

合理用药

# 激素的应用及注意事项

□刘书源

刚满月的小宝得了湿疹,妈妈带着来医院,医生给开了两支药膏。看了说明书后,妈妈发现其中一支含激素,说什么都要退了药膏。原来,妈妈了解到电视上曝光了一批含激素的宝宝霜,便认为激素对宝宝身体百害而无一利。

除此之外,网上也有各种关于外用激素不良反应的文章,让人们对于使用激素类药物产生过度恐惧心理,往往谈激素色变,就诊时坚决拒绝使用激素。激素类药膏真的那么可怕吗?宝宝到底能不能用?下面让我们来正确认识外用糖皮质激素(含糖皮质激素的药膏)。

### 什么是激素

通常我们提到的激素包括肾上腺皮质激素和性激素。外用膏剂里含有的激素是糖皮质激素,属于肾上腺皮质激素类固醇激素,并不含性激素,因此,不用担心宝宝使用激素类药膏会导致性早熟。

### 激素类药膏有什么作用

激素类药膏具有良好的抗炎、抗过敏、止痒和免疫抑制的作用,是重要的皮肤科外用药物,也是很多小儿多发皮肤病(如湿疹等)的一线用药。

### 什么情况下使用激素类药膏

当小儿出现皮炎湿疹、红斑鳞屑性

皮肤病、皮肤血管炎、白癜风、斑秃等,可以使用激素类药膏。细菌、真菌、病毒等感染的皮肤病应避免使用激素。

### 如何选用激素类药膏

激素类药膏按作用强弱分成超强效、强效、中效和弱效。

通常,超强效和强效外用激素适用于重度、肥厚性皮损,尽量不用于12岁以下儿童。

中效外用激素适用于轻度、中度皮损,12岁以下儿童连续使用尽量不要超过2周,如0.1%丁酸氢化可的松软膏。

弱效外用激素适用于轻度、中度皮损(包括儿童皮肤病、成人面部和皮肤柔嫩部位),可以短时较大面积使用,必要时可以长期使用,如0.05%地奈德软膏。

除此之外,还有一些属于中效糖皮质激素的软性激素,因其全身吸收很少,可以安全用于老人、婴幼儿,如0.1%糠酸莫米松软膏。具体选择哪种激素类药膏,应咨询专业医生。

### 使用注意事项

次数:不宜过多,一般每天1次~2次。用量:通常医生会说“少量地、薄薄地涂抹一层”。其实,指尖单位(FTU)是

一种简单、有效的估计外用用药量的方法。FTU指从5毫米直径的管口挤出的药膏从患者食指远端指节到指尖的长度。

1个FTU≈0.5克≈成人两个手掌大小的涂抹面积。据此可以推算相应涂抹面积的药量。

疗程:皮炎湿疹类皮肤病多在1周~2周内控制症状;银屑病通常用激素2周~4周,至皮损变平、症状控制后用非激素制剂维持治疗2个月~3个月;白癜风、斑秃等多需要应用强效或中强效激素3个月以上才能够见到疗效。

(作者供职于河南省儿童医院)

## 经验交流

# 肝胃不和型胃痛的治疗方法

□吴军管

患者为男性,40岁,胃脘部嘈杂不适,食管疼痛。

现病史:胃脘部嘈杂不适,伴有食管疼痛,夜间及饥饿时明显,情绪波动时加重,时打嗝,打嗝后自觉舒适,喜长叹,平素情绪烦躁,无泛酸,无口干、口苦,睡眠差,纳可,大便可,舌质淡红,苔薄白,脉弦。

既往史:既往体健。

中医诊断:肝胃不和型胃痛。

治则:疏肝理气,和胃止痛。

方药:逍遥散加减。柴胡12克,黄芩6克,清半夏12克,桔梗12克,玄参12克,牛蒡子9克,木香3克,厚朴9克,麦门冬9克,炒白芍20克,威灵仙15克,枳实15克,薄荷4克,干姜5克,蒲公英9克,陈皮6克,甘草9克。共7剂,水煎至约400毫升,分早晚温服。

服药后胃痛减轻,打嗝减轻,泛酸消失,大便通畅,每天1次。守上方清半夏加至15克,黄芩加至9克,加吴茱萸6克,炒山药20克,生姜15克,陈皮改为槟榔6克,

干姜加至6克。共7剂,水煎至约400毫升,分早晚温服。

电话回访,患者服药后诸证皆消,嘱其继续服药,并且特别提醒要按时作息,保持良好的生活习惯以及注意平时的养护,若有时间再来复诊。

患者为中年男性,人到中年烦事多,上有老下有小,生活工作压力比较大,平时情绪波动比较剧烈。平素经常加班熬夜,应酬也比较多,作息不规律,身体不适时不能及时去医院检查治疗。之后到笔者所在的医院被诊断为胃痛(肝胃不和证),以逍遥散为主方加减,胃痛多由外感寒邪、饮食所伤、情志不畅和脾胃素虚等病因而引发。胃是主要病变脏腑,常与肝脾等脏腑有密切关系。根据患者的症状和体征可以诊断为肝胃不和型胃痛,且伴随食管症状。《临证指南医案·胃痛》记载:“夫痛则不通,通字须究气血阴阳,便是看诊要旨矣。初病在经,久病入络,以经主气,络主血,则可知其治气

治血之当然也。凡气既久阻,血亦应病,循行之脉络自痹,而辛香理气,辛柔和血之法,实为对待必然之理。”在这里,叶天士将通过法论为治疗胃痛的重要方法。

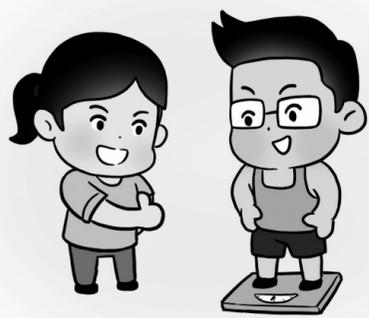
历代医家对通法各有论述,北齐医家徐之才提出了十剂之一的通剂,有“通可去滞”的功能;张从正也说:“所谓通剂者,流通之谓也,通因通用。虽通与泻相类,大率通为轻而泻为重也。”其原义狭隘,到了后世医家将通法赋予更深更广的含义,李宗源在《医纲提要》中指出:“通之义有三,一曰宣通,二曰攻通,三曰旁通。”通法的含义不仅指下法,更有通络经气、宣通气机、活血化痰、通阳宣痹等含义,汗、吐、下、和、温、清、消、补八法甚至可概括于其中,通法寓意广泛深刻。

“六腑以通为用”,故在临床上治疗胃痛需着重一个“通”字,即通法可作为治疗胃痛之大法。而治胃六法(健脾益胃、

温阳化胃、疏肝平胃、解郁清胃、通降顺胃、消导安胃)里面的疏肝平胃、解郁清胃、通降顺胃、消导安胃刚好完美地阐述了这些。本方不仅兼顾到了疏肝理气平胃,且用到了通降顺胃、消导安胃之法以使胃痛得除,气机得畅。

肝的生理特性为喜条达而恶抑郁,肝木为病则容易导致脾胃出现问题,就如本病为肝胃不和所致。纵观全方,用柴胡疏肝解郁,以防肝木乘脾胃之土;白芍养血柔肝止痛,滋肝且又泄肝,伍以少量薄荷,行肝之表气,更助柴胡、白芍之功效;山药、甘草健脾养心补虚。以上诸药合用共成健脾疏肝之底蕴;再配合干姜、吴茱萸、陈皮等温胃化饮和中;厚朴、枳实有宽中下气除满之效,配合桔梗,使脾胃升降得司,诸药合用,可有肝脾并治、气血兼顾的效果。凡属肝郁脾胃不和者,皆可化裁应用。

(作者供职于河南中医药大学第三附属医院)



万里/制图

## 中国公民健康素养66条(27)

保持正常体重,避免超重与肥胖。

正常体重有助于保持健康,预防疾病。体重过高和过低都是不健康的表现,易患多种疾病。超重与肥胖者易患心血管疾病、糖尿病和某些肿瘤等。体重正常者应保持体重,超重与肥胖者应控制体重到正常范围。

体重是否正常取决于进食量与活动量的平衡。食物提供人体能量,运动消耗能量。进食量大而运动量不足,多余的能量就会在体内以脂肪的形式储存下来,造成超重或肥胖;相反,若进食量不足,可引起体重过低或消瘦。

体重是否正常可用体重指数(BMI)来判断,BMI=体重(千克)/身高(米)<sup>2</sup>。成人正常体重指数在18.5~23.9千克/米<sup>2</sup>之间,体重指数在24~27.9千克/米<sup>2</sup>之间为超重,体重指数≥28千克/米<sup>2</sup>为肥胖。

腰围是判断超重肥胖的另一种常用指标。成年男性正常腰围的警戒线为≥85厘米,女性为≥80厘米;男性超标线为≥90厘米,女性为≥85厘米。

(据《中国公民健康素养66条》)

# 王常俊:年近半百,初心如一未曾悔

□杨须 蒋建国

1996年,浚县防疫站(现为浚县疾病预防控制中心)结核病防治科迎来了一位年轻的学生——开封医学高等专科学校临床医学专业的王常俊。

“这么风华正茂的年轻人,还要从事结核病防治,能留住吗?”彼时,同事们担心地交流着意见。

一晃20多个春秋,多少风风雨雨已逝,时间见证了王常俊的选择,王常俊也见证了浚县防疫站结核病防治科的变迁,是的,变化太多了,曾经的医学生已是年近半百的资深结核病防治医生;结核病防治门诊也转交综合医院等,唯一不变的,是王常俊的初心。

众所周知,结核病是一种威胁人类健康的呼吸道传染病,可通过空气飞沫传播,社会大众对结核病往往都

有一种恐惧心理。

浚县结核病防治工作项目启动于20世纪90年代初,在“中国结核病控制项目”第一批启动之列。项目启动前,浚县有大量的结核病患者无钱治病或找不到正规的结核病治疗机构,造成失治、误治而丧失了劳动能力,因病致贫、因病返贫现象比比皆是。

项目启动后,国家减免药费,大量的结核病患者得到了正规治疗,减免范围也逐渐扩大,由免费痰涂片检查、涂阳患者减免50%的抗结核药费用到药费全免;免费对象覆盖范围也越来越广,由最初的免费涂阳患者到所有肺结核和结核性胸膜炎患者。

政策惠民,执行政策的王常俊和

同事们也干劲十足,一心为患者着想,无论寒暑、节假日,都随叫随到,为的是争取让每位患者享受到国家的好政策。

除了单位和家,王常俊最常去的地方是邮局,因为有一些患者病情稳定后要外地打工挣钱,不能来防疫站取药,为了保障患者不停药,规范治疗,他就隔三岔五地为患者快递、邮寄药物;对于一些贫困患者,生活并不宽裕的他,不时还自掏腰包帮助其解决一些实际困难。

2017年初,结核病防治门诊转交综合医院,交接期间,医院没能补充新的临床医生,原单位结核病防治门诊医生已有了新的岗位,这导致结核病防治门诊只剩下王常俊一个人,而且当时他爱人生病需要照顾。面对巨大的压力和挑

战,王常俊考虑到单位的现状和人员情况,没有向领导流露出半点为难情绪,硬是一个人努力坚持。家里生病的爱人,他安排亲戚帮忙照顾。

强烈的责任感和事业心让王常俊赢得了广大结核病患者的好评和赞誉,从未有过医疗事故和医疗纠纷。甚至还有人向他打探:“现在医患关系那么紧张,你是怎么做到的?”

“处处为患者着想,心系患者,就能尽最大可能地避免。”王常俊如此道出自己的“法宝”。

“蜡烛,燃烧自己,却照亮别人”。其实,这就是同王常俊一样,是所有结核病防治医生的真实写照。王常俊常说:“愿天下没有结核杆菌,没有结核病,不怕失业,这是所有结核病防治医生的共同心声。”

## 每周一练 (肾上腺皮质激素类药物)

一、糖皮质激素类药物不具有的作用是

- A. 抗炎
- B. 抗菌
- C. 兴奋中枢
- D. 免疫抑制
- E. 抗休克

二、糖皮质激素没有哪种药理作用

- A. 快速强大的抗炎作用

B. 抑制细胞免疫和体液免疫

C. 提高机体对细菌内毒素的耐受性

D. 提高机体对细菌外毒素的耐受性

E. 增加血中白细胞数量,但却抑制其功能

三、治疗暴发性流行性脑脊髓膜炎时,辅助应用糖皮质激素的目的是

- A. 增强机体的防御能力

B. 增强抗菌药的杀菌作用

C. 直接抑制病原菌生长繁殖

D. 直接中和细菌内毒素

E. 增强机体对有害刺激的耐受性

四、糖皮质激素的临床应用不包括

- A. 感染性休克
- B. 器官移植术后
- C. 急性角膜炎
- D. 肾上腺皮质功能亢进症
- E. 红斑狼疮

五、长期大剂量应用糖皮质激素会引起

- A. 向心性肥胖、高血压、糖尿、低血钙、低血钾
- B. 向心性肥胖、高血压、低血糖、低血钙、高血钾
- C. 向心性肥胖、低血压、糖尿、高血钙、低血钾
- D. 向心性肥胖、高血压、糖尿、高血钙、高血钾
- E. 向心性肥胖、高血压、糖尿、低血钙、高血钾

六、糖皮质激素诱发或加重胃溃疡的原因是

- A. 强大的抗炎作用
- B. 免疫抑制作用
- C. 抗休克作用
- D. 刺激骨髓造血功能
- E. 促进胃酸和胃蛋白酶分泌

七、糖皮质激素治疗结核性脑膜炎是利用其

- A. 强大的抗炎作用
- B. 免疫抑制作用
- C. 抗休克作用
- D. 刺激骨髓造血功能
- E. 促进胃酸和胃蛋白酶分泌

八、下列不宜用糖皮质激素类药物治疗的疾病是

- A. 中毒性肺炎
- B. 过敏性休克
- C. 支气管哮喘
- D. 骨质疏松
- E. 红斑狼疮

九、最容易导致股骨头无菌性坏死的药物是

- A. 长春新碱
- B. 糖皮质激素
- C. 雷公藤多苷
- D. 甲氨蝶呤
- E. 羟基氯喹

(答案见下期本版)

### 上期(10月22日)答案

一、C	二、B	三、B	四、D
五、D	六、B	七、D	八、E
九、D	十、B		

## 遗失声明

河南省人民医院陈传亮的医师资格证书(编号:199841110410105640511101)不慎丢失,声明原件及复印件作废。

## 肛肠全程无痛技术培训 常年招生 学痔疮技术送鼻炎技术

联系人:田长修 电话:13653737333 地址:卫辉市人民路北段田氏痔瘡专科医院

甄选真材实料 安全放心可靠 健康营养每一餐

奇芝堂 走亲访友 就选奇芝堂

郑州奇芝堂食品科技有限公司 团购/定购热线:0371-58615152

## 征稿

本版面在给基层医务人员提供较为基础的、实用的医学知识和技术,来稿应注重实践操作,介绍常见病和流行病的诊治、安全用药等;栏目包括《经验交流》《合理用药》《答疑释惑》《老药新用》等。欢迎踊跃投稿,并提供宝贵的意见和建议。

邮箱:54322357@qq.com

联系人:杨小玉

电话:(0371)85967078

邮编:450046

地址:郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委员会8楼医药卫生报社总编室