

■ 用药知识 ■

非处方药用药的六大误区

非处方药物(OTC)在很多平台都可以买到。不少人认为,非处方药可以随意使用。殊不知,非处方药如果用药不当,不仅起不到治疗作用,还可能影响身体健康。以下是非处方药用药的几大误区。

误区一: 认为非处方药物无毒副作用。虽然非处方药物将安全性放在第一位,但并不意味着使用过程中不会发生不良反应。即使比较安全的常用药物,如果使用不当,也可能引

起中毒。建议大家不要盲目使用非处方药。

误区二: 模仿他人用药。有的人觉得自己生病的症状与他人相似,就模仿他人用药。然而,许多不同疾病会出现相似的症状,同一种疾病也可能表现出不同的症状。因此,生病时要因病、因人科学使用药物。

误区三: 重复使用同类药物。多种同类药物合用,会使某一成分剂量摄入过多,进而

对人体造成损害。如许多治疗感冒的药物中都含有对乙酰氨基酚,如果同时服用多种感冒药,摄入的对乙酰氨基酚剂量过多,可能造成肝脏损伤。

误区四: 随意调整用药方式。有的人用药时会随意更改用药剂量、频次、时间及疗程。这些不规范的做法,可能会使病情复杂化,给后续治疗带来困难。

误区五: 大量储备非处方药物。有的人会大量储备非

处方药物,以备不时之需。药品有保质期,过多囤积容易导致药品过期,造成资源浪费,如果误服还会增加用药风险。

误区六: 把非处方药物当作保健品。维生素E和维生素C是抗氧化药物,有提高免疫力、抗衰老等功效,如果当成保健品长期大剂量服用,不仅不能提高免疫力,反而会使免疫力下降,甚至引发疾病。

海军特色医学中心 宋琰

长城体检新增一个深度体检区

本报讯(通讯员 谷翠花)9月22日,位于省会广安大街时代方舟B座的长城体检深度体检区启用。目前,石家庄长城体检形成由广安普检区、广安深度体检区、高新区长城医院四层深度(高端)体检区、五层普通体检区组成的“两店四区”架构,为省会百姓健康保驾护航。

据了解,长城体检深度体检区旨在为高端VIP精英人士提供全方位的健康管理服务,基于心血管疾病和肿瘤防治这一理念而建立,通过深度体检发现及评估心血管疾病和肿瘤风险,并制定危险因子的干预方案。

长城体检深度体检区是秉承“上医治未病”的理念构建的健康管理平台,拥有美国GE1.5T核磁共振成像仪、美国GE128层CT、NEUVIZ 16 CLASSIC CT、日本宾得胃肠镜、东软彩超、日立7180全自动生化分析仪、迈瑞BS-890全自动生化分析仪、迈瑞化学发光分析仪、欧姆龙动脉硬化检测仪、华通A2000尿液分析仪等大型进口设备数十台,为保证体检质量提供坚实的硬件基础。

据介绍,长城体检中心依托石家庄长城医院综合实力,汇聚国家级、省级杰出专家资源,专家团队不仅关注疾病的诊治,更致力于预防医学的推动,能够为大家提供及时、有效、精准的就医咨询。

磁共振检查所有金属都不能带吗

磁共振成像和X线及CT成像原理不同,没有电离辐射,也就是俗称的射线,且具有多参数成像、软组织分辨率高的技术优点,是一种相对安全、绿色的检查方式。在做磁共振检查之前,医生总是一再强调要去除身上携带的金属物品,核实是否体内植入金属物,这是为什么呢?

磁共振设备是使用专用设备通电而产生的一个强大的磁场,对铁磁性物质有超强的吸引力,为了提供稳定的场强,这个磁场要一直存在,即便是机器停止扫描,磁场也是存在的。我们可以把磁共振主磁体当做一个巨大的“磁铁”,铁磁性物质靠近磁场就会被吸引,迅速加速飞向磁体中心,这种突然的运动会对扫描间的人员和机器造成严重的伤害。除了铁,另外几种常见铁磁性金属是钴和镍,也是不能带入MRI检查室的。

因此,在进入磁共振检查区域前,一定要去除身上携带的铁磁性物品,如钥匙、腰带、金属发卡等。手机、手表、磁卡等电子设备除了铁磁效应外,还有可能导致磁卡消磁、电子设备失灵,也不能携带。金银首饰之类的物品,因没有铁磁性,理论上不用去除,但是就怕材料不纯,所以为了保护自己的人身安全,还是要尽量摘下来。

此外,还应格外注意各种体内植入的金属物。体内植入物受磁场作用可能会发生位置变化,电子植入物因射频场干扰会发生功能紊乱甚至失灵,而且扫描过程中梯度的感应电流可使植入物发热,对人体造成伤害。常见的有心脏起搏器、心脏支架、颅内动脉瘤夹、骨科钢钉、种植牙、胰岛素泵、人工耳蜗等。早期的心脏起搏器是MRI检查的绝对禁忌症,但是目前市面上已经有可以兼容磁共振的心脏起搏器了,所以并

不是说安装了心脏起搏器就不能做MRI。目前骨科的内固定物以及种植牙内的金属桩很多都是钛或钛合金材质,为无磁或弱磁性,是可以做MRI检查的。建议大家进行植入手术时,一定要提前了解植入物材质,向医生确认以后是否可以进行检查,最好保存说明书或标签,以便日后做MRI检查前影像科医生评估。

另外提醒大家,膏药、纹身和化妆品,有可能会含有一定的金属成分,同样会与磁场发生反应,导致皮肤受到刺激或产生灼伤。

总之,做磁共振检查前,一定要配合医生,该脱的脱,该摘的摘,一是因为安全问题,二是因为图像质量问题,有些材料没有安全问题,但是会使图像产生伪影,影响图像的观察和疾病的诊断。

石家庄市人民医院影像中心 张瑾

慢性疲劳综合症有五个信号

偶尔累可能是正常现象,但长期过度劳累是一种病。世界卫生组织在2019年就把过度劳累确认为一种慢性疾病,表述为“长期面对压力却未能成功化解压力导致的慢性疲劳综合症”。以下5个表现意味着你的身体已经非常疲惫。

1. 注意力不集中。表现为容易走神,反应慢半拍,明明前一秒还记得自己要干啥,后

一秒就突然忘记了。

2. 口腔溃疡。人体免疫力降低,免疫功能出现异常,口腔溃疡出现频率更高,而且愈合期也 longer。

3. 肠道问题增多。肠道菌群紊乱,容易出现肠炎等肠道问题。

4. 腰背僵硬、酸痛。腰部肌肉持续处于紧张状态,就会引起腰背部僵硬感和酸痛感。



5. 耳鸣。劳累、精神压力大、情绪不稳定,听神经受到长期压迫发生病变可能导致耳鸣。
据《工人日报》

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

图说 我们的价值观

子也孝 孙也孝

中国福 中国喜

天津日报社

中宣部宣教局 人民日报 中国网络电视台