

使用甲氨蝶呤,这些事项要注意

朋友一直有风湿关节炎,备受困扰,这段时间又有关节肿胀的情况,在去就医时,医生开具了甲氨蝶呤等药物,果然有所好转。“这个甲氨蝶呤还真有用,能不能多吃点?”是药三分毒,虽然甲氨蝶呤在抗肿瘤、风湿免疫、皮肤病治疗等方面都有着很好效果,但甲氨蝶呤并非适用所有人,其在用量、用法上有很多注意事项,需要在医生指导下正确用药。

甲氨蝶呤怎么服用?

1. 服用方式 甲氨蝶呤有很多服用方式,比如口服、静脉注射、局部用药、肌肉注射等。因为口服比较简单、易操作,且对比其他用药方式来说,吸收的药效也不会降低,因此对于很多患者来说,还是优先选择口服比较好。但若是对服药见效时间有要求,可在医生指导下选择服药方式。

2. 服用剂量 一般是小剂量口服,每周一次,每次 10~20 毫克,目前市场上的甲氨蝶呤一片基本上都是 2.5 毫克,因此按照医生指导,每次 4~8 片即可。在服药时整片吞服,不用再掰开、碾碎,饭后服用或者直接拌在饭里服用都可以。尽量选择每周的同一天服用,比如这周是周一服用,下周也应该是周一服用,确保用药间隔不低于 7 天,若是忘记服药,只要在后续的 48 小时内补服,其实效果也不会变差,后续随之调整用药时间。

3. 服用副作用 甲氨蝶呤是不能每天服用的,因为这种药很多时候被当作化疗药物服用,有一定副作用,

虽然治疗其他病的剂量还不足化疗剂量的 1/10,但是也需要注意。

4. 其他注意事项 甲氨蝶呤口服 60% 吸收,半衰期 2 小时,为避免出现明显的骨髓抑制和毒性作用,从小剂量开始逐渐递增,最大剂量不得超过每公斤体重 0.7 毫克,用前要多喝水。

怎么应对甲氨蝶呤副作用?

1. 血细胞降低 小剂量的甲氨蝶呤引发的骨髓抑制情况比较少见,但是一些肾功能不全或者对该类药物比较敏感的患者可能会出现异常反应,造成排泄减少,即使服用再小的剂量,也可能造成血小板、红细胞、白细胞的降低。比如白细胞降低,可以在医生指导下吃些维生素 B₄、利可君和鲨肝醇等药物,并需避免感染,若白细胞计数低于 3.0,并伴有感染、发热等情况,应立即停用抗甲状腺药物,防止粒细胞缺乏。

2. 肝损伤 一些对氨甲蝶呤敏感的患者,在服用药物后,会造成肝脏酶谱升高,但是停药后病情又会有所恢复,这种情况可以吃些保



肝药,如甘草酸二胺胶囊、联苯双酯滴丸等。若是在服药后,症状仍没有缓解,则需要在医生指导下停药或者减药。此外在生活中也要注意戒烟戒酒,尽量不要熬夜,饮食清淡营养,多吃富含优质蛋白食物,注意多喝热水。

3. 其他皮肤损害 在服用氨甲蝶呤后,可能会出现脱发、口腔溃疡等病症,这些症状都是可逆的,在停药后可以恢复。此外也可以口服叶酸,其作为维生素补剂,能减轻氨甲蝶呤副作用,可在服用氨甲蝶呤 24 小时后服用,效果较好。

哪些人不能用甲氨蝶呤?

1. 特殊期女性 指的是备孕、怀孕、哺乳期女性,通常情况下服用甲氨蝶呤,至少需要停药半年后才可以考虑备孕的,同时,在备孕前三个月还需要去医院咨询医生,

结合医嘱服用相关药物,有效预防胎儿畸形;怀孕期女性,禁用甲氨蝶呤,可能会造成流产、婴儿畸形,若是不小心服用,建议医院检查、停止妊娠;哺乳期,禁用,会让甲氨蝶呤随着母乳进入婴儿体内,损伤婴儿身体。

2. 弱势群体 主要指的是老人、小孩以及一些身体素质差、有基础病的人群,以老人来说,其身体各个器官在逐渐老化、衰竭,可能抵挡不住甲氨蝶呤的药效,因此患者年龄较大,医生是不会开具这种药物的;就小孩来说,需要在医生监视下服用药物,观看后续疗效,若是小孩本身所患病症可用其他药物来替代治疗,亦是不会选择这类药物;其他有基础病的或者身体素质差的,比如有免疫缺陷综合征、心肺肝肾功能不全等情况,不建议服用。

崇左市妇幼保健院 卢华梅

被鱼刺卡住怎么办?

逢年过节,大鱼大肉加上喝酒,发生鱼刺卡住的意外就多了起来。小鱼刺和浅部鱼刺还好办,但是深部的大鱼刺就可能损伤到重要器官甚至大血管,可谓十分危险。

被鱼刺卡住的危害性

有些人说,被鱼刺卡喉咙是小事,自己照镜子能看到,都能拿出来,不要贩卖焦虑。实则不然,我们的喉咙和食道很脆弱,虽然有自身分泌的粘液,大部分食物都可以很顺畅的吞咽下去,但是碰到比较尖锐的鱼刺就有可能卡住。

根据力学原理,一般刺入的地方都是咽喉、会厌等拐角处,再加上被鱼刺卡住后,人都会有不自主的吞咽反射,粗大鱼刺经常会刺入更深的地方,甚至完全穿过会厌和食道。因为会厌附近有比较重要的神经,比如说喉上神经和喉返神经,如果被鱼刺损伤或者水肿压迫,可以引起声音嘶哑和吞咽困难、进食呛咳。会厌再下去深点的地方就是食道了,食道旁边是气管、大血管和心脏,万一被鱼刺刺穿,大出血和严重的感染就可能危及生命。

被鱼刺卡住后的治疗方法

1. 一般来说,被鱼刺卡到,去



医院耳鼻喉科就诊,在喉镜的帮助下能取出卡在声门以上的鱼刺。如果是在卡得太深的地方,可以用胃镜来探查取刺,这些都是微创的方法,对身体影响很小。万一鱼刺完全刺入食道或者胃肠道,在做 X 线片及 CT 等影像学检查定位后,可以通过手术的方式取出鱼刺,避免出现严重的并发症。

2. 很多民间秘方比如喝醋、催吐、吞饭都不能使鱼刺排出。喝醋去除鱼刺这个办法之所以一直流传到了现在,是因为有很多人相信,醋能与骨头中的主要物质“钙”发生反应,让坚硬的鱼刺逐渐变得柔软,继而和醋一起流入胃内被消化。乍看之下,这种说法似乎有道理,醋酸的确可以软化钙质,但仔细想想,食用醋不能快速溶解鱼刺,喝几口咽下去更不可能溶解鱼刺,不

信可以把鱼刺放到醋里试试,看多久才能软化。能快速溶解鱼刺的是强酸,而鱼刺比喉咙和食道硬多了,一口喝下去,鱼刺还没软化,整个消化道都腐蚀了。另外,催吐和吞饭反而很可能让鱼刺扎得更深,万一刺破血管引起大出血就十分危险。而吞饭和吃菜在运气好的时候,能把刺得较浅鱼刺带到肚子里,但鱼刺也很可能穿破胃肠,引起更严重的胃肠穿孔和腹膜炎,更不划算。

3. 从专业角度来说,在家里万一不慎被鱼刺卡到,首要的是马上停止进食,避免进一步损伤。如果鱼刺并不大、位置比较浅,可以选择用力咳嗽排刺。这样做的目的是给鱼刺一个向外的反作用力,可能让鱼刺随着气流脱落出来。又或者是张开嘴巴,让家人用手电筒观察鱼刺卡住的位置,如果能直接看到

鱼刺,可以用镊子或筷子小心翼翼的将鱼刺取出来。上面两个方法都不能取出鱼刺的话就要及时来医院就诊。早期鱼刺插得不深,还是挺容易取的,取鱼刺的费用也不高。就算扎深了,医院也有很多方法取鱼刺,专业的问题交给专业人士做最好。另外,还需要注意,若是吞咽之后胸骨后部位疼痛,代表鱼刺进入至食管中,需要禁食及时前往医院诊治。应该注意,我们日常所采取大口干咽饭团方法,试图把鱼刺推压下去是不正确的。使用此种方法,对于细软的鱼刺可能会侥幸被带入至胃内,但是大且坚硬的鱼刺可能因此而越扎越深,甚至会对食管或者大血管刺破,因此严重后果。

避免鱼刺卡喉的方法

1. 在对鱼类选择时,可多选择鲳鱼及扒皮鱼等等类型的鱼,由于这些鱼类肉较多且刺较少,可以避免鱼刺卡住喉咙。

2. 在为小宝宝在制作鱼类的时候,应该先把已经处理完的鱼洗干净,之后取鱼腹部 100 克左右的肉,通过认真检查无鱼刺之后将其剁成鱼泥,之后加入少量的盐及细葱末均匀搅拌,然后再把已经拌好的鱼泥放入至瓷碗或者铁碗隔水内煮熟。

南宁市武鸣区中医医院 林昌荣