

11月10日,2022年“全国安全用药月”正式启动,活动时间为11月中旬至12月中旬,今年的主题是“安全用药 同心同行”。你家里的小药箱是不是经常会有消炎药、镇痛药、退烧药?现代快报记者就采访了泰康仙林鼓楼医院药学部药师李振兴、省人民医院药学部副主任药师邹颖,请他们谈一谈家庭小药箱,应该怎么注意安全用药。

专家提醒,很多人一有头疼脑热发炎、腰酸背痛不舒服,二话不说,吃上解热镇痛消炎药就安心,甚至有个别患者会长期服用,可能出现药物滥用问题。究其原因,一是这类药物大多数是非处方药,购买方便;二是这类药的特点是效果立竿见影,迎合了大众治病心切的心理。然而,滥用解热镇痛消炎药,会给人们带来不可忽视的不良反应,有些会造成很严重的后果,甚至危及生命。

通讯员 董菊 唐晓 现代快报+记者 梅书华 刘峻



视觉中国供图

加大剂量不会更镇痛 家庭“小药箱”这些误区要避免

这类抗炎药不能滥用

你家小药箱是不是有这些解热镇痛消炎药

宝宝发烧可能会用到“美林”,疼痛可能会吃“芬必得”,骨关节炎很多患者还会使用“西乐葆”。其实,它们都属于解热镇痛消炎药,具有抗炎、对急性疼痛和慢性疼痛有良好的镇痛及解热作用,主要针对普通感冒患者的发热、咽痛和全身酸痛等症状,也是一些炎性关节病、软组织风湿病

的常用药。再比如,有患者会用阿司匹林预防短暂性脑缺血发作、心肌梗死再发及脑血管栓塞形成等。药学上的专业术语把这一类叫作“非甾体抗炎药”,从100多年前诞生的阿司匹林之后,这个家族已经发展到一百多种,常见的有阿司匹林(拜阿司匹灵)、布洛芬(芬必得、美林)、对乙酰氨基

酚(必理通、泰诺林)、双氯芬酸钠(扶他林)、洛索洛芬钠(乐松)、塞来昔布(西乐葆)、依托考昔片(安康信)等药物,一些复方制剂里面也含有该类药物,最常见的是各种感冒药,比如酚麻美敏(泰诺)里含有对乙酰氨基酚。这些都是人们最熟悉不过的药物,也被临床应用广泛。

增加剂量,镇痛效果越好?

非甾体抗炎药与吗啡等阿片类的强效镇痛药物不同的是,这类药物具有“天花板效应”,增加剂量虽然可以增加抗炎作用,但是并不能使镇痛效果增强。

因此,在临床工作中并不推荐超剂量使用该类药物。所有的非甾体抗炎药是通过相同的机制发挥其镇痛作用,它们的总体镇痛效果均无显著差异,但在具体的临床应用中,我们还应该注意到不同的

患者还存在明显的个体差异,每个人对某一种药的反应具有个体差异,至于选哪一种药好,最终取决于患者的自身感受。患者应注意药物成分,避免重复用药。

非甾体抗炎药不推荐两种联用。如果一种效果不佳,可考虑更换为另一种。服用同种多种药物并不能使疗效增强,反而可能会导致更严重的不良反应。特别是一些复方感冒制剂,里面大部分具有解热

镇痛的非甾体抗炎药(常含有对乙酰氨基酚)。

比如发烧时,宝宝使用了小儿氨酚黄那敏颗粒(含有对乙酰氨基酚),就不需要同时使用布洛芬混悬液(美林),两种药物都是非甾体抗炎药,如果需要服用另外一种药的话,间隔4~6小时服用。这一类感冒发烧药种类繁多,在感冒发烧时,一定要注意药物里所含的成分,避免重复用药,必要的时候可以咨询医务人员。

效果好也不能贪吃,小心药物不良反应

非甾体抗炎药导致胃肠道副作用主要表现为溃疡、出血、梗阻、穿孔。由于该类药物的强力镇痛作用,其诱发的上消化道溃疡或出血常为无痛性,消化道症状不明显,多以严重出血为首发症状,特别是长期用药更易发生。其中,COX-2选择性抑制剂(如塞来昔布、依托考昔等)胃肠道副作用相对较小。必要时,可加服奥美拉唑等抑制胃酸的药物,是防止非

甾体抗炎药导致消化道溃疡的首选。

非甾体抗炎药导致的心血管不良事件主要表现在:心梗、心衰、卒中。心血管不良事件风险与该类药物剂量大小、使用频率及时间长短有关。而该患者如果也存在胃肠道高风险,则应避免使用该类药物。对于镇痛,可能需使用阿片类(曲马多、可待因、吗啡等)的药物了。

此外,非甾体抗炎药还会导致肝损伤和肾损伤。该类药物不良反应很常见,使用时需多加注意。尤其,对于合并有胃肠道疾病、心脑血管疾病、肝肾功能损伤的患者,更应该到医院就诊后,咨询医师或药师后再使用该类药物。

这些误区你避免了吗

在人们日常生活中,会碰见各种各样用药方面的困惑,江苏省人民医院(南京医科大学第一附属医院)药学部副主任药师、副教授邹颖就总结了五个常见的用药误区。

误区一:胶囊打开服用更易吸收

不少人认为将胶囊药剂打开,直接服用里面药粉或颗粒,吸收效果会更好。其实这个观念是错误的,邹颖表示,小小的胶囊外壳其实有着巨大的作用。它可以保证药品的稳定性,使其不容易风化、受潮或变质。另外一些胶囊外壳还有着特殊的作用,例如肠溶

胶囊,在经过pH值较低的胃部时是不溶解的,一直到了肠道以后才开始溶解,释放其中的药物;还有缓释胶囊,这种胶囊制剂可以延缓药物在体内的释放和吸收,使得药效更加平稳。所以,除非有特殊说明或医生特别交代,否则不建议打开胶囊服用。

误区二:“一天三次”三餐前后服就行

你是不是经常把服药时间放在用餐前后?一天吃两次的药就在早晚餐前后服用,一天吃三次的药就在早中晚三餐前后服用。邹颖表示,一部分药物确实可以跟随用餐时间服用,例如一些降糖药物、消化系统药物等,但并不是所

有药物都推荐这样服用,有些药物等时间间隔服用效果更好,比如抗生素或抗心律失常类药物,这些药物如果要求一日服用2次,应该尽量每12小时服用一次,如果要求一日服用三次,应该尽量每8小时服用一次。

误区三:凭感觉自行调整药量

久病成医,很多患者治疗久了,感觉自己都能给自己治病了。比如最近血压平稳了,就少吃点降压药;最近好吃的吃多了,就加一颗降血脂药

……邹颖表示,这种做法危害极大。对于慢性疾病来说,需要终生服药,不能自行随意停药或调整药量,服药不规律可能会导致病情加重和反复。

误区四:刚过期的药可以吃

药品在上市前都要经过稳定性试验,确定该药品在合适储存条件下可以保持性状稳定多长时间,这个时间就是药品的保质期。所有的药品,一旦过了保质期就坚决不能服用了。需要格外注意的是,如果药品没有开封,那么在保质期

内都是可以正常使用的。如果药品已经开封,就分情况而言了,对于单片独立包装的药物,依旧可以按照标识的保质期来使用;对于非单片独立包装的药品,例如瓶装的药品,开封6个月,哪怕还没有到保质期,也不能使用了。

误区五:感冒了就吃点抗生素

邹颖表示,90%以上的感冒都是病毒感染引起的,其主要侵犯的是人体的鼻咽部黏膜。病毒性感冒是一种自限性疾病,一般5~7天就可以逐步自愈。如果感冒期间不适症状

让你难以忍受,可以服用一些解热镇痛药物来对症下药,而不是服用抗生素类药物。抗生素药物主要是治疗细菌性感染,对病毒感染引起的感冒没有治疗作用。

