

防暑祛暑药 选对才有效

目前药店比较“主流”的防暑药主要有人丹、藿香正气系列(水、丸、胶囊)、十滴水、风油精等。尽管防暑药的种类不算太多,但却不是每个人都能用得准、用得对。防暑药只有用得对症才能发挥疗效,而且有些药婴幼儿、孕妇有禁忌,要慎用。

中暑头晕用人丹 人丹的主要成分是薄荷冰、滑石、丁香、木香、小茴香等,具有清热解暑、避秽止呕的功效,主要用于因高温引起的头痛、头晕、恶心、腹痛、水土不服等病症。中暑的人体温会升高,暑邪伤津耗气,所以人们会感到口渴、乏力,还会有头昏、注意力不集中、动作不协调等症状。这种情况多见于在持续高温天气下进行长时间户外活动的人,用人丹有效。需要注意的是,在服用人丹期间,不宜同时服用滋补性中药,儿童、孕妇、年老体虚以及冠心病、糖尿病等慢性病患者应在医生的指导下用药。

脾胃不适服藿香 当气温高、湿度大、人体疲劳体虚时,

暑湿容易侵犯脾胃,影响脾胃的消化运转功能,人们常感到头痛胸闷、浑身酸沉、胃口不好,甚至上吐下泻。藿香正气家族具有解表化湿、理气和中的作用,主要用来治疗暑湿所致的中暑、感冒和肠胃疾病等。由于藿香正气水药效较强,小儿和年老体虚者应在医生指导下服用。还要注意的是,酒精过敏者及驾驶员应慎用藿香正气水,可选择藿香正气的其他剂型。

中暑腹痛用十滴水 十滴水是由大黄、辣椒、小茴香、樟脑、薄荷油、桂皮、干姜等经加工提取而成,具有健脾、驱风清凉等功效。对于中暑所致的头晕、恶心、腹痛、胃肠不适等症有良效。近几年来临床应用发

现,十滴水外用还可治疗痱子。

风油精不治中暑 风油精主要由薄荷脑、丁香、樟脑等组成,有清凉、止痛、祛风、止痒的功效,可用于蚊虫叮咬,伤风感冒及其引起的头痛、头晕等。涂抹风油精虽然可以给人清凉的感觉,对中暑症状起到一定的缓解作用,但并没有多少实际功效。

需要注意的是,风油精中的樟脑等成分,具有挥发和渗透作用,会影响胎儿和新生儿安全,故孕妇和婴儿禁用。皮肤有烫伤、损伤、溃疡、外擦后皮肤出现皮疹和瘙痒者也应及时停用。

山东省平阴县卫生局
副主任医师 朱本浩



迷走神经刺激术 难治性癫痫的“电子药物”

今年刚满20岁的林波是一位湖南娄底的难治性癫痫患者。从林波9岁第一次癫痫发作开始,癫痫就像个恶魔一样纠缠着这个家庭。刚开始,林波通过吃药还能够控制病情,但是半年后,癫痫再次发作,药物控制不再理想。近一年来更是反复发作,每天至少三到五次,便慕名来到湖南省第二人民医院,找到该院神经外科卢军主任医师求助。

卢军检查后发现,小林颅内有多处癫痫灶,难以进行病灶切除术,而药物治疗的效果又不理想。多番思索,卢军决定给小林实施目前国内最先进迷走神经刺激术。术后,患者各项指标恢复良好,癫痫发作次数较前明显减少,而且每次发作时间显著缩短。

迷走神经刺激术是目前难治性癫痫新疗法,也可以称其为治疗癫痫的“电子药物”,该方法不用开颅,以安全、简单、损伤小、副作用少等优点在国外获得广泛使用,是一种可逆的、体外无线程控的治疗方法,对于药物不能控制,又无法手术切除的难治性癫痫起到了积极的治疗作用,效果随时间延长会越来越越好。一般来说,第5年、第6年为效果最好的时候。

且国外大宗病例统计结果表明,迷走神经刺激术后24个月,癫痫发作次数平均减少50%左右,10%的患者发作完全停止;17%的患者发作次数减少90%以上;通过迷走神经刺激术治疗,大多数病人效果还是比较明显,有好多患者在情绪及智力方面也得到较好的改善。

需要注意的是,这类手术并不适用所有癫痫患者,存在进行性神经系统疾患、精神疾病、心律不齐、消化性溃疡或全身状况不佳者不适宜这种手术方法。

徐珊

复发念珠菌阴道炎 加用乳酸杆菌疗效佳

念珠菌阴道炎的发生除了与白色念珠菌感染有关之外,还与阴道内糖原增多,pH值降低密切相关。研究表明,当阴道内pH值降低时,可以从两个方面促进炎症的发生:一是抑制乳酸杆菌生长,削弱阴道的自洁作用;二是造成阴道微生态失衡,有利于白色念珠菌的繁殖速度加快。因此,当女性因外阴瘙痒、灼痛,或伴尿频、尿急、尿痛等症状而就诊,诊断为念珠菌阴道炎时,不仅要及时停用广谱抗生素、雌激素、糖皮质激素等药物,给予抗真菌药口服或局部治疗,还要注意改善阴道内环境,加用乳酸杆菌活菌制剂,以缩短病程。

临床医生用乳酸杆菌配合抗真菌药对有复发倾向的念珠菌阴道炎进行观察治疗,以增强阴道自洁作用,促进阴道生态恢复平衡状态,取得了可靠疗效,并发现停药后的复发率明显下降,故而主张应用这种辅治方法治疗具有复发倾向的念珠菌阴道炎。

用药方案为:对明确诊断为念珠菌阴道炎的病例,先用抗真菌药,如氟康唑150毫克,每日1次口服,疗程7-10天,并在每晚睡前置放克霉唑阴道片1粒于阴道深部,每3晚1次,连用3次。而后用乳酸杆菌阴道胶囊2粒,每晚1次,连用7天。治疗期间避免盆浴和性生活。

陕西省宝鸡职业技术学院
副主任医师 韩咏霞

滴眼药水 一次一滴足够

当出现眼部细菌感染、视力疲劳等情况时,滴眼药水是人们最常用的处理方式之一。要提醒的是,滴眼药水也有技术可讲,正确步骤如下:

第一步,将手洗干净,然后将眼药水从冰箱内取出(眼药水一般应放置在4℃的冰箱内保存)。

第二步,检查药液是否有过期、沉淀、变色、异味,若发现变质,则不可使用。在使用沉淀性药物时,应振荡摇匀后再用。

第三步,取坐位或仰卧位,头稍向后仰,用左手拇指和食指轻轻分开上下眼睑,眼睛向上看,右手持眼药水,将药液滴入眼睑1至2滴后,再将上眼睑轻轻提起,使药液充分分布于结膜囊内。

第四步,闭眼1至2分钟,闭目养神可以增加药水与眼球接触的时间,具有促进药效的功

能。切勿用力闭眼,以防将药液挤出。眼皮眨动会增加药水排泄的速度,每眨动眼皮一次,约有2微升的药水经由鼻泪管排泄掉。

特别提醒,当使用二种以上的眼药水时,务必将药品标明名称、浓度、剂量。使用时要严格查对药名,以防差错发生。在使用两种或两种以上的药物同时滴一只眼时,每种药液使用时间要间隔5分钟以上。另外,滴眼药时还应注意不要直接将药液滴在角膜上(黑眼球上)。因为药液刺激角膜后,眨眼次数增多,会使药液外流而降低疗效。药水一次点一滴就够了。眼药水一滴的量约30微升(25-35微升),结膜囊内可贮存的容量平常只有7微升,点药水时最多也只能增加至30微升,一次点好几滴只是徒然浪费而已。

湖南中医药大学第一附属医院
眼科主任医师 张健

■用药误区

老年人易被药物性肝病盯上

黄阿姨今年70多岁,身体比较虚弱,经常感到四肢无力、胸闷。前不久在推销员的介绍下买了几盒膏方服用,起初一两天的确感到有点精神,但后来不但没感到精神好转,还越来越不舒服。吃了一个月后,她明显感到全身没有力气,还厌食。在子女的劝说下,黄阿姨到医院做了检查,她的转氨酶指标达到了800多,高出常人20倍,医生诊断黄阿姨患上了药物性肝病。

药物性肝损伤,发病率仅次于

病毒性肝炎和脂肪肝。其临床表现缺乏特异性,与病毒、酒精等引起的肝损害无明显区别,如果是在原有肝脏疾病的基础上发生,易被原发病掩盖,常常被忽视或误诊。多数患者会出现乏力、食欲减退、恶心、口苦吐、上腹部不适、尿色变黄,少数病人也可出现发热、皮疹、或关节痛、嗜酸性粒细胞增多等过敏表现,有些患者还会出现肝外器官损伤的表现。病情严重者甚至出现急性或亚急性肝衰竭。

老年人发生药物性肝病还有迟发性、隐蔽性的特点。老年人由于胃酸分泌减少,以致药物延迟吸收,有时可能在用药的过程中没有发生肝损伤,但可能在停药一到两个月、甚至90天后才发生肝损伤,需要提高警惕性。患者在服药时,一旦出现乏力、恶心、呕吐、厌食、黄疸、发热等情况时,应尽快就诊,如果考虑与药物相关,立即停用可疑药物。

广西医科大学教授 黎淑贞