

用药出现不良反应是否要停药

■ 用药知识 ■

大部分人对药物的了解基本上仅限于说明书,个别人甚至连说明书都没仔细看过,故对药物的不良反应知之甚少,一旦发生不良反应,要么就是置之不理+继续吃药,要么就是自乱阵脚+立即停药。其实需不需要停药,应该具体问题具体分析,可根据不良反应的轻重程度来确定是否需要停药。

轻微不良反应。轻微不良反应指的是头晕、头痛、口干、恶心、呕吐、腹泻、腹痛、乏力及困倦等程度较轻,对日常生活和工作没有太大影响的反应。轻微不良反应大多发生在刚开始用药时,患者的身体一般能耐受而自行缓解,无须减量或停药。

有些轻微不良反应还可通过调整服药方法来避开。比如,有些患者空腹或餐前服用降血糖药二甲双胍后出现恶心、呕吐或食欲减退等症状,调整为餐后或随餐服用,这些不适便会消失;有些患者服用氯苯那敏后感觉困倦,这种情况一般不需要特殊处理,但若患者需要从事高空作业或需要注意力集中的工作,那么将服药时间调整为睡觉前服用,可缓解困倦感。

需要注意的是,有些看似轻微的不良反应也可能预示着大问题。比如,服用他汀类药物后出现肌肉疼痛或肌无力,应立即停药并去医院就诊,拖延的话很可能造成肾衰竭,甚至危及生命。

严重不良反应。严重不良反应指的是头晕、头痛、胸闷或腹痛等较剧烈,呕吐或腹泻等次数较多,皮疹或红斑等范围较大,出现出血或晕厥等可能危及生命的情况。一旦出现严重不良反应,应立即停药,带上所有使用过的药物,并将不良反应发生的详细情况告诉医生或药师,以便他们正确判断和积极抢救。一旦明确诊断,患者应牢记今后不要再使用该药物。

隐匿不良反应。有些不良反应,患者一时半会儿感觉不出来,只能借助检查或检验设备才能发现。比如,有些药物可能会引起贫血或肝、肾损伤等。



对于这些隐匿不良反应,患者要按照医生或药师的交代,定期去医院进行检查,以便及时控制。

药物的不良反应很多,且可能与某些新发疾病雷同,当无法自行判断时,建议寻求医生或药师的帮助,以便正确判断和及时处理。

据《认识药物不良反应——教你远离药物伤害》

脚扭伤早期别按摩

如果脚扭伤了,在早期千万不能按摩处理。此时按摩不但不能消肿,还会使肿胀更加严重。

脚刚刚扭伤的时候,会立马肿起来,说明里面出现了内出血或者有渗液,这都是脚扭伤后正常的炎症反应。在这种情况下,如果去按摩,特别是涂了药油后去用力按摩,会加重这种炎症反应,加重出血和肿胀。

一旦出现脚扭伤,可以采用“休息、冰敷、加压、抬高”的处理方法。脚扭伤后,患肢要停止走动,让受伤部位静止休息,减少进一步损伤。受伤后有条件时应立即用冰袋隔着毛巾冰敷受伤部位,让受伤部位温度降低,可以缓解疼痛和肿胀。可以利用弹力绷带等包裹受伤的踝关节,适当加压以减轻肿胀。用垫枕抬高患肢,高于心脏,可以增加静脉血液回流,减轻肿胀,促进恢复。

广东省人民医院骨科主任医师 肖进

左心衰气喘 右心衰水肿

早期心衰的患者,从事稍重点的体力活动就会感到疲劳、四肢无力,休息后则能减轻或消除。譬如上楼或疾走后便会感到呼吸困难,但经过休息后又能缓解。最终出现气喘和呼吸困难等症状,这就是左心衰竭发生时的表现。

右心衰竭的时候,患者表现为食欲不振、腹胀不适、右上腹有时疼痛、尿量减少、体重逐渐增加,而且手足部的皮肤会感到紧绷,表现为下肢水肿等。这是右心衰的主要症状。简而言之,非医学专业的人只需要掌握两点:左心衰“喘”,右心衰“肿”。

据《家庭医药》



骨折患者怎样做好得快

■ 护理常识 ■

骨折是指骨骼受外力作用所诱发的断裂和破裂现象。骨折可以发生在任何年龄阶段,通常是由外伤、摔倒或骨质疏松所诱发的。那么,骨折患者应该如何治疗和护理才能恢复得更快呢?

药物治疗

一提到骨折,很多人会认为只能进行手术治疗,其实药物治疗同样可以起到减轻疼痛、控制炎症、促进骨折愈合的目的。比如,镇痛类药物可以缓解患者因骨折带来的疼痛和不适,布洛芬、阿司匹林等消炎类药物能够控制患者骨折部位的炎症反应,促进伤口的愈合。除上述镇痛药物、消炎药物外,抗生素也可以用来控制患者骨折部位的感染。

需要注意的是,各类药物的使用均需严格遵循医生的

处方和建议,千万不要随意增加、减少或更换药物,以免出现药物不良反应或者耐药性。

手术治疗

手术治疗通常适用于一些复杂骨折或者开放性骨折、多发性骨折。一般的手术治疗方式包括复位、固定、修复等,医生会根据患者的骨折位置、病情严重程度,选择最适合的手术方式。手术后,患者要严格遵从医生的术后指导,定期更换伤口敷料等,确保骨折愈合良好。

康复训练

康复训练是帮助患者恢复骨折部位功能和活动能力的关键所在。在骨折固定后,医生会根据患者骨折类型,制定个性化的康复训练方案,如关节活动或肌肉锻炼等。这种早期的康复训练主要是防止患者肌肉萎缩或

关节僵硬。除此之外,在早期的康复训练中也会配合功能训练,目的是恢复关节功能,提高肌肉的活力和灵活性。在康复训练过程中,患者可能会面对诸多的生理和心理不适,但还是要坚持训练,以提高骨折的康复速度。

注意饮食

骨折患者在治疗过程中,饮食是尤为重要的,多吃一些高蛋白食物以及富含钙、维生素D、维生素C、锌的食物,有助于骨折康复。摄入足够的钙可以促进骨折部位的愈合,增强患者的骨密度。需要提醒的是,骨折患者一定要限制盐、咖啡因等的摄入,避免影响骨折的愈合速度。可以根据患者的口味以及疾病的严重程度,制定个体化的饮食方案。

潍坊市安丘市市立医院 曹海福

静脉曲张疼痛发红怎么办

随着静脉瓣功能逐渐退化,不能很好关闭,血液发生倒流,腿部静脉会扭曲扩张,如果突然红、硬、疼,不能触碰,多是血栓性浅静脉炎,与能够引起肺栓塞的深静脉血栓不同,不必过于担心,但要注意以下几件事。

一是避免挤压按摩,有些人认为把硬包按下去就行,其

实这是非常危险的动作,会有血栓穿透静脉到深静脉的危险。二是不建议热水泡脚,此时热水泡脚可能会进一步加重病情,建议切一些薄土豆片冷藏,每日睡前冰敷,以缓解疼痛。三是避免久坐久站,躺下时可以把小腿稍微垫高。四是及早诊治静脉曲张,不要拖

到长出血栓才治疗。

如果静脉曲张并发了浅静脉血栓,可以通过射频、激光等微创技术治疗;若隐静脉的主干也有血栓,不再适宜微创技术,还可选择血流动力学纠正手术治疗,术后恢复速度较快。

北京大学国际医院介入血管外科 王谦

■ 专家提醒 ■

如何延缓老花眼的发生

随着年龄增长,人的身体机能退化,无论近视还是不近视,都难逃老花眼。老花眼的学术名称是老视。老视是指随着年龄的增长,眼睛的调节能力下降,出现近距离阅读模糊、疲劳、酸胀、多泪、畏光、干涩等情况。

老视并不是一种疾病,而是一种生理现象,由于现代人长时间使用手机、电脑等电子设备,近距离阅读强度增加,不少人在40岁左右就出现了老视现象。眼睛老花的度数会随着年龄增长而增加,因此一定要戴合适老花镜来矫正视力,避免增加眼睛负担,加重头痛、眉紧、视物模糊等视力疲劳症状。

延缓老花眼的发生,要注意以下几点:避免用眼疲劳,每看电脑或手机1小时,让眼睛休息10分钟,眺望远方;改善用眼环境,用眼时的照明强度要适宜,不要看字体过小、模糊不清的读物;充足饮水,饮食均衡,适当摄取富含维生素A、B族维生素的食物,如猪肝、豆制品、蛋类等;遵医嘱使用眼药水。

北京大学人民医院眼科主任医师 王凯

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

我们的价值观

子也孝 孙也孝

中国福 中国喜

中宣部宣教局 人民日报 中国网络电视台