

生病吃药,除疗效外,你是否关注“副作用”?

买药时,药盒上有这10个字要慎重!



1 麻:高血压患者不宜用

感冒药一般除了商品名外,还有根据成分起的通用名,如“美扑伪麻片”,从名字就能看出其中的主要成分。

专家介绍:

其中,“麻”指的是含有伪麻黄碱,伪麻黄碱有助于减轻感冒、过敏性鼻炎、鼻炎及鼻窦炎引起的鼻充血症状。

但是,伪麻黄碱会引起血管的收缩,导致血压、血糖、眼压增高,因此,高血压、糖尿病和眼压高的患者应慎用。

此外,它还会影响神经系统,加重前列腺肥大患者排尿困难和甲亢患者头痛、失眠等。孕妇和运动员也应慎用此成分。

2 敏、扑、苯:司机不宜用

扑尔敏(氯苯那敏)能缓解感冒引起的流眼泪、打喷嚏、鼻塞等症状。

专家介绍:

名字里带有“扑”“敏”“苯”的感冒药服用后可能会引起嗜睡、困倦等症状,所以,服药期间不得驾驶机、车、船,不得从事高空作业、机械作业及操作精密仪器,服药期间最好保证休息。

该院药学部主管药师 刘欣怡说:消化性溃疡所致幽门狭窄、哮喘发作、高血压危象的人也要慎用。

3 酚:肠道溃疡者慎服

专家介绍:

白加黑、新康泰克、日夜百服宁、感康、快克、泰诺、感冒灵常用感冒药等均含扑热息痛,它对胃黏膜有刺激作用,虽然短期用伤害较小,但消化道溃疡患者服用期间应注意观察,发现异常应及时停药。

同时,这些药最好不要同时吃。此类药物在服药期间还应避免饮用含酒精饮料,患者应在医生指导下服用该药。

4 美:支气管炎患者慎用

右美沙芬是临床常用的中枢性镇咳药,含此成分的感冒药通用名多含有“美”字。

专家提醒:

慢性支气管炎、肺炎患者应慎用这类感冒药,因为其中枢镇咳作用可能影响痰液排出,堵塞呼吸道,严重时可引起窒息。

此外,孕妇及痰多患者也要慎用右美沙芬类药物,妊娠3个月内妇女及有精神病史者则需禁用。

曾有报道,“氢溴酸右美沙芬片”中的“美沙芬”与止咳水里让人成瘾的“可待因”相似,都能影响人的中枢神经系统,过量服用会成瘾。所以,虽然美沙芬片是一种非处方药,但是服用前一定要咨询医生和临床药师。

5 清热:风寒感冒别用

目前,市面上的感冒中成药中,有很多有“清热”字样,如感冒清热颗粒。

专家介绍:

清热类药物适合风热感冒的患者服用,不适用于风寒感冒患者服用。

清热是中医名词,指清除邪热或虚热的各种治法。由外感温邪引起的一般称为实热:

邪在气分的宜用辛凉清热;



热毒炽盛或夹湿的宜用苦寒清热;

热盛伤津的宜用甘寒清热;

热在营血的宜用凉血清热法等。

由阴虚而生的内热,称为虚热,宜用养阴以清热。

另有气虚而致的发热,宜用甘温补气药治疗,不属清热范围。因此,清热类的感冒药不适用于风寒感冒患者服用。

6 解毒:不能长期服用

牛黄解毒丸等药的“解毒”作用能改善感冒时的上火症状,但它们并非感冒药,如果长期服用,对身体反而不好。

专家介绍:

中成药类的解毒药一般都含有清热成分。服用双黄连口服液的同时,不宜再服用滋补性中成药。

同样,风寒感冒患者也不宜服用。患有高血压、心脏病、肝病、糖尿病的人,孕妇或正在接受其他治疗的患者,均应在医师指导下服用。

服药三天后,症状无改善,或出现发热咳嗽加重,并有其他症状如胸闷、心悸等时应去医院就诊。

家中必备5种小中药 安全、便宜又有效

生姜:驱寒止呕

生姜味辛性温,有发汗解表、温中止呕、温肺止咳的功效。比如家里人淋雨受凉了,喷嚏连连的,这时切几片生姜,加点红糖煮水给他喝,马上就生龙活虎的。

俗话说:“上床萝卜下床姜”,生姜有很好的醒脾(使脾胃苏醒)的作用,所以对于早上起来胃口不太好的人,起床后喝些姜水,能促进胃肠运动,增加食欲。

生姜还有止呕的能力。大多数的呕吐,尤其是妊娠呕吐,一杯生姜汁(或煮姜水),就能让人“缓过来”,既有效,又安全。不过,生姜较温,平时阴虚内热体质的人不宜食用。

陈皮:祛痰止咳

陈皮味辛、苦,性温,有理气、祛湿、化痰的作用,可用于治疗脾胃气滞引起的胃痛、腹胀、嗝气、恶心、呕吐等。老是咳嗽,痰液稀白稀白的,用陈皮泡水喝也是很有化痰止咳作用的。

老年人年老体衰,脾胃功能本身已经偏弱,如果出现胃脘及腹部胀满,进行各项检查如胃镜、肠镜也并未发现明显异常的,也可以煮点陈皮姜枣汤。

做法是:陈皮10克、生姜30克,剁成



碎末,大枣5~10枚。一起入锅,加水500毫升,煮沸后改文火,再煎3~5分钟即可。趁热饮用最佳,可稍加红糖以调味。



山药:健脾止泻

山药味甘性平,有益气养阴、补脾肺肾的作用。小孩子脾胃虚弱,老是没有胃口吃饭,而且还时不时腹泻,平时多让他吃点山药就最好不过了。

山药长于养阴,对于更年期妇女以脾肾阴虚为主者,服用后可以缓解潮热、心慌等症状。山药对老人家肺气虚引起的慢性咳嗽、气促、肾气虚引起的腰酸腿软、夜尿较频等都有一定的作用。

山药的特点是药性平和,可作为食品长期食用(煲汤、煮粥味道都很不



错)。对于病后身体虚弱,需长期营养调补的人来说,山药更是“质优价廉”的补品。

金银花:清热解毒

金银花味甘,性寒,有很好的清热解毒功效。金银花和菊花的性味有点相似,但它有更好的解毒作用。咽喉肿痛、热毒泻痢用金银花煎水代茶喝,不消一日,症状就会有很大的改善。

盛夏,孩子一身的热痱很是可怜,用金银花煎成浓浓的药水,在那些长痱子的地方反复擦洗,一天以后,就可以看到痱子沉了下去。除了痱子,对其它的痈、疮、疖肿等,金银花水一样有效。

菊花:疏风清热

菊花,味辛、甘、苦,性微寒,有疏风清热、解毒、明目的功效。菊花主要清的是肝火,中医认为,肝开窍于目,因此,菊花对于肝火引起的眼睛方面的问题疗效尤为突出。

比如眼睛出现疲劳或者干涩症状时,拿个杯子放些菊花、决明子、枸杞等明目的东西,用四五十摄氏度的热水冲泡,用升起来的蒸汽熏眼睛,能够缓解眼疲劳和眼干的状况。

据新华网