

奥司他韦 VS 玛巴洛沙韦 流感“特效药”该怎么吃?

目前正值流感高发季,不少人纷纷中招,这时很多人会想:预防流感有特效药,我得赶紧用。但是,你们是否知道,玛巴洛沙韦和奥司他韦两种抗流感药物,如果用不对,效果可能大打折扣。下面我们就来聊聊这两位抗流感病毒“明星选手”到底该怎么用。



两种“特效药”有哪些区别

1. 玛巴洛沙韦

玛巴洛沙韦是“闪电侠”,特点是速战速决,整个疗程只需服药一次,比较方便。原则上适用于5岁以上的流感患者,但12岁以下要慎用。这是因为玛巴洛沙韦上市时间短,临床使用不多,副作用还在监测中,家长们千万不要因为它服用方便,就忽视它的副作用。

服用方法:体重<20千克,2毫克/千克;体重20~80千克者,一次性服用40毫克;体重超过80千克者,一次性服用80毫克。建议随餐或餐后服用(也可空腹),以减少胃肠道反应,避免与乳制品、钙强化饮料、含高价阳离子的泻药(如硫酸镁)、抗酸药(如铝碳酸镁、碳酸氢钠)或口服补充剂(如钙、铁、镁、硒或锌)同时服用。

2. 奥司他韦

奥司他韦是“持久战专家”,需要稳扎稳打,适用人群更广,可用于1岁以上的儿童,甚至14天的新生儿(在

医生、药师指导下服用),是目前主流医学推荐儿童流感首选的抗流感用药。

服用方法:2周龄~8月龄,每次3毫克/千克;9月龄~11月龄,每次3.5毫克/千克。1岁以上儿童按体重计:体重≤15千克,每次30毫克;体重15~23千克,每次45毫克;体重23~40千克,每次60毫克;体重>40千克及成人,每次75毫克。

用于治疗时,每天两次,连服5天;用于预防时,每天一次,连服7~10天。建议随餐或餐后服用(也可空腹),以减少恶心、呕吐等消化道反应。

奥司他韦是治疗与预防“双料能手”,在密切接触患者后48小时内服用,可起到一定的预防作用,这也是二者最大的区别之一。

用药时机很重要

无论选择哪位“战士”,都要遵循一个黄金法则——越早越好,即出现流感症状(如发烧、头痛、全身酸痛)48小时内开始用药。拖得越久,病毒复制得越多,药物效果就越差。

需要提醒的是,服用奥司他

韦一定要按正规疗程,连服5天,不能“见好就收”,否则容易导致病毒反弹或产生耐药性。

两种药物都能缩短病程、减轻症状、降低重症风险,但不会“药到病除”,身体恢复仍需要时间,多休息,免疫力才是打败病毒的最好武器。服用抗病毒药物是重要的补救措施,但流感疫苗才是预防流感最有效、最经济的手段,建议在每年流感高发季来临前接种流感疫苗。

颗粒、干混悬剂、胶囊该怎么选

奥司他韦颗粒剂、干混悬剂是儿童首选,可以精确按照体重计算剂量,用温水或甜饮料冲服,非常方便。胶囊剂适合能顺利吞咽的成人和大龄儿童,如果吞不下,可以打开胶囊,将药粉与一小勺巧克力酱、蜂蜜等甜味食物混合后服用。

玛巴洛沙韦有片剂和干混悬剂。如果片剂整片无法吞咽,可以捣碎成药粉与少量软食(如苹果酱)混合服用。儿童或吞咽困难者首选干混悬剂。

湖南省儿童医院药学部
主任药师 张海霞

肌骨超声:精准捕捉疼痛的“高清摄像头”

在针灸推拿康复科,经常听到患者这样问:“医生,我肩膀疼了几个月,到底是哪里出了问题?”“我这膝盖一活动就响,需要拍个片子吗?”过去,回答这些问题主要依靠医生的经验和X光、CT等影像检查。而现在有了一个更安全、更精准、更便捷的“透视眼”——肌骨超声。

什么是肌骨超声

肌骨超声利用高频超声波成像,能够清晰“照亮”肌肉、肌腱、韧带、神经、关节囊等软组织的情况,类似一台能捕捉疼痛的“高清摄像头”。对于肌肉、骨骼系统的问题,它就像临床医生的第三只眼睛,能直观看到损伤的具体位置、范围和性质,是实现精准诊断和靶向治疗的强大工具。

肌骨超声的三大优势

1. 零辐射,更安全 肌骨超声没有辐射,无论是处于特殊时期的孕妇、生长发育期的儿童,还是需要反复随访的慢性疼痛患者,都可以放心检查。

2. 动态评估,更精准 不同于X光、CT等静态影像,肌骨超声的最大特色在于“动态”。可以在活动关节、收缩肌肉时进行实时扫描,精准判断在特定动作下,具体是哪一根肌腱发生了摩擦、哪一条韧带出现了卡压、关节腔内是否有异常增生或积液。

3. 便捷高效,更实惠 检查通常15~30分钟可完成,随做随走,无需特殊准备。检查结果能为后续制定个性化治疗方案提供最直接、最可靠的图像依据。且该检查费用低,性

价比高。

肌骨超声能解决哪些疼痛问题

1. 关节疼痛 肩周炎(冻结肩)、膝骨关节炎、肩袖损伤、网球肘(肘骨外上髁炎)、高尔夫球肘、关节滑膜炎、关节积液等。

2. 肌肉与肌腱问题 颈肩腰背部肌筋膜炎、腰肌劳损、腱鞘炎(如弹响指)、跟腱炎、足底筋膜炎(足跟痛)、肌肉拉伤/撕裂、肌疝等。

3. 神经卡压性疼痛 腕管综合征(鼠标手)、肘管综合征、桡神经卡压、坐骨神经痛等。

4. 软组织肿物评估 鉴别诊断皮下脂肪瘤、腱鞘囊肿、腘窝囊肿及其他软组织包块的性质与范围。

5. 引导治疗 在超声实时可视下,进行疼痛靶点的精准药物注射、针刀松解或穿刺抽液,实现“指哪打哪”,提高疗效,减少副作用。

资兴市中医医院 曹素倩

磁共振 (MR) 检查前后注意事项

磁共振(MR)是临床上应用较为广泛的检查手段之一,既能辅助诊断,还能制定治疗方案提供参考依据,下面为大家介绍MR的相关知识。

什么是MR检查

MR是一种高精度成像检查技术,通过磁场和无线电波对人体内部结构进行成像,图像清晰,适用于脑、脊髓、肌肉等软组织细节显示。MR软组织分辨率高,无辐射,安全性较高。

MR检查的适用范围

1. 神经系统 包括多发性硬化、脊髓病变、脑梗死、脑肿瘤、脑出血等。
2. 腹部与盆腔 子宫肌瘤、卵巢囊肿等子宫及附件病变,前列腺增生或肿瘤,胰腺、肾脏、肝脏等器官的肿瘤、炎症等。
3. 骨关节与肌肉 骨肿瘤、肌肉损伤、韧带撕裂、脊柱退行性病变、膝关节半月板损伤等。
4. 乳腺 乳腺结节的良恶性鉴别。
5. 心血管系统 大血管畸形、心脏肿瘤、心肌缺血、心肌病等。
6. 全身肿瘤筛查与分期 明确肿瘤位置、大小、范围以及累及情况,指导针对性治疗。

MR检查的优势与局限性

1. 优势 可多方位成像,对病变进行全面观察;软组织分辨率极高,可实现对细微结构情况进行清晰显示;安全性高,无电离辐射,适合儿童、孕妇等特殊人群。
2. 局限性 费用相对较高;对于幽闭恐惧症、金属植入物者存在局限性;对钙化灶、骨骼细节的显示效果不如CT;不适于昏迷、躁动等急危重症患者;检查时间长,对患者配合度要求高。

检查前的准备工作

检查前,由医生评估是否适合检查。体内有金属植入物者,需提前告知医生,严禁携带耳环、假牙、钥匙、手机、手表、项链、皮带扣等金属物品进入检查室。有妊娠、哮喘、肾功能不全以及幽闭恐惧症等情况者,也要如实告知。

检查当天穿着宽松无金属纽扣的衣物,部分序列的噪声较大,可佩戴耳塞。腹部、盆腔脏器检查需空腹4~6小时,其他部位无需空腹。

检查过程中的注意事项

检查过程中保持静止平卧位,呼吸、心跳等均会影响图像质量,配合医生屏气指示,以减少运动伪影。若出现不适,及时按下紧急呼叫按钮,暂停检查。单部位平扫一般15~30分钟可完成,增强或复杂部位扫描需30~60分钟。

对于增强扫描者(检查注射钆对比剂),需加强宣教及指导,检查后多喝水,促进对比剂排泄。

检查后的注意事项

平扫后无需特殊处理,增强扫描后需观察半小时左右,无异常方可离开。检查完成后24~48小时可取报告,及时交由临床医生解读,方便指导下一步治疗。若检查后出现呼吸困难、头晕、皮疹等异常,立即就医。

永州市新田县人民医院 谢旺池