

如何选择和使用胰岛素

□李 敏

胰岛素是糖尿病患者的常用药物。提高患者对胰岛素的认识,可以保障胰岛素的合理使用,提高使用效率和疗效,减少不良反应的发生。

胰岛素的分类

根据胰岛素的来源和化学结构,可将其分为动物胰岛素、人胰岛素和胰岛素类似物。

根据胰岛素起效快慢,活性达峰时间及作用持续长短,可将其分为超短效、短效、中效、长效及预混胰岛素等。超短效和短效用于控制餐后血糖,其他的用于控制空腹血糖和两餐间血糖。

超短效胰岛素(门冬胰岛素、赖脯胰岛素):起效时间15分钟~30分钟,最大作用时间1小时~2小时,持续时间3小时~4小时,需要使用后立即吃饭。

短效胰岛素(普通人胰岛素、单组分人胰岛素、重组人胰岛素):起效时间20分钟~30分钟,最大作用时间1小时~3小时,持续时间5小时~8小时。

中效胰岛素(低精蛋白胰岛素、精蛋白生物合成人胰岛素):起效时间1小时~2小时,最大作用时间4小时~12小时,持续时间18小时~24小时。

长效胰岛素(精蛋白锌胰

岛素、甘精胰岛素、地特胰岛素):起效时间3小时~4小时,最大作用时间14小时~20小时,持续时间24小时~36小时,需要使用后立即吃饭。

预混胰岛素:短效胰岛素和中效胰岛素按不同比例进行混合,作用时间在两者之间。

注射胰岛素的注意事项

短效胰岛素可以静脉注射,中效、长效和预混胰岛素不能静脉使用。若皮下注射短效和超短效胰岛素,只能在餐前,不可在空腹或睡前使用,防止发生低血糖。

一般超短效和短效胰岛素

一天注射3次,用于控制三餐后血糖;预混胰岛素一天注射2次~3次,在餐前注射;长效胰岛素一天注射1次。

注射胰岛素的部位不同,吸收的速度就不同,其中腹部吸收最快,其次为前臂外侧,再次为股外侧、臀、双上臂外侧。不同的胰岛素作用时间有差异,注射部位应有所选择。例如,短效胰岛素的注射部位首选腹部;中效胰岛素的注射部位首选大腿和臀部;预混胰岛素及胰岛素类似物的注射部位在早餐前首选腹部,晚上则首选大腿或臀部,避免夜间发生

低血糖。臀部注射可降低注射到肌肉层的风险。

要经常轮换注射部位。轮换不仅包括不同注射部位间的轮换,还包括同一注射部位内的轮换。可将注射部位按顺时针方向等分为4个区域:1、2、3、4。第一周在1区域注射,第二周在2区域注射,以此类推。同时,在任一区域内注射时,每次的注射点都应间隔至少1厘米,避免发生组织损伤。

注射胰岛素时,针头要一针一换,不能重复使用。

(作者供职于郑州大学第一附属医院药学部)

应控制用量,并限制饮食中食盐、酱油等含钠调味料的摄入。常用泡腾片的老年人要注意监测血压。

2.放置于儿童接触不到的地方,儿童要在家长的看护下服用。

3.泡腾片可通过胎盘,并分泌入乳汁,对于妊娠期和哺乳期的安全性不充分。因此,孕妇和哺乳期女性必须在医生的指导下服用。

4.泡腾片具有酸性,服用后应用清水漱口,减少对牙齿的刺激,避免牙齿受损。

5.药液中出现不溶物、沉淀、絮状物等,不宜再服用。

维生素C泡腾片既有趣又美味,但是享用时不能贪杯,更不能让它“气”到我们。

(作者供职于平顶山市第一人民医院药学部)

会起泡泡的维生素C片,你会用吗

□岳云霄

会产生气泡的片剂——泡腾片,是利用有机酸和碳酸(氢)盐反应做泡腾崩解剂,置入水中,即刻发生反应,生成并释放大量的二氧化碳气体,状如沸腾,故名泡腾片。

维生素C泡腾片可以增强机体抵抗力,用于预防和治疗各种急性、慢性传染性疾病或其他疾病;可用于病后恢复期、创伤愈合期及过敏性疾病的辅助治疗,或用于预防和治疗坏血病。由于其广泛的作用和良好的口感,维生素C泡腾片深受广大青睐,但是一旦使用不当,十分危险。

维生素C泡腾片使用时应注意什么?下面,我们一起来看看。

绝对不能直接干吃或吞服

直接把泡腾片放入口腔,短时间内会生成大量气体,如果通过食管进入胃肠,会引起腹胀、腹痛、打嗝等;如果进入呼吸道,会引起呛咳,严重时会影响呼吸。因此,泡腾片不能直接吃。

彻底“消气”后再喝

一定要完全溶解或等气泡消失后再饮用,否则未完全崩解的药物进入口腔后,将继续进行崩解,产生大量气泡,导致不良后果。一

般泡腾片的产气过程会持续5分钟左右。

使用开口容器冲泡

用泡腾片泡水时,尽量使用开口容器,以免容器内压力过高导致瓶盖爆出或容器破裂。

温水冲泡,现喝现泡

维生素C不耐高温,水温不宜过高,40摄氏度左右即可,水温过高会严重影响药效。维生素C具有还原性,在空气中放置过久易被氧化,从而影响疗效。所以,维生素C泡腾片要现喝现泡。

避免长期服用和过量服用

不得超过推荐剂量,短期过量

或长期大量服用会增加风险,引起肾脏结石、肾衰竭等。泡腾片可不是糖,不能随意吃。

注意储存方式,避免变质

泡腾片遇水后会迅速分解出二氧化碳和水,再加上维生素C具有不稳定性,所以维生素C泡腾片要遮光、密闭保存,避免受热及潮湿。

其他注意事项

1.泡腾片中含有一定数量的钠,长时间大量服用会增加发生心脑血管疾病的风险。建议心脑血管疾病患者及高危人群慎用或少用泡腾片。需要服用泡腾片者

中风后的药物治疗与康复治疗

□李 强

中风是一种严重的脑血管疾病,发病率不断上升,已成为影响人类健康的重大问题之一。药物治疗和康复治疗是目前中风治疗中重要的手段。中风后进行药物治疗,主要用西药,包括抗凝、抗血小板、血管扩张剂等药物。这些药物可以有效预防中风再次发生。康复治疗包括物理治疗、语言康复治疗等,能够帮助患者恢复日常生活功能,提高生活质量。本文将重点介绍中风后的药物治疗和康复治疗。

药物治疗

抗凝治疗

抗凝治疗是中风后的一种重要治疗手段,主要通过抑制凝血因子的活性来防止血栓形成。常用的抗凝药物有华法林、肝素等,其中华法林是最常用的抗凝药物。抗凝治疗在预防再次中风方面有重要作用。需要注意的是,抗凝治疗也会增加出血的风险。因此,需要根据患者的具体情况调整用药方案。

抗血小板治疗

抗血小板治疗是中风

后的另一种常用治疗手段,主要通过抑制血小板的聚集来预防血栓形成。常用的抗血小板药物有阿司匹林、氯吡格雷等,其中阿司匹林是常用的抗血小板药物之一。抗血小板治疗与抗凝治疗相比,出血风险相对较小,但对一些有出血风险的患者要谨慎使用。

血管扩张剂治疗

血管扩张剂治疗主要通过扩张血管来提高脑部血流量,从而改善中风患者的症状。常用的血管扩张剂有尼莫地平、硝酸甘油等,其中尼莫地平是常用的药物之一。需要注意的是,血管扩张剂治疗也会有一定副作用,如引起低血压等,因此患者需要在医生的指导下接受这种治疗。

康复治疗

物理治疗

物理治疗是中风后康复治疗的一种重要手段,主要包括肌肉训练、平衡训练、运动疗法等。这些治疗手段能够帮助患者恢复肌肉功能和平衡能力,促进身体康复。在进行物理治疗时,需要根据患者的具体情

况制订个体化康复计划。

语言康复治疗

中风后,患者经常有语言障碍。语言康复治疗是解决语言障碍问题的手段。语言康复治疗包括口腔肌肉训练、语言训练等,能够帮助患者恢复口腔肌肉功能和语言能力,提高患者的生活质量。

心理康复治疗

中风不仅会对患者的身体产生影响,还会给患者的心理带来负面影响。心理康复治疗主要包括心理咨询、心理支持等,能够帮助患者调整心态,减少心理压力,促进身体康复。

总结

中风后的药物治疗和康复治疗很重要。药物治疗可以有效预防中风再次发生,而康复治疗则能够帮助患者恢复日常生活功能,提高其生活质量。在进行中风治疗时,需要根据患者的具体情况进行治疗,同时需要患者积极配合,坚持治疗,才能取得良好的治疗效果。

(作者供职于南阳南石医院药学部)

哪些药物会损伤视力

□李永兵

眼睛是人体重要的感官之一。视力出现问题,会对我们的日常生活和工作产生巨大影响。一些药物可能会对视力产生负面影响。了解这些药物并采取预防措施,对保护视力至关重要。本文将介绍几种可能会损伤视力的常见药物,以及采取哪些预防措施。

可能损伤视力的常见药物

1.类固醇药物:常用于治疗炎症和过敏反应。然而,长期使用或滥用类固醇眼药水,可能会导致青光眼、白内障和视网膜疾病等眼部问题。

2.抗生素:某些抗生素,例如氯霉素和喹诺酮类药物,可能引起视力问题。长期使用这些药物,可能导致视神经炎和其他眼部疾病。

3.抗病毒药物:一些抗病毒药物,如抗反转录病毒药物,用于治疗艾滋病病毒感染和其他病毒性疾病。这些药物可能会导致视力问题,如视神经炎和视网膜病变。

4.抗精神病药物:一些抗精神病药物,如氯丙嗪和氟哌利多,可能会引起视力问题。这些药物可能导致视网膜病变和其他眼部并发症。患者在使用这些药物治疗时,应定期进行眼部检查,并告知医生视力的变化。

5.非甾体抗炎药物:一些非甾体抗炎药物,如布洛芬和阿司匹林,可能会对眼睛产生负面影响。长期使用这些药物可能会引发视力问题,包括视网膜炎和视网膜出血。

6.抗癫痫药物:一些抗癫痫药物,如苯妥英钠和卡马西平,可能会对视力产生不良影响。长期使用这些药物,可能导致视物模糊、眼睛干涩等问题。

如何预防

1.寻求专业的建议:在开始使用药物之前,应咨询专业医生或眼科医生。他们可以提供关于药物的详细信息,并告知可能的副作用和风险。

2.定期进行眼部检查:长期使用可能影响视力的药物的患者,要定期进行眼部检查。眼科医生会对患者进行检查,发现潜在的问题,并采取措施,预防发生损伤。

3.严格按照医生的建议使用药物:要严格按照医生的建议使用药物,这对保护视力至关重要。

4.注意观察和报告视力异常:在使用药物期间,密切关注视力异常,如视力模糊、眼睛疼痛或干涩等。

5.保持眼部卫生:保持眼部卫生,可以降低眼部感染和发生炎症的风险。

6.避免滥用药物:滥用药物会增加对眼睛的不良影响。

7.让眼睛免受紫外线的伤害:长期暴露在紫外线下可能会损伤眼睛,并加重药物对视力的影响。进行户外活动时,可戴上太阳镜,让眼睛免受紫外线的伤害。

8.营养均衡:营养均衡对眼睛健康至关重要。摄入富含维生素C、维生素E、锌和ω-3脂肪酸的食物,如橙色水果、深色蔬菜、坚果和鱼类,有助于眼睛健康。

9.避免眼睛疲劳:长时间用眼、缺乏休息和频繁接触电子设备等,都会导致眼睛疲劳。及时休息、做眼保健操、远离电子设备等,都是预防眼睛疲劳的有效方法。

(作者供职于濮阳市人民医院药学部)

孩子腹泻,该如何用药

□张 慧

腹泻是一种儿童常见病。急性腹泻(少于2周)的原因有很多,可分为感染性腹泻或非感染性腹泻两种。

孩子腹泻时,家长往往很担忧,但又不知道该如何处理。本文介绍一下与腹泻治疗相关的药品,希望家长们能掌握一些合理用药和科学处理的知识。

口服补液盐Ⅲ

治疗腹泻重要的是补充水分和补充电解质,补充水分和补充电解质能预防和治疗腹泻导致的脱水。

在口服补液盐Ⅲ中,钠和葡萄糖的比例有所调整,不易导致高钠血症,口感更好,是腹泻首选脱水的、不能经口补液或补液后未见好转者,建议就诊,进行静

用药指导

将一袋口服补液盐Ⅲ打开,倒入杯中,加入250毫升温开水。年龄<6个月:50毫升/次;6个月~2岁:100毫升/次;2岁~10岁:150毫升/次;10岁以上作为饮水补充即可。

治疗脱水的用量(毫升)=体重(千克)×50,4小时内服完。

在维持补液阶段,可每次便后每千克体重补充10毫升,每次呕吐后每千克体重补充2毫升。

脱水较轻的孩子可在家口服补液治疗,少量多次,避免大量液体存于胃内,引起呕吐。重度脱水、不能经口补液或补液后未见好转者,建议就诊,进行静

脉补液。

抗生素

细菌性肠炎不用抗生素。状况良好的急性腹泻儿童,除非已确定明确的致病菌,否则不应常规应用抗生素。记住一个原则:抗生素为处方药,由医生开具,抗生素需在医生或药师的指导下使用。

益生菌

关于益生菌的类型、剂量或持续时间等,没有高质量的研究及权威指南推荐。虽然一些益生菌(如鼠李糖乳杆菌、布拉氏酵母菌)可缩短急性腹泻的时间。但是,有的研究人员发现,让学龄前儿童在急性腹泻时使用5天鼠李

糖乳杆菌,未获得疗效。腹泻时是否使用益生菌,家长要咨询医生后再决定。

蒙脱石散

仅有低质量证据证明蒙脱石散能缩短腹泻病程。要明确腹泻的病因,对患儿及时补液,不建议常规止泻治疗,也没有证据证实存在有效的止泻药。

锌

孩子急性腹泻时,不推荐常规用锌,除非本身有营养状态不佳的情况,或已明确有锌缺乏症。

乳糖酶制剂

应用乳糖酶制剂治疗急性腹泻的研究很有限,仍缺乏证

据,儿童急性腹泻相关治疗指南中也没有建议使用乳糖酶。乳糖酶制剂的效果存在一定个体差异,并不能将乳糖全部分解,和人体自身分泌的乳糖酶相比,其作用有限。急性腹泻大多可在几天内自愈,多为自限性,暂时无须无乳糖饮食,建议继续适量饮食。

科普文章的好处是能便捷有效地传播健康知识,但替代不了医生。如果生病了,要到医院就诊,让医生结合具体病情做出判断,进行诊治。

(作者供职于兰考第一医院新生儿科)

一提到激素这两个字,很多人就直摇头,认为激素类药物有很大的毒副作用。其实,激素类药物是很神奇的,总是在关键时刻发挥重要作用,解决别的药物无法解决的问题。今天,我们就一起了解一下激素类药物吧。

所谓激素类药物,就是以人体或动物激素(包括与激素结构、作用原理相同的有机物)为有效成分的药物,大致可分为糖皮质激素、去甲肾上腺激素、孕激素、雌激素、雄激素等。

常见的糖皮质激素类药物

地塞米松、泼尼松、氟轻松,这些药的名字最后一个字都是“松”,它们属于糖皮质激素类药物。糖皮质激素类药物具有抗炎、抗毒素、抗休克的作用,在临床上广泛应用。

地塞米松

主要用于各种严重过激性疾病,如严重支气管哮喘、血小板减少性紫癜、粒细胞减少症、神经性皮炎、湿疹等。

氢化可的松

1.用于肾上腺功能不全引起的疾病,以及类风湿关节炎、风湿性发热、痛风、支气管哮喘等;

2.用于皮肤疾病,如过敏性皮炎、脂溢性皮炎、瘙痒症、神经性皮炎等;

3.用于眼部疾病,如虹膜睫状体炎、角膜炎、巩膜炎、结膜炎等。

强的松

主要用于过敏性与自身免疫性炎症性疾病。适用于结缔组织病、系统性红斑狼疮、严重的支气管哮喘、皮肌炎、血管炎等过敏性疾病,也适用于急性白血病、恶性淋巴瘤等。

激素类药物的副作用多

如果长期超生理剂量地服用激素类药物,可出现向心性肥胖、皮肤变薄、肌无力、肌肉萎缩、浮肿、恶心、伤口愈合不良、骨质疏松、消化道溃疡、儿童生长抑制、精神症状等不良反应。因此,使用此类药物时,一定要对症下药,同时严格控制剂量和疗程。

如何正确使用激素类药物

患者需要使用激素类药物时,必须清楚治疗时间的长短。如果用药3天~5天,不需要过多顾及激素类药物的远期不良反应;如果是偶然发生的严重过激性疾病(喉头水肿等),应选用抗炎、抗过敏作用较强的药物,如地塞米松。短期用药(3天~5天)可以随时停药,但是长期用药就不能随意停药,因为突然停药会造成病情反弹。使用激素类药物时,常涉及以下一些概念:

激素抵抗:指激素足量使用8周无效。

无效:规范使用激素一年内病情复发3次以上。

激素依赖:在规范停药的情况下出现病情反弹的现象(反复出现蛋白尿)。

激素的应用比较广泛且复杂,患者不能随便减量、停药等,一定要在医生的指导下合理用药,逐渐减量停药。

(作者供职于曹县人民医院药剂科)

克拉霉素的六大副作用

□师国表

克拉霉素是一种广谱抗生素,属于大环内酯类药物,用于治疗多种由细菌引起的感染。在临床上,它常用来治疗鼻咽、呼吸系统、泌尿系统、皮肤及软组织感染。克拉霉素在治疗这些疾病时效果显著,但与此同时,也有潜在的风险。本文将帮助大家更好地了解和正确使用克拉霉素。

1.消化系统不适:克拉霉素常常引起一系列消化系统不适,如恶心、呕吐、腹泻、腹痛等,通常是因为克拉霉素影响了肠道菌群的平衡。这些症状通常是轻度的,并在停止使用克拉霉素后自行缓解。对于老年人和免疫力较弱的人来说,消化不良可能会更为严重,要引起足够的重视,若加重应及时就医。

2.过敏反应:个别患者在服用克拉霉素后,可能产生过敏反应,通常包括皮肤过敏、荨麻疹、呼吸急促、喉咙肿胀等,甚至会出现过敏性休克。虽然过敏反应较为少见,但是如果出现呼吸困难、胸痛、呼吸急促等严重症状时,应立即停止使用克拉霉素,并及时就诊,在医生的指导下用药。

3.神经系统反应:克拉霉素可能对神经系统有副作用,患者会出现头痛、头晕、抽搐、疲劳、失眠、肌肉无力、嗜睡、电击感、震颤和昏迷等。这些副作用通常会在停止使用克拉霉素后自行缓解。但长期使用高剂量的克拉霉素,会导致神经系统损害。

4.肝功能异常:部分服用克拉霉素的患者可能出现肝功能代谢异常。克拉霉素对肝功能的影响大多表现为肝酶升高,即血清胆碱酯酶、天门冬氨酸氨基转移酶、丙氨酸氨基转移酶等

酶类的浓度升高。如果患

者的肝功能本来就存在问题,或者同时服用其他引起肝脏损伤的药物,可能会增加克拉霉素导致肝功能异常的风险。大多数情况下,克拉霉素导致的肝功能异常是轻度 and 暂时性的,不会给患者造成特别严重的影响。但是,在极少数情况下,克拉霉素可能导致严重的肝损伤,甚至导致肝衰竭。因此,患者应当密切关注肝功能检查结果。如果正在服用克拉霉素,感到持续性腹痛、乏力、黄疸、肝区不适等,以及有精神状态改变、肝功能指标显著升高等情况,应立即向医生报告,并停止使用该药物。医生可能会要求进一步检查肝功能的重视,若加重应及时就医。

5.耳毒性和肾毒性:长期、高剂量使用克拉霉素,可能会引起耳毒性和肾毒性。其中,耳毒性是指克拉霉素导致耳朵内部的神经或细胞受损,从而引起听力下降。肾毒性则是指克拉霉素对肾脏的伤害,可能导致肾功能异常和肾衰竭。

6.心脏功能异常:克拉霉素对心脏的影响主要表现为QT间期延长(心电图诊断中的常用术语)。QT间期延长可能导致心律失常和心脏停搏,尤其是老年人和有心脏病患者。

此外,已有研究表明,克拉霉素对心肌细胞存在一定毒性作用,可损伤心肌细胞,导致心肌收缩力下降和心功能不全。如果患者正在服用克拉霉素,出现头晕、心悸、心动过速、胸闷、呼吸困难、晕厥或其他心脏相关症状,应咨询医生并进行心电图检查。

(作者供职于山西省河津市人民医院药剂科)

带你了解激素类药物

□逯经纬