

■家庭用药



# 服药前后 不宜吃水果

有关研究表明,水果中含有的某些化合物、矿物质及生物酶等,可以与许多药物成分产生化学反应,从而使药物的应有作用发生改变。为了不影响药物的应有作用,以及尽可能避免药物不良反应的发生,在服药前后1小时左右,建议不要吃水果。

这是因为,某些水果含有一种鞣质成分,这在青涩的水果(如未熟透的柿子、苹果、杏子等)中存在较多,尽管这些物质是天然的植物成分,但它很容易与药物发生化学反应,造成药物在人体内集聚沉淀,溶解度变小,阻碍有效成分的吸收,于是导致药效的下降。

其次,大多数水果中含有的柠檬酸和苹果酸等有机酸(尤其是没有熟透的水果含量更多),它们会改变肠道里的酸碱环境。一些对酸碱敏感的药物,比如口服抗生素类药物(常见的如阿莫西林、阿奇霉素、先锋霉素等),在服用时又同时吃酸性较大的水果(如山楂、桔

子、葡萄等),就会影响到药物的正常吸收,从而使疗效降低。特别是对氢氧化铝、碳酸氢钠、三硅酸镁、碳酸钙等碱性药物,就可能会导致药物部分或完全失效。

第三,有些水果含有较多的金属离子,如钙、镁离子等,这些离子会和部分药物形成难以溶解的复合物,也会妨碍药物有效成分的正常吸收而影响疗效,尤其对常用的吡哌酸、氟哌酸(诺氟沙星)、环丙沙星等喹诺酮类药物影响较大。

再者,水果中还有些成分会干扰人体内的代谢酶,使药物代谢酶活力下降,药物浓度会在体内升高,产生或加重不良反应。此外,磺胺类药物或解表类中药与水果同服,水果中的有机酸既可与磺胺类药物形成结晶,易导致尿路结石的发生(危害泌尿系统健康),又会使解表类中药的发汗解表作用减弱,于是疗效大大降低。

陈日益

## 阿奇霉素参与三联组合 治幽门螺杆菌疗效好

阿奇霉素是第2代大环内酯类抗菌素,对革兰阳性细菌和阴性细菌都有杀灭作用,通常用于消化系统感染性疾病、泌尿生殖系统感染性疾病与混合感染的治疗。近年随着阿奇霉素临床应用范围的扩大,发现其与阿莫西林、奥美拉唑构成的三联组合,具有良好的根除幽门螺杆菌(Hp)疗效。

阿奇霉素参与的三联组合用药方法为:对Hp阳性的消化性溃疡患者,在加强饮食调节的基础上,按10毫克每千克体重(mg/kg)计算阿奇霉素用药量,每日1次口服,用药3日;按40~50mg/kg计算阿莫西林用药量,分为3次口服,用药1周;按0.6mg/kg计算奥美拉唑用药量,每日1次,清晨起床后一次性口服,用药2周。达到根除目的后继续用奥美拉唑,或改用雷尼替丁以巩固疗效,总疗程为3~4个月。

阿奇霉素参与的三联组合具有良好疗效,经过一个疗程的用药,Hp转阴率和溃疡愈合率均达90%,总疗效在各三联组合中列在高疗效范围。由于阿奇霉素用药次数少,因而不良反应少,仅有极个别患者可能出现头晕、便秘、食欲减退等症状,且停药后可自行缓解。

陕西省宝鸡职业技术学院  
副主任医师 韩咏霞

## 吗丁啉 应小剂量、短时间服用

在出现胃部不适时,人们常常会想到一种常见的非处方药物多潘立酮(商品名:吗丁啉)。目前在国内多潘立酮主要以混悬液及片剂的形式作为胃肠促动力类非处方药物使用,其适应症为消化不良、腹胀、恶心、嗝气、恶心、呕吐、腹部胀痛。

多潘立酮主要的不良反应为偶见轻度腹部痉挛、口干、皮疹、头痛、腹泻、神经过敏、倦怠、嗜睡、头晕等;有时导致血清泌乳素水平升高、溢乳、男子乳房女性化等,但停药后即可恢复正常。近年来,随着欧盟对多潘立酮使用的进一步研究发现,其使用剂量的增加与疗程的延长,可能会导致一系列的心脏副作用,主要包括QT间期延长和心律失常。

鉴于该药导致的心脏副作用,欧盟成员国人类用药互认和分散程序协调小组经过投票后,多数支持多潘立酮类药物用于缓解恶心和呕吐症状,但对于成人及体重35千克以上的青少年,推荐剂量应该相应降低至10毫克,口服,一日最多3次;允许用于儿童及体重在35千克以下的青少年患者的产品应该通过口服给药,剂量为0.25毫克每千克体重,一日最多3次,液体制剂应该提供量杯以便根据体重保证精确的用药量。同时,这类药物常规使用不应超过1周。不应允许多潘立酮继续用于治疗诸如腹胀或烧心在内的其它症状。

就国内而言,多潘立酮仍然作为非处方类OTC类药物使用。然而鉴于欧盟将对于多潘立酮的限制使用,国内患者应当知道该药物可能会产生心脏相关的不良反应,如导致部分患者心律失常;且在大剂量或长时间应用时副作用最大。因此,此药物仅应在治疗恶心和呕吐时小剂量应用,且疗程应控制在1周以内;成人推荐剂量为10毫克口服3日,或以栓剂的剂型30毫克2日。

上海瑞金医院药剂科  
副主任药师 石浩强

■用药误区

## 服黄连素“四不可取”

黄连素是从黄连、黄柏、三棵针等数十种中药中提取的一种生物碱,又称小檗碱,对痢疾杆菌、肺炎双球菌、金黄色葡萄球菌、链球菌、伤寒杆菌及阿米巴原虫有抑制作用,同时还具有收敛、减少肠液分泌的作用,因此广泛用于治疗急性肠炎、胃肠炎、菌痢等,由于其疗效高,副作用少,而倍受医生及患者的青睐,但在服用时要注意以下几点。

**见泻就用不可取** 腹泻可分为感染性和非感染性腹泻两类,而感染性腹泻又有细菌感染和病毒感染之分。黄连素只适用于细菌感染的腹泻,而对其它原因导致的腹泻,黄连素是没有作用的,因此不要一见腹泻就用黄连素。

**预防用药不可取** 有的人每到腹泻高发季节,会经常服用黄连素预防腹泻,这样做不但不会预防腹泻,这会使人体产生耐药性,抑制肠道正常菌群的活性,使肠道菌群失调,产生一系列并发症。

**用茶送服不可取** 有些人喜欢喝茶,于是就用茶水送服黄连素,这样做是错误的,

因为黄连素口服后,几乎不被胃肠道吸收,而是停留在肠道内,对抗致病的细菌,茶水中含有鞣质,鞣质会在人体内分解成鞣酸,鞣酸会沉淀黄连素中的生物碱,使其药效降低,所以既不能用茶水送服黄连素,也不能在吃药前后的2小时内饮茶。

**长期服用不可取** 黄连素的不良反应较少,但也会出现恶心、呕吐、皮疹和药热等不良反应,且长期服用会导致B族维生素吸收障碍,从而引发周围神经炎,因此不要长期服用黄连素。有些必须长期服用黄连素的,一定要在医生指导下服用。

河北省河间市人民医院 程怀孟

## 两种地黄丸 使用有区别

中成药六味地黄丸,很多人认为它能补肾,将其当成保健品长期用,继而把它的兄弟“八味地黄丸”也一样使用。虽然二者都能“补肾”,但用处不同。

六味地黄丸由熟地、山茱萸、山药、泽泻、丹皮、茯苓6味中药组成,多用于肾阴虚者,在中青年人中多见,表现为腰膝酸软、失眠、心烦等。

八味地黄丸是在前者的基础上加肉桂、附子而成,是在补阴的基础上加补阳的药物,意在阴中求阳。它一般用于肾阳虚者,肾阳虚多发于年龄稍长的人群,表现为手脚发凉、面色黄白、怕冷等。

需要提醒的是,无论哪种地黄丸,都不建议当成常规保健品吃。首先,它们可能影响消化功能,脾胃功能弱者应慎吃。其次,到底是哪种肾虚,需要由医生判断。

上海市第一人民医院中医内科  
主任医师 周萍

