

■药师说药

流感“特效药”奥司他韦该怎么样用？

最近正值流感的高发时期，随着流感人数增多，抗流感药物的销量近期也持续增长，尤其是奥司他韦，被认为是治疗流感的“特效药”。那么，奥司他韦到底该怎么用呢？

奥司他韦的适应症

奥司他韦通过抑制神经氨酸酶，从而阻止了新生的流感病毒颗粒从受染细胞释出。主要用于1岁以上儿童和成人的甲型和乙型流感治疗，以及13岁以上青少年及成年人甲型和乙型流感的预防。

奥司他韦该怎么用

在流感症状开始的第一天或第二天（理想状态为36小时内）开始服用，即使发病时间超过48小时的重症患者，依然可以从抗病毒治疗中获益，建议遵医嘱使用。

1. 成人及13岁以上青少年：每次75毫克，每日2次，连共5天。

2. 1岁以上的儿童：体重15千克以下，每次30毫克，每日2次；体重15~23千克，每次45毫克，每日2次；体重23~40千克，每次60

毫克，每日2次；体重40千克以上，每次75毫克，每日2次。

抗病毒治疗疗程一般为5~7天，疗程结束后如果病情仍很严重、有病毒复制依据或有免疫抑制状态时，可考虑延长至10~14天。预防用药时，推荐口服剂量为75毫克，每日1次，至少7天。

服用奥司他韦的注意事项

1. 奥司他韦不能预防甲型或乙型病毒性流感病程中所发生的细菌感染性并发症。

2. 1岁以下儿童的安全性和有效性尚未确定，不能盲目服用。

3. 对于肾功能不全患者，需根据患者的肌酐清除率调整剂量。

4. 磷酸奥司他韦仅在用药时才具有对流感的预防作用。



5. 由于奥司他韦会抑制活病毒的复制，降低疫苗的疗效，应避免在服药前2周内或服药后48小时内接种减毒活流感疫苗。

6. 服用奥司他韦后可能出现恶心、呕吐、头痛、腹泻、全身疼痛等不良反应。如果出现严重反应，应立即停止服用并及时就医。

孕妇和哺乳期女性可以吃吗

奥司他韦为妊娠C类、哺乳期L2级药物，其相应的研究资料有限，妊娠期建议医师根据患者的病情、孕周等综合情况，充分权衡利弊后决定是否选用。哺乳期建议根据病毒的致病性和哺乳母亲的基本条件，综合考虑是否进行母乳喂养。

西安市人民医院药学部 杨蓓

维生素D可以这样补

维生素D是人体不可缺少的营养素，主要功能是促进钙和磷的吸收，从而维持骨骼的强度和健康。缺乏维生素D会导致一系列健康问题，如佝偻病、骨质疏松、免疫系统异常等。那么，人们该如何正确补充维生素D呢？

1. 晒太阳 人体皮肤在日光或紫外线的照射下，能够自行合成维生素D，这是补充维生素D的最自然、最经济的方式。建议

每天中午前后晒15~30分钟太阳，但需注意避免强光照射，以免晒伤皮肤。

2. 食物补充 尽管食物中维生素D的含量相对较少，但通过合理膳食，也能补充一定量的维生素D。富含维生素D的食物包括深海鱼类（如沙丁鱼、金枪鱼、三文鱼等）、动物肝脏（如猪肝、鸡肝、牛肝等）、蛋奶类（鸡蛋、鸭蛋、牛奶、酸奶

等）、蘑菇（在紫外线照射下会产生维生素D）、坚果、鲜枣、梨等。

3. 药物补充 对于维生素D缺乏较为严重的人群，可以通过口服维生素D制剂、AD滴剂、鱼肝油等来补充。需要注意的是，这些药物应在医生指导下服用，并定期监测维生素D水平，以避免过量摄入导致副作用。

湖南省直中医医院 内分泌科 陈丽

肩关节核磁造影 让“肩痛”诊断更精准

相信很多人都有过“肩膀痛”的经历，第一反应就是肩周炎。其实，肩膀痛并不一定是肩周炎引起，还可能是肩袖撕裂、肩峰撞击症、肩关节肱二头肌长头肌腱炎、肩关节盂唇损伤、钙化性肌腱炎、肩锁关节炎等。此外，颈椎病、项背筋膜炎、胸廓出口综合征等肩外疾病也可以引起肩膀痛。想要确诊到底是什么原因，可以做个肩关节核磁造影检查（MRA）。

什么是肩关节核磁造影检查

肩关节核磁造影是一种相对安全的检查方式，可显示关节内正常解剖结构及病理变化，能够提高关节疾病的敏感性和准确性，为关节内的各种病变提供更为可靠的诊断依据及术后评估。具体操作是先用针直接穿刺肩关节腔，然后向关节腔内注射对比剂，最后再接受MR检查。

目前，肩关节核磁造影在临

床应用非常广泛，主要有以下优势。首先，它可以随意控制关节囊的扩张程度；造影后进行SE T1WI扫描，关节液为高信号，与传统X线关节造影的对比类似；其次，脂肪抑制SE T1WI扫描，非常容易判断有无对比剂向关节外的外溢。

肩关节核磁造影检查的适应症

- 对于盂唇损伤，能判定撕裂有无及撕裂范围；
- 对于肩袖撕裂，能判定关节面撕裂及有无全层撕裂；
- 能提高软骨、盂肱韧带、肱二头肌长头腱、关节囊损伤的检出率；
- 能充分显示关节内游离体；
- 更直观评估肩袖损伤或脱位术后疗效，评估有无术后再损伤；
- 对肩周炎起到一定的扩张和治疗作用；
- 对于慢性肩痛但常规

MRI阴性者，可适用。

肩关节核磁造影的禁忌及注意事项

肩关节造影的绝对禁忌症包括急诊外伤骨折、活动期的关节及周围组织感染、软组织蜂窝织炎、皮肤开放性创口、反射性交感神经营养不良综合征；相对禁忌症包括对比剂过敏、凝血功能障碍和口服抗凝药物等。对于甲状腺功能亢进患者应谨慎使用含碘对比剂，但目前尚无少量对比剂直接注射入关节腔后引起甲状腺危象的报道，风险相对较低。

需要注意的是，当患者存在幽闭恐惧症、体内金属植入物或其他原因导致MRI无法顺利完成时，CT造影可以作为替代检查技术；肩关节造影检查对儿童的适用范围和禁忌症与成人相同；检查完48小时内，保持针口清洁，防止关节感染、出血；48小时内肩关节不过度运动及提重物，防止关节再次脱位。

株洲市中医伤科医院影像科
主治医师 袁婷丽

■药政速递

1月3日，国家药监局官网发布了关于注销颠茄磺苄啶片药品注册证书的公告，停止颠茄磺苄啶片在我国的生产、销售、使用，注销药品注册证书。颠茄磺苄啶片，也就是大众所熟知的“泻立停”，早年间更是凭借“泻立停泻立停，痢疾拉肚，一吃就停”的广告语深入人心。那么，该药为什么会被突然“喊停”呢？

据了解，该药为复方制剂，主要药效成分包括颠茄流浸膏、磺胺甲噁唑、甲氧苄啶等，可用于治疗痢疾杆菌引起的急慢性菌痢以及其他敏感致病菌引起的肠炎。其中的磺胺甲恶唑有抗菌作用，甲氧苄啶又可以增强前者的药效，而颠茄则用于缓解胃肠痉挛和腹痛。该药的优势就在于既有抗感染作用，又能缓解腹泻和胃肠痉挛的痛苦症状，再加上早年的宣传影响，曾在过去很长一段时期被广泛使用。

此次国家药监局之所以会对泻立停“喊停”，是因为根据《中华人民共和国药品管理法》第八十三条，“经评价，对疗效不确切、不良反应大或者因其他原因危害人体健康的药品，应当注销药品注册证书。已被注销药品注册证书的药品，不得生产或者进口、销售和使用。”

泻立停里所含的磺胺类和颠茄类成分，相对来讲，安全性不高，且不良反应也较多。如磺胺类成分，可引起包括过敏反应、消化系统不适、肝肾功能损伤、血液系统异常等多方面的副作用。目前，临幊上已经很少使用泻立停，现在使用较多的是蒙脱石散、黄连素等药品，相对来讲更加安全。其次，从细菌的耐药性角度而言，磺胺类药物使用多年，腹泻的常见病原菌如痢疾杆菌、大肠杆菌，对此类药物已经产生耐药性。因此，泻立停的普遍用药效果和优势也在减弱。

根据《公告》中的《颠茄磺苄啶片品种信息表》，此次共涉及80个品种被停止生产、销售、使用。另外，2024年12月2日，国家药监局还发布了关于注销颠茄磺苄啶片等58个药品注册证书的公告，其中，11个颠茄磺苄啶片被注销药品注册证书。

国家此次“喊停”泻立停，主要从全民健康的角度出发，因为腹泻的原因除了感染因素外，还包括饮食因素、药物副作用、肠道疾病、全身性疾病等，治疗上要具体原因具体分析，不可滥用抗菌药物。作为临床医生，在常见病、多发疾病的治疗上，要尽可能地避免使用潜在副作用较多的药物；作为患者，需要根据身体情况选择对症药物，避免盲目用药，以免对身体健康产生不良影响。

来源：人民日报健康客户端

泻立停因副作用较多被“喊停”

医生：目前临床已很少使用