

糖尿病合并心血管病首选阿卡波糖

阿卡波糖是一种 α -糖苷酶抑制剂,通过抑制 α 葡萄糖苷酶,减少对食物多糖的分解,从而延缓葡萄糖在肠道的吸收而降低餐后血糖。另外,阿卡波糖在降低餐后血糖的同时还具有延缓动脉粥样硬化,改善血管内皮及降低患者氧化应激的临床效应。

因此,医学专家说,阿卡波糖对降低糖尿病合并心血管病患者的血管事件及死亡风险具有重要意义,应将其作为糖尿病合并心血管病的首选降糖药之一。

阿卡波糖又称为拜糖平、卡博平,有片剂或胶囊两种剂型,均为口服药,一般是从小剂量开始,以减少胃肠道不适反应。

初起剂量为每次 50 毫克,每日 3 次,而后可根据实际情况增加剂量,最多可达每次 100 毫克,每日三次。需要注意的第一个问题是应在吃饭时服药,否则就失去了治疗作用。

第二个需要注意的问题是在用药过程中应防范低血糖,若与其他降糖药联合应用,其剂量不可大,使用初始剂量即可。一旦出现低血糖应立即补充口服葡萄糖或其他含糖食物及含糖饮料。

最后,应注意避免与抗酸药或消化酶制剂同时服用。

韩咏霞

药品储备 如何免受环境影响

很多人都喜欢在家储备一些必备药品,应该注意如下情况:

■气雾剂装有抛射剂,且具有一定的压力,一旦受热、受撞击后易发生爆炸。因此,应存放阴凉处,避免受热和日光直射,携带外出时注意防止挤压和撞击。

■有些药要低温保存,应置入冰箱冷藏,温度以 2—10℃ 为宜,如胰岛素、人血白蛋白、丙种球蛋白、乙肝疫苗等。

■甘油栓、痔疮栓、洗必泰栓、小儿退热栓等应置于低温 2—15℃ 处贮存,否则易受热而变形影响使用。

■胃舒平、碳酸氢钠、颠茄片、安络血片、苯妥英钠片、酵母片、阿斯匹林、硫酸亚铁等受潮易变质,应放置干燥处。高文艳

家庭用药

生活中感冒发烧最不舒服的就是鼻子堵塞,对于有鼻炎、鼻窦炎的病人来说,一变天就容易发病,首当其冲的也是鼻子堵塞,不仅影响呼吸,晚上还睡不好。很多人习惯到药店去买一瓶滴鼻液用,滴上几滴,鼻子通了就舒服多了。湘雅医院耳鼻喉科蒋卫红副教授告诫,通畅鼻腔的滴鼻液一定要慎用,日常生活中最好不要用,如果要用的话原则上不超过 3 天,最长不要超过 1 周。

通畅鼻腔的滴鼻液主要是指血管收缩剂,这类药适用于急性鼻炎、鼻窦炎以及慢性鼻炎、鼻窦炎急性发作和外伤以后鼻黏膜引起的暂时难以控制的鼻塞。对于有高血压、冠心病、萎缩性鼻炎的患者是禁忌使用的,因为麻黄素升高血压的作用,可能会加重病情,血管收缩剂往往使萎缩性鼻炎鼻腔更干。

小儿鼻塞时原则上不用血管收缩剂的滴鼻液,因为小儿

血管本身还未发育好,粘膜脆弱,更容易引起药物性鼻炎,孩子有通气障碍时,可以用 5% 的盐水滴鼻,如果鼻塞症状严重,也需要把 1% 的盐酸麻黄素滴鼻液稀释成 0.1% 到 0.5%,以减轻副作用。

血管收缩剂最大的副作用是反复收缩鼻腔血管,鼻腔内粘膜或纤毛的弹性下降,同时它还有一定的依赖性。如同头痛吃止痛片一样,鼻塞用通鼻液也最好只是在应急时用一点。

还有人认为中成药类的滴鼻液没有副作用,更安全,其实不然。一些中成药类的滴鼻液如鼻通,里面同样含有麻黄素成分,都应慎重使用。

滴药时不要站着,直接往鼻腔里滴药,这样很容易进入口腔,正确的滴鼻的方法是,人躺平,头悬空,尽可能后仰,左边鼻腔堵塞就把头向左偏,沿鼻外侧缓缓滴入,让药物在鼻腔内保留 2 分钟左右。

谢明霞

胎心仪使用须知

家用器械

胎儿家庭监护可以通过胎心仪测胎心音从而在家准确监控宝宝的安全,以防止胎儿缺氧、宫内窘迫及脐带绕颈等异常现象。

胎心率变化三个时段最为明显:

- 1、孕妇起床后 30 分钟内;
 - 2、孕妇中餐后 60 分钟内;
 - 3、晚上临睡前 30 分钟内;
- 每天早中晚在此时段检测胎心率,较能反映胎儿的健康状况。

与胎心音区别的几种声音:

- A、脐带杂音:是一种单音,速率与胎心相同,约 15% 的孕妇能听到。
- B、子宫杂音:声音的速率与孕妇的脉搏速度相同。
- C、腹主动脉音:动脉血

管音似敲鼓一样的“咯咯”作响,速率亦与孕妇脉搏相同。

D、胎动音:一种没有一定规律的杂音,而且部位多变化,时有时无。

如何寻找胎儿的位置:

胎儿小于五个月时,听胎心位置通常在脐下,腹中线的两侧。这时由于胎儿相对较小,在腹中姿势变化的比较频繁,胎心位置也容易改变。

胎儿 6—8 个月时,胎心的位置会上移。由于胎动通常是胎儿手脚在动,所以右面感到胎动频繁时,胎心一般在左面;左面感到胎动频繁时,胎心一般在右面。头位时胎心在脐下,臀位时胎心在脐上。

妊娠晚期时,胎位基本固



定。一般是头位时胎心在脐下。臀位时要在比较高的位置听,胎心在脐上。

使用胎心仪的注意事项:

- 1、胎心音如钟表的“滴答”声,速度较快。每次监听以 1 分钟为计算单位,正常每分钟 120—160 次,过快或过慢均属不正常,尤其减慢表示胎儿缺氧严重,需迅速到医院诊治。
- 2、不涂抹藕合剂对胎儿不会有影响,但是不能听见准确的胎心,效果就很差了。

王莹黎

用药误区

选择适合你的安眠药

入睡难,用短效安眠药:理想的安眠药物应具有如下的特点,迅速诱导入睡,不妨碍自然睡眠结构,白天无残留作用,不影响记忆功能等。短效类安眠药,如非安定类催眠药(包括唑吡坦、佐匹克隆、扎来普隆等)。这类药物通常在夜间上床后 30 分钟仍不能入睡、正常起床前 5 个小时醒来后无法再次入睡时才使用,一般服用后 15—30 分钟生效,可维持达 4—5 个小时,每次吃半片到 1 片即可。

非安定类催眠药在镇静催眠的同时,无抗焦虑、肌肉松弛和抗痉挛等作用,长期服用不易产生耐药,白天也没有残留作用,因此,不影响正常睡眠结构,对精神运动与认知功能没有损害,也不易引起反跳性失眠。

醒得早,服长效安眠药:从夜里入睡到次日清晨在大家该起床的这段时间内醒来都算是“早醒”。最常见的是在凌晨 2 点到 4 点醒来后就再也睡不着。

此类失眠适合服用中效或长

效类药物,如硝基安定、氯硝安定、氟西泮等,作用持续长达 10 余小时,甚至 20 小时以上,所以可延长睡眠时间直到正常醒来,这类药物服用后 15—30 分钟生效,因此,要在睡觉前半小时左右服用,比如大家开始洗漱时就应该开始服药了。每天晚上吃 1 片即可。

这类药物服用后常有延续效应,服药后的第二天容易出现头晕、困乏、思睡等,因此,患者第二天最好不要驾车、操作机器等。周向前

前列腺疾病是男性多发病、高发病,呈年轻化发展趋势,最新国际医学专家预言:二十一世纪前列腺疾病将成为威胁人类健康的第三大杀手。主要包括:前列腺增生、肥大、钙化、囊肿、细菌感染引起的尿频、尿急、尿等待、尿不尽、尿细、尿分叉、夜尿多、遗尿、小腹坠胀、阴囊潮湿、性功能减退等。

艾可前列宝告别前列腺炎

本上解决了药物的渗透问题,前列腺体有一层油脂性包膜,一般药物很难渗透进去,艾可前列宝是纳米油脂分子、活性碳物质吸附性很强,可 24 小时游离在前列腺体周围不断被吸收;③它是目前国际上通过中药治疗,能改变前列腺形态和大小的药物,让增生或钙化的前列腺组织溶解,使肥大的腺泡缩小到正常程度;④具有修复前列腺负电荷屏障的特殊功能。最新医学研究表明,男性在排尿和生殖器勃起的过程中,前列腺体会产生负电荷屏障,随着病情的发展负电荷屏障功能逐渐衰弱,通过药物对肾脏脚脏的组合治疗,负电荷屏障可以修复,就像蓄电池完成充电一样。

夜 4—6 次,严重的时候出现尿潴留,曾 3 次插尿管住进医院,老人感觉苦不堪言。后来老人通过报纸看到了这一新成果的报道,抱着试一试的想法,定购了一个疗程的【艾可前列宝胶囊】,服药 10 天后排尿开始顺畅了,一个月左右生殖器出现了久违的“晨勃”现象,三个月以后到医院做 B 超,前列腺大小奇迹般由原来的 5.8x5.3x4.6cm 变为 4.4x3.6x2.6cm 了,老人感慨地说,【艾可前列宝胶囊】太神奇了,没想到前列腺真的能神奇逆转,我的前列腺至少年轻了 20 岁啊。

目前,社会上治疗前列腺病的药品宣传广告繁多,令人眼花缭乱,患者颇有无从选择的迷惘,为使广大前列腺患者少走弯路,早日摆脱前列腺疾病的痛苦,中国医学学会积极贯彻执行上级机关文件精神,携手国家邮政总局和中国消费者协会等单位,即日起打造“放心药品万里

行”工程,隆重推出“迎新年,送健康”大型关爱活动。惊喜连连:凡在活动期间购买【艾可前列宝胶囊】价格优惠 20%,同时买二赠一。签约治疗:购药发放【疗效保障服务卡】,服药 7 日内无效可办理退药手续;凡服用一个疗程未痊愈或停药五年内复发,一律免费提供药物继续治疗直至康复。

专家咨询:010-51652026

全国免费订购:400-675-1718

地址:北京市延庆东关 275 号院(中国医学学会前列腺病研究院) 详情登陆:www.akqbl010.com