

健康专家 有话说

# 居家口服抗肿瘤药物注意啥

本期专家: 保定市第二中心医院药剂科王梦梦

口服抗肿瘤药物与静脉化疗用药相比, 具有不良反应症状轻、服用方便、缩短住院时间等优点。但肿瘤患者居家期间服药, 可能会遇到很多问题, 如药物是饭前吃还是饭后吃? 漏服该怎么办? 饮食有哪些注意事项? 下面跟您聊聊, 居家期间如何安全口服抗肿瘤药物。

## 1. 给药剂量和时机需严格遵照医嘱, 准确用药。

口服抗肿瘤药物的使用剂量、用药频次及用药疗程是根据多次临床试验反复验证得出, 按时按量按要求服药, 才利于维持稳定的血药浓度, 发挥最佳治疗效果。

药物服药时机是根据药物在体内的代谢、毒性及耐受性来制定的。另外, 药物疗效也受胃肠内 PH 值、胃排空速度和内脏血流量等因素影响。建议固定服药时间, 不要随意更改。如细胞毒药物替吉奥、卡培他滨, 建议每日餐后服用(餐后

15-30 分钟), 避免食物影响药物而降低疗效。大多数的靶向药物建议空腹(餐前 1 小时或餐后 2 小时)服用, 避免食物对药物吸收的干扰, 降低化疗相关性呕吐的发生风险。因此, 用药前请仔细阅读说明书对服药时机的推荐, 如有困难可找药师帮忙。

## 2. 碾碎、掰开不可取。

服药饮水量常规建议 200ml 温开水送服, 避免因送服药物水量不足, 而使得药物不能顺利进入胃中, 长时间停留在食管引起黏膜刺激。

口服抗肿瘤药物不应碾碎、掰开服用。一方面由于药物本身及包装性质不同, 碾碎、掰开会破坏药品结构, 造成药效降低; 另一方面, 药物掰开、碾碎后, 在口服过程中, 粉末可能接触眼睛, 或经肺吸入体内, 对人体产生细胞毒作用。如存在吞咽困难, 不能整片吞服, 及时找医师或药师帮忙, 为您推荐最佳用药方案, 如吉非替尼片、奥希替尼片, 可整片制成溶液

及时服用。

## 3. 漏服药物时, 补服需谨慎。

居家服药期间, 如果出现漏服, 不必惊慌, 需及时与医师或药师沟通。为避免漏服, 建议您设定服药小闹钟, 提醒服药。

不同药物, 补服原则不同。有些药物漏服不可补服, 但有些可以补服, 如奥希替尼片, 固定时间每日 1 次给药, 如忘记服药, 在 12 小时之内, 请立刻补服, 如果超过 12 小时, 无需补服, 只需在第二天固定时间正常服药即可, 不能加倍服药。

## 4. 药品贮存不容忽视。

(1) 口服抗肿瘤药物大多为遮光、阴凉、干燥处保存, 部分需冰箱 2°C-8°C 保存, 如苯丁酸氮芥片。

(2) 口服抗肿瘤药物贮存除严格遵守说明书, 还应远离儿童、任何家庭成员或照顾患者的护理人员或宠物。建议不要直接接触药物, 药物不可随意丢弃至垃圾桶或下水道。

## 5. 生活饮食要健康。

(1) 为减少恶心呕吐发生,

建议少量多餐, 以高蛋白、易消化、高糖、少渣食物为主, 如瘦肉、蛋类、河鱼等。避免高脂肪油炸及刺激性食物。

(2) 避免发生潜在药物-食物相互作用。多数靶向药物经过肝药酶代谢, 服药期间避免食用西柚等影响肝药酶代谢的食物, 防止降低药效。

## 6. 不良反应不可怕, 及时就医是关键。

居家服用抗肿瘤药物期间, 应注意药物不良反应, 一旦发生及时就医。为保障用药安全, 服药期间, 要按时随诊, 定期复查, 有不适及时就诊。



河北省药学会 微信公众号  
网站: <http://www.hebpa.org>  
地址: 石家庄市长安区裕华东路 179 号  
电子邮箱: [hbsyxh001@163.com](mailto:hbsyxh001@163.com)  
邮编: 050011

栏目主持 王艳伟

## 夏季出汗多 易得毛囊炎

夏季, 人们出汗增多, 如果不及时间清洗, 可能造成毛孔堵塞, 甚至引发毛囊炎。

毛囊炎虽是小毛病, 但皮损多发, 严重的愈后可有瘢痕、脱发, 影响美观, 应引起重视, 及时治疗。

夏季如何预防毛囊炎发作呢? 1. 保持皮肤清洁, 特别是头部、腋下、腹股部等毛发多, 皮脂腺、汗腺丰富的部位, 要常用温水或硫磺肥皂清洗干净。2. 尽量穿宽松、吸汗的棉质内衣。3. 少吃酸、辣等刺激性食物, 多吃蔬菜、水果。

如果多年反复出现马拉色菌毛囊炎, 可在入夏后每个月用浓度为 2% 的酮康唑香波清洗头部、前胸和后背这些马拉色菌容易定植的部位, 达到预防目的。

东南大学附属中大医院 皮肤科 董正邦

## 本周六 以岭医院有痛风义诊

本报讯(记者 祁鹏飞)为普及痛风及高尿酸血症健康知识, 6 月 11 日, 河北以岭医院风湿病科举办“关注尿酸、远离痛风”义诊活动, 通过专家义诊咨询、部分检查减免优惠等, 为大家提供痛风相关的诊断、答疑及科普服务。

义诊时间: 6 月 11 日(本周六)8:30-11:30

义诊地点: 河北以岭医院 门诊一楼大厅。

义诊专家: 郭刚、李慧云、张韶英、张海顺等风湿病科专家。

义诊优惠: 免费检查肝功能两项, 免费进行肾功能三项(肌酐、尿素氮、尿酸)及血脂检查。

特别提示: 参加义诊的朋友请空腹来院, 请提前预约, 避免聚集。

预约电话: 0311-83852240

相关链接: 郭刚, 主任中

## 盛夏躁怒易伤肾

盛夏气候, 闷热潮湿, 人也变得烦躁、易怒。这时, 有糖尿病及肾脏病史的老年朋友要注意, 不能让自己动怒或情绪过于波动, 因为烦躁、愤怒等过激情绪会间接损伤肾功能, 导致以往的肾病复发加重。

首先, 夏季是睡眠时间最少及质量最差的季节, 人们在

疲劳状态下, 通常都比较焦虑、暴躁, 血压升高, 肾脏的负担和耗氧量也会显著增加。如果血压一直持续在较高水平, 将在很短的时间内造成肾脏的不可逆损伤。

另外, 心烦时, 人们不自觉地就会进食很多甜水果或食物来缓解恼怒, 让自己开

心起来。所以, 糖尿病患者夏季血糖不易控制, 血糖升高后, 虽然不良情绪有所缓解, 却加重了肾损害。因此, 糖尿病患者控制情绪时, 可在两餐之间选择圣女果、西红柿、黄瓜等含糖量低、含维生素高的蔬果食用, 可起到平复情绪的作用。 石珂/文

## 某些指标异常 未必是疾病所致

体检的人很怕看见体检报告中出现异常指标, 事实上, 体检中有几个指标, 即便异常也未必是疾病所致, 比如发现转氨酶或尿素氮升高、肾脏有囊肿等。

转氨酶分谷丙转氨酶和谷草转氨酶, 前者增高更常见。这种酶存在于肝、心、肌肉和肾的细胞内, 以肝细胞内最多, 每当肝细胞受损时, 这种酶就释放到血液中, 指标就会升高。但是, 如果体检前熬夜了或者喝酒、感冒了, 都可以使它升高。如果乙肝“两对半”是正常, 只是转氨酶这一项高, 可以不必紧张, 也不需要治疗, 更不用担心自己有传染性, 只是要注意饮食平衡, 休息几天再去检查, 也可能已恢复正常了。

尿素氮和血肌酐是检查肾功能的指标, 尿素氮是蛋白质最后的代谢产物。如果仅仅是尿素氮这一项升高, 另一个可以观察肾脏功能的血肌酐是正常的, 就可能是因为体检前饮食中蛋白质摄入过多引起的, 只要改变饮食结构, 很快就能恢复正常。虽然尿素氮能推测肾功能, 但不如血肌酐准确。如果是血肌酐也升高, 就有必要系统检查了, 多见于急性肾炎、肾功能不全等。这个时候, 一般也会有症状出现, 比如浮肿、人感到疲乏等。

肾脏囊肿中, 大多数是单纯肾囊肿, 随着年龄增长, 肾囊肿的发生率增高, 男性多发。由于单纯肾囊肿多无症状, 对肾功能和周围组织影响不大, 因此不需治疗, 只要 6 个月到 1 年随诊。如果囊肿直径较大, 超过 5 厘米或产生周围组织压迫症状, 引起尿路梗阻, 则需要行囊液抽吸术并囊内注射硬化剂。如果囊肿巨大, 直径超过 10 厘米则可能需要手术治疗。

张昊/文



图说 我们的价值观  
我友善 以福人  
人福我福  
富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善  
中宣部宣教局 人民日报 漫画增刊 中国网络电视台