

如何让眼药发挥功效?

随着年纪增大,老花眼、白内障等眼疾也随之而来,给老人的生活带来极大的不便,也严重影响老人的生活质量。治疗眼疾,医生常会开一些滴眼液或是眼膏给患者,但有的患者却没有按照正确的方式使用药物,导致疗效不好甚至加重病情。

A、使用不对,药效不足

眼药水的剂型不一样,使用方法也有别。有一些眼药水是溶液,使用前不需要摇动,直接滴就可以。有些眼药水因为不含防腐剂的,所以不是装在小瓶子里面,而是用一个很小的管,容量只有0.4毫升,每次打开一支,一般建议一支药水只能当天使用,可用3次左右。还有一些眼药水是悬浊液,里面有些小颗粒,含有皮质类固醇类的药物,如近视手术后常用的氟美童滴眼液等。

这样的眼药水,使用之前需要摇一下,使得颗粒摇匀,方可起效。

B、这么滴眼药水

使用前,先检查药名、剂量、保质期,再看看有没有变色、异味、浑浊等情况。将药水准备好后,要把手洗干净,避免细菌感染。

滴眼药水时要先把头轻轻往后仰,眼睛向头顶的方向看,这样做是为了在滴眼药时尽量不要滴到黑眼球上,减少对角膜的刺激。在准备滴入前,食指将下眼皮往下拉,露出结膜囊,接着用中指去压迫鼻内侧和眼角之间的鼻泪管,防止它吸收到嘴中,滴时要把嘴张开,便于保持姿势。随后,另外一只手拿住眼药水,保持悬空在眼睛上方1-2厘米的地方,滴入下眼睑,滴后将下眼皮往下拉,轻轻闭眼3-5分钟即可。如果要滴第二种眼药水,建

议间隔5-10分钟以上。

C、眼药膏使用法

清洁双手,头部后仰,眼往上望,用食指轻轻将下眼睑拉开成一袋状。挤压眼膏剂尾部,使眼膏成线状溢出,将约1厘米长的眼膏挤进下眼袋内,轻轻按摩2-3分钟以增加疗效,但注意不要使眼膏管口直接接触眼或眼睑。接着眨眼数次,力使眼膏分布均匀,再闭眼休息2分钟。需要注意,多次打开或连续使用超过1个月的眼膏不要再。

广西医科大学主任医师 吕斌

药物也有“保鲜期”

我们都知道水果、蔬菜要趁新鲜时吃,这时口感好、营养足。其实,药物也有“保鲜期”,最好趁着“新鲜”时用,否则即使没到保质期,效果也可能会减弱。

药品包装盒上的保质期是指在密封状态下,按说明书要求保存的最长时限。一旦拆开密封包装,药物与光、空气接触,可能会产生化学反应。另外,如果在使用过程中对药品造成了污染,就不能再按照包装盒上标明的保质期限来使用了。以下几种药物大家要特别注意其“保鲜期”及保质期。

眼药水 眼药水开封后,滴眼时可能会接触睫毛或眼睑;如果将滴眼液滴头朝下放置,容易导致瓶口液体污染,这些情况都会使药物的保质期缩短。眼药水如果有絮状沉淀,则不宜再使用。此外,眼药水对无菌的要求较高,如果开封后30天内用不完,即使肉眼看不到变质,也不建议再使用。

药膏 室温下一般可以保存2个月,如果出现溶化、酸败、出水等情况,不宜再用。

糖浆 开启后的糖浆一般在室温下可保存1-3个月。如果出现分层、沉淀,说明已经过了“保鲜期”,快过保质期了。如果沉淀摇匀后不溶解或出现异味,最好就不要再用了。

颗粒剂或粉剂 开封后最好在1个月内用完,如果出现软化、结块、潮解等现象,就不宜再用。

怕热的药 中老年人常备的“救命药”硝酸甘油,遇热、见光易分解,不可贴身放,一旦开封,有效期就不再是1-2年,而是3-6个月。

如果药品开封后无法在短时间内用完,建议最好在包装上注明开封时间,以便下次使用时知道是否过期。此外,如果发现药物发生上述可疑变化,即使仍在所标明的保质期内,也不建议使用。

滕海静

七厘散新用

七厘散由血竭、儿茶、乳香(制)、没药(制)、红花、朱砂、冰片、麝香组成,是治疗跌打损伤的老牌中成药。有活血化瘀、消肿止痛之功效,适用于外伤血瘀肿痛、外伤出血、扭伤等。现代药理研究证实,七厘散具有止血、止痛、抑菌、扩张血管、抗血栓等作用。近年来临床实践发现它还有如下新用途。

带状疱疹 用七厘散1.2克,温开水送服,每日1次。一般服药后1-2天疼痛即可减轻,4-6天水疱变干痂脱落,且无神经痛等后遗症。

中耳炎 先将外耳道分泌物揩净,再将少量七厘散装入吹管内,吹入患耳内,每日1次,一般连用3-4次可愈。

肌注后局部硬结 七厘散(剂量依患处大小而定)加白酒适量调为糊状,外敷患处,每日换药1次,连用5-7天。

风湿性关节炎 取七厘散2克,温黄酒送服,每日2次,5天为1疗程,可连服3-4个疗程。

慢性咽炎 七厘散0.3克,口服。另用半支喷咽后壁,每日2次,连用1个月。

乳腺增生 七厘散1.2克用温开水送服,每天1次,配合骨质宁搽剂局部外用,一般7天后乳房疼痛减轻,3-4周后肿块软化消失。

痔疮 先用高锰酸钾溶液温洗患处,然后取七厘散3克与京万红痔疮膏5克混匀,涂于肛门痔患处,每晚涂药1次,可连用2-4周。用药期间忌饮酒服辛辣食物。山东莱州市慢性病防治院 郭旭光

心痛定能缓解肠痉挛

刘大妈年逾六旬,多年前便患有冠心病、心绞痛和胆结石。近日,刘大妈因急性胃肠炎、腹痛住进了医院,医生说要在抗感染的基础上使用解痉药。然而,刘大妈患有心血管病,解痉药如阿托品、颠茄等会引起心跳加快和加重心脏负担;为此,医生便给她用了心痛定,刘大妈嚼服心痛定后不久腹痛症状便得以缓解。

医生指出,有许多因素可引起肠道平滑肌痉挛而突发剧烈腹痛,多数为病理性因素,如急性胃肠炎、胆道炎症、消化性溃疡等,少数为生理性因素,如吸入冷空气过多,腹部受凉、药物因素等。阿托品、颠茄是解除肠痉挛的一线治疗药物;然而,阿托品、颠茄在发挥解痉

作用的同时可兴奋心交感神经,导致心率增快,加重心脏负担,对合并心血管病的肠痉挛患者可诱发心绞痛或引起心律失常。在这种情况下,可考虑将心痛定作为替代解痉药来用。

心痛定即硝苯地平,系第一代钙拮抗剂,主要通过扩张冠状动脉和周围血管,降低后负荷,并有负性肌力和负性传导作用,从而被主要用于控制高血压,缓解心绞痛。由于心痛定能够阻止钙离子进入胃肠道平滑肌,降低平滑肌细胞内的钙浓度,从而具有缓解胃肠道平滑肌痉挛的效果,故而当患者禁忌使用阿托品或颠茄时,可用心痛定替代治疗。

陕西省宝鸡职业技术学院 副主任医师 韩咏霞

服布洛芬 半小时后再运动

43岁的文奕是位中学教师,患有肩周炎和轻微胃炎。肩周炎疼得厉害的时候会自服布洛芬消炎镇痛,他还听说,肩周炎平时要多运动。前日傍晚,他未吃晚饭便吃了2粒布洛芬片就出门搞锻炼。结果胃部疼得厉害,不得不终止运动上医院,医生说服用布洛芬不能空腹,更不能马上进行剧烈运动。

布洛芬能抗炎、解热、镇痛,用于头痛、牙痛、关节痛、肌肉痛等慢性钝痛。一般服用布洛芬后半小时到1小时开始起效。这段时间内,布洛芬在胃肠内溶解吸收,再由血液循环输送到全身各处,需要一定量的血液参与循环。

如果服药后半小时内就进行打球等剧烈运动,血液大量流向



运动部位,使胃肠内血流变少,输送药物的血液减少,药物吸收缓慢或不彻底,会让药效变差。同时,布洛芬对胃肠有一定刺激,空腹、服药后马上运动以及以往有胃炎、胃溃疡病史的人都可能加重胃肠道反应。

因此,建议服用布洛芬半小时到1小时后再进行较为剧烈的运动。

胡佑志

友情提醒
敬请在医生指导下用药