

## 编者按：

为了保证用药知识的科学性和权威性,减少虚假、错误信息误导公众,结合公众在合理用药方面的主要误区,国家卫生计生委联合相关部门,组织专家,制定合理用药十大核心信息。

“我国公众用药知识普遍匮乏,用药不规范现象普遍存在。”12月14日,河南省卫生厅药政政策与基本药物处处长孙威告诉记者,国家卫生计生委公布合理用药十大核心信息,从多个方面对公众合理用药的主要误区进行提醒,对普及科学合理用药知识具有非凡意义。为了进一步促进公众科学用药、合理用药,当天,本报特意邀请省内医院药学专家对合理用药十大核心信息进行详细解读,以飨读者。

## 合理用药是指安全、有效、经济地使用药物。优先使用基本药物是合理用药的重要措施

郑州大学第二附属医院药剂科主任李志业告诉记者,很多人都熟悉《千手观音》这个节目,但是很少有人知道,表演《千手观音》的25名演员中,有17人是因为滥用药物导致的耳聋。日常生活中,很多患者认为“便宜没好货”,价格低的药品肯定治不了病;不管是否对症,盲目崇拜“进口药”,这就导致了滥用药物现象的增加。

其实,用药首先要安全,安全的意义在于使患者承受最小的治疗风险,获得最大的治疗效果。其次,要有效,这是合理用药的关键。第三是经济,经济是指以尽可能低的医疗费用达到尽可能大的治疗效果,但不能简单地理解为使用价格越低的药品越经济。

李志业表示,在我国,基本药物遴选是按照防治必需、安全有效、价格合理、使用方便、中西药并重、基本保障、临床首选的原则,结合我国用药特点和基层医疗卫生机构配备的要求,参照国际经验,合理确定基本药物的品种(剂型)和数量。实践证明,推行基本药物制度是提高合理用药水平和控制药费增长的有力手段。

## 用药要遵循能不用就不用,能少用就不多用;能口服不肌注,能肌注不输液的原则

“有些疾病并不需要服用药物,例如普通感冒;服药时应避免同时服用多种药物,药物的不同成分之间有可能会发生相互作用。”漯河市中心医院药理学部主任王瑞说,用药要遵循能不用就不用、能少用就不多用的原则。

不同的给药方式各有优缺点。输液的优点在于见效快,主要用于危重患者或特殊患者的治疗;缺点在于将药物直接输入血液,不良反应的发生率和严重程度要高于其他给药途径,严重者可导致休克,甚至危及生命。肌肉注射药物吸收比输液慢,比口服快,缺点是引起局部疼痛等损害。口服是最常用,也是最安全、最方便、最经济的给药方法;缺点在于起效相对较慢,有些药品还可能引起胃肠道不适等症状。选择给药途径时,应遵循国际公认的原则,即根据病情能口服的就不注射,可以皮下或肌肉注射的就不静脉注射或输液。

## 购买药品注意区分处方药和非处方药,处方药必须凭执业医师处方购买

“药品分为处方药和非处方药,处方药必须凭执业医师或执业助理医师处方才可调配、购买和使用,非处方药不需要凭执业医师或执业助理医师处方即可购买和使用。”郑州大学第二附属医院临床药师冀建伟表示。

在使用药物的过程中,对于处方药,不能因为害怕药物不良反应而讳疾忌药;“老病号”不要认为久病成良医,

自行“点药”;在用药过程中,要按照医生要求定期复查血药浓度、肝肾功能、心电图等;不能擅自停药等。

对于非处方药,用药前也要仔细阅读说明书,特别要注意正在服用的药物中是否存在有相同成分。比如复方甲氧那明胶囊与速效伤风胶囊一起服用,因二者都含有氯苯那敏,致使氯苯那敏过量,会引起严重嗜睡。因此,在选购药品时,要注意区别处方药和非处方药,即使是非处方药也要小心选用。

## 阅读药品说明书是正确用药的前提,特别要注意药物的禁忌、慎用、注意事项、不良反应和药物间的相互作用等事项

药品说明书是由国家食品药品监督管理局核准,指导医生和患者选择、使用药品的重要依据,也是保障用药安全的重要依据,是具有医学和法律意义的文书。

漯河市中心医院药剂科主任王瑞告诉记者,药品说明书主要包括警示语、药品名称、适应症、用法用量、禁忌、注意事项、不良反应、药物相互作用和保存条件等。这些与用药有关的内容,在用药前患者都应该认真阅读,否则,就会给安全用药带来隐患。患者对其中不明白的内容,应该及时咨询药师或医师。

药品不良反应是指合格药品在正常用法用量下,出现的与用药目的无关的有害反应。药品不良反应既不是药品质量问题,也不属于医疗事故。

## 处方药要严格遵医嘱,切勿擅自使用。特别是抗菌药物和激素类药物,不能自行调整用量或停用

“在工作和生活中,不按照医嘱用药的情况非常多。”河南省肿瘤医院药剂科主任赵秀莉说,抗菌药物和激素类药物不按医嘱用药危害尤为严重。

据赵秀莉介绍,当前公众对抗菌药物的应用存在两个误区。一是无适应症用药。如最常见的上呼吸道感染,90%左右由病毒引起,一些患者稍有发热或流鼻涕就要求服用抗菌药物,而部分药店柜台的处方药管理松懈,不凭处方就可以买到抗菌药物。滥用抗菌药物不仅容易引发药物不良反应,诱导细菌耐药或二重感染,还会诱导出一些多重耐药菌甚至超级细菌。这类细菌的感染在临床上非常棘手,甚至无药可用。

此外,抗菌药物用量不足或疗程不够也很严重。“是药三分毒”,一部分公众惧怕应用抗菌药物,害怕长疗程、大剂量应用抗菌药物,结果就使一部分疾病没有得到合理的治疗。

有家长因为害怕小孩长时间服用抗菌药物对身体不好,发热一好转就停药,不按疗程用药,疗程过短导致病灶中细菌难以清除,一旦机体抵抗力下降感染又会反复发作,甚至诱发风湿热和小球肾炎。而且如果用量不足,也容易诱导细菌耐药。

# 您用对药了吗?

本报记者 卜俊成

## 国家卫生计生委发布合理用药十大核心信息,本报提示医患双方

## 任何药物都有不良反应,非处方药长期、大量使用也会导致不良后果

“俗话说,是药三分毒。不论处方药,还是非处方药,都会产生不良反应。”河南省中医药研究院附属医院药剂科主任余孝东说,非处方药虽然具有较高的安全性,严重不良反应发生率比较低,但长期、大量使用也可能会引起不良反应,所以,也要严格按照说明书的规定使用非处方药,并需密切观察用药后的反应。患者一旦在用药过程中出现不适症状,要引起高度重视,应立即停药并及时咨询医生或药师。

## 哺乳期妇女用药要注意禁忌,儿童、老人和有肝脏、肾脏等方面疾病的患者用药应当谨慎,用药后要注意职业性药物对工作的影响

赵秀莉告诉记者,有些药物可致畸,孕妇禁用;有些药物能大量通过乳汁排泄,影响乳儿的健康;还有些药物会导致肝脏损害或肾脏损害,不宜用于有相应疾患的患者。

儿童特别是婴幼儿,用药剂量不易确定,病情变化快;老人容易出现脏器功能减退,加上所患疾病多、用药品种多,用药过程中容易出现药品不良反应。一些药店处方药管理不严格,有些地方去药店买药就像去超市买东西一样,很难获得在医院时的药学建议。因此,赵秀莉提醒大家,不要为了图省事而随意在药房买药,一定要让医生和药师帮你把把关。

此外,一些药物,如感冒药、镇咳止痛药、抗过敏药、镇静催眠药等,服药后人容易嗜睡,判断能力会下降,服药后从事驾驶或高空作业容易发生危险。赵秀莉表示,公众在服此类药后一定要暂停驾驶或高空作业,或者提前告知医生或药师,避开此类药物。

## 药品存放要科学、妥善,防止因存放不当导致药物变质或失效

余孝东提醒,绝大多数药品受到环境因素影响后都会发生物理、化学变化。引起这些变化的常见原因包括光线、湿气和温度等。因此,药品保存的首要原则就是密封、避光、避湿、避热。

家庭用药应严格按照药品说明书的要求妥善存放。空气中易变质的药品应装在干燥密闭容器中保存,易氧化的药品应密闭在棕色玻璃瓶中置阴凉避光处,易吸潮的药品应装在密封容器中储于干燥处,易

风化的药品应装在封口的容器内置阴凉处,外用与内服药应分开储存。

## 接种疫苗是预防一些传染病最有效、最经济的措施,国家免费提供一类疫苗

疫苗一般是指为预防、控制传染病的发生、流行,用于人体预防接种的生物制品。相对于患病后的治疗和护理,接种疫苗是预防传染病最有效、最经济的一种手段。

郑州大学附属郑州中心医院药科主任詹峰告诉记者,疫苗分为两类:第一类疫苗是指政府免费向公民提供,公民应当依照政府的规定接种的疫苗。目前第一类疫苗以儿童常规免疫疫苗为主,包括乙肝疫苗、卡介苗、脊灰减毒活疫苗等。第二类疫苗是指由公民自费并且自愿接种的其他疫苗。第二类疫苗是对第一类疫苗的重要补充,并不是第二类疫苗就不需要接种,实际上有些第二类疫苗针对的传染病对人们威胁很大,如流感、水痘、肺炎等。公众可以根据经济状况、个体的身体素质,选择接种第二类疫苗。

疫苗是用细菌、病毒、肿瘤细胞等制成的可使机体产生特异性免疫的生物制剂,可通过疫苗接种使接受方获得免疫力。疫苗对公共卫生有极大的贡献,有多种疾病,在实施疫苗接种后,感染疾病的人数巨幅减少,如脊髓灰质炎、乙型肝炎等。相对于患病后的治疗和护理,接种疫苗所花费的钱是很少的。接种疫苗是预防传染病最有效、最经济的手段。

## 保健食品不能替代药品

“生活中,很多老年患者容易听信广告,把一些保健食品当成药品服用,结果贻误或加重病情。”詹峰说,保健食品是指具有特定保健功能,适宜于特定人群食用,具有调节机体功能,不以治疗疾病为目的的食品。在临床上,保健食品是代替不了药品的。

合格的保健食品外包装左上角一定有“小蓝帽”的保健食品标识,小蓝帽下方有“保健食品”4个字,这4个字下面有批准文号。“小蓝帽”是区分真假保健食品的特制标志,如没有则肯定是假的。

国产保健食品的批准文号为“卫食健字”或“国食健字”。如果是进口保健食品,则在文号中再多一个“进”字。具体可以登录国家食品药品监督管理局网站或国家卫生计生委网站数据库查询,也可以登录国家中药保护管理委员会网站查询。

## 合理用药 宣传应与监督并重

□杨小沛

用药不合理现象的普遍存在,已成为影响我国公众身体健康的一大隐患。12月10日,国家卫生计生委联合相关部门、组织权威专家制定合理用药十大核心信息并告知公众,可谓是“及时雨”。

合理用药,离不开医务人员提供规范的用药服务。在这十大核心信息中,有一些是针对广大医护人员,如“优先使用基本药物”“遵循能不用就不用,能少用就不多用;能口服不肌注,能肌注不输液的原则”,但更多的是针对公众讲解用药常识,提出合理化建议。这些内容并不深奥,甚至看起来都很眼熟,包括合法购药、正确阅读药品说明书、用药谨遵医嘱、药品存放常识、保健品认知误区等。

不可否认的是,受利益驱使,有些医院会根据开药数量来对医生进行考核,医生难免会多开药、开贵药。但有的患者生病,只要症状不是特别严重,往往会自行购药

治疗;有的患者以药效评判医生的医术,甚至主动要求医生给自己开抗生素;更有甚者,凭自我感觉,随意增减药量或随便停药……这些,都是用药不规范的现象。

所以说,合理用药,更离不开公众医学常识的普及。

普及医学常识、提高公众的合理用药知识水平,离不开卫生部门、医院和医务人员、公众的三方联动。卫生部门要开展合理用药的宣传,引导公众树立合理用药的意识,提高公众合理用药的水平;医院和医务人员在疾病诊治过程中,要积极主动地对患者及其家属普及合理用药知识;公众也要主动掌握辨别真假药、储存药物、正确阅读药品说明书等知识,做到用药依从医嘱、不擅自用药和停药等。

相信随着用药知识的普及和对随意用药后果的重视,越来越多的人会懂得如何合理用药。

# 合理用药 刻不容缓

本报记者 朱晓娟

“合理用药与每个人都息息相关,密不可分,合理用药十大核心信息已经到了必须要掌握的地步。”河南中医学院院长王新志激动地说,公布这十大核心信息不只是对公众的一个提醒,对医务人员来说,这也是应该刻在骨头上、印在脑子里、融化在血液里的最基本的原则。

## 九成居民不会合理用药

“我有一个朋友是大学老师,她领着儿子到医院来看因受伤后化脓的脚伤。一来医院,她就说输液、住院都行,给医务人员申请了好几次要求输液。我们给这对母子解释了大半天,这种情况输液没用,必须先清创。她还是高级知识分子,更何况普通民众了。”开封市中心医院药剂科副主任药师章莹告诉记者讲述了这样一件事。

类似的例子为数不少。治病不能单纯追求越快越好。有时候,快,往往意味着患者要为之付出更大的健康代价。据世界卫生组织统计,70%以上的输液为不必要的输液。触目惊心的滥用

输液已给人类带来重大灾难,我们成了重灾区。

日常生活中,遇到小病,大多数患者都会自行到药店买药。但是面对货架上琳琅满目、品种繁多的药品,该买哪些、都怎么用,很多人都是凭自己的经验来判断。近日,记者通过走访发现,面对“你会吃药吗”这个话题,不少人甚至有些医护人员都不以为然。

2012年全国居民健康素养监测数据显示,具备包括合理用药在内的基本医疗素养的居民比例仅为9.56%,能够正确阅读药品说明书的居民比例约为15%。2012年,国家药品不良反应监测网络共收到药品不良反应或事件报告120万余份。在全国合理用药网络知识竞赛中,只有6.3%的网友能够全部答对从题库库随机抽取的10道合理用药常识题。国家卫生计生委开展的公众调查结果显示,60%以上的被调查者最希望获得合理用药的相关知识。

国家卫生计生委日前举行新闻发布会。国家卫生计生委直

传司副司长、新闻发言人姚宏文指出,我国城乡居民用药知识普遍匮乏,用药行为不规范现象普遍存在。居民自我用药比例逐步上升,导致用药安全问题日益凸显。

## 用药依从性亟待提高

男子坚持要求医生为女儿输液,医生则坚称小孩只有3岁9个月,口服药物即可痊愈,完全不需服用抗菌药物。在双方发生争执中,男子推搡电脑砸到女医生的右眼眉角,致使医生受伤住院。这是不久前发生于广东省佛山市第一人民医院的一件事。

记者近日走访发现,多数患者在用药过程中存在不按照疗程服药、缺乏合理用药常识或者频繁换药等行为。据中国科协发

布的一项调查显示,在服药过程中,69.7%的人曾随意增减疗程或自行更换药物。

“合理用药是我们一直提倡的。但是用药是比较专业的东西,不管是给药的途径和剂量、药品的使用配伍,还是药物之间的相互作用,在目前的医疗状况下,即使医生也未必都能做到合理用药,药师也不一定将这些专业的东西全部记住。”郑州市第一人民医院药剂科主任管药师戚志平认为,让民众做到完全合理用药,这是不现实的。合理用药最重要的是提高医疗团队的素质,对于公众而言,只要提高其依从性就好了。

“处方药要严格遵医嘱,切勿擅自使用”,这条提的很及时。生活中不乏患者随意停药、不按

要求吃药的行为。目前,民众都

有合理用药的意识,但是还不够规范,这就要求患者一定要遵医嘱。”在提高患者用药依从性方面,章莹谈了自己的看法。

王新志说:“我们一直在工作中提醒患者:是药三分毒,治病用药就要‘到位不越位’。到位谁来掌握?医生或药师来掌握,患者不配合也不行,用药一定要在医生或药师指导下进行。”

## 促合理用药各方在行动

姚宏文认为,提高公众的合

理用药水平是一个系统工程,需要政府、医院、医生、药师、公众以及社会各界的共同努力。

安全用药事关人民群众的身体健康和生命安全,不可有丝毫马虎。如何保障百姓用药安全、科学、有效?事实上,国家卫生计生委办公厅、国家食品药品监督管理局、中国科协办公厅已于今年10月份发布了《关于加强合理用药健康教育工作的通知》,通知强调,要引导群众树立科学的用药观念,养成正确的用药行为。

据了解,目前,国家卫生计生委正在根据合理用药十大核心信息设计宣传材料模板,开发标准化讲座课件,组织拍摄系列科教片,编写系列科普读物,以供各地、各机构推进合理用药宣传使用,促进群众了解、掌握合理用药知识,形成合理用药行为。

许昌市中心医院院长牛锋认为,医疗机构更应该遵循合理用药十大核心信息,医务人员要规范提供用药服务,在疾病诊治过程中,积极主动地开展对患者

及其家属的合理用药健康教育工作。医院要做好用药咨询服务,药师的用药咨询服务应从医院延伸到药店。“目前,我们医院正在专门培养针对某种疾病的专用药师,比如呼吸疾病、糖尿病、内分泌疾病等方面的药师。这样用药指导服务做得会更细更专业一些。”

“指导患者合理用药,我们医院一直在做这个工作,比如药师可以参与临床查房、会诊,并把一些药品的使用方法告诉患者。另外,我们医院还将合理用药的一些常识做成宣传报挂在墙上,让患者随时了解日常用药知识。”安阳人民医院药剂科主任吴方红认为,合理用药十大核心信息的发布,有助于让公众形成一个统一的认识和习惯。

王新志认为:“此次发布的合理用药十大核心信息其实是老生常谈,主要作用是警示公众。同时,他也提醒医务人员要遵循和重复这些话题,不要受其他因素的干扰,因为这些原则永远存在,没有更新和废除,是永恒的话题。”