,断定张先生的病是干吞药片所致。因为药物在食道停留较久,灼伤食道,每当进食时食物通过溃疡处,神经末梢受到刺激,故而感到胸骨疼痛。

据市第一医院消化内科孙丹莉主任介绍说,除糖衣剂剂比较光滑外,没有糖衣的阿斯匹林、止痛片、去痛片、氯化钾或某些胶囊制剂,干咽时药片进入食道后由于渗透压的关系,很容易被粘附在食道。胶囊制剂虽光滑,但被食管内的液体润湿后,其粘性很大,也容易粘附在食道,即使没有粘附,与用水送服在进入胃内的速度上也有很大差别,在食道内停留时间较长,有些药物在未进入胃内时就迅速溶解,对食道黏膜产生巨大的刺激,轻者造成黏膜损伤,产生浅表溃疡,重者引起出血等。最好在服药前先喝上几口温开水,润滑一下食道,然后将药片放入口中用温开水送下,以利药物顺利进入胃内。

通讯员 徐骏 快报记者 金宁