

合理使用退烧药 这些细节您得知道

连日来,随着气温的下降,省城各大医院呼吸道疾病患者尤其是儿童患者明显增多,且大都有发热症状,每每此时,家长就会因孩子居高不下的体温备受困扰,究竟该不该用退烧药?什么时候用比较好?用了退烧药还不管用又该怎么办?针对广大家长普遍关注的这些问题,太原市人民医院药剂科副主任药师杨书程进行了详细解读。



发烧如何判定?

问:体温超过多少摄氏度为发烧?发烧到什么程度需要进行治疗?

答:通常情况下,腋下温度 $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$ 定义为发烧;腋下温度 $\geq 38.2^{\circ}\text{C}$,或因发烧出现了不舒适和情绪低落时,建议进行退热治疗。

问:如何测量体温,选择哪种体温计合适?

答:测量体温最方便的部位是腋下,夹置5分钟左右,不建议家长在家给孩子测肛温和口温。体温计建议选用水银体温计,每次使用完记得将水银柱甩到刻度以下。红外线体温计测量每次测量差值比较大,建议常规使用水银体温计,孩子入睡等不方便使用水银体温计时可以使用红外线体温计,多次测量取平均值可提高准确性。



孩子发烧该如何选择退烧药?

问:儿童可以使用的退烧药有哪些?该如何使用?

答:世界卫生组织在全球范围内推荐宝宝发烧时使用的最有效、副作用最小的退烧药是对乙酰氨基酚和布洛芬,其他的我们一律不推荐。对乙酰氨基酚,3个月以上的儿童均可使用,每次每千克体重10—15毫克,如重复发烧可间隔4小时重复用药一次,每次用药间隔不少于4小时,一天使用最多不超过5次;布洛芬,6个月以上的儿童可以使用,每次每千克体重5—10毫克,每6小时1次,如重复发烧可间隔6小时重复用药一次,每次用药间隔不少于6小时,一天使用最多不超过4次。我建议在使用退烧药时,家长找一张纸把用药时间和孩子的体温记录下来,防止用药过频,工作中见到很多家长会忘记上次用药时间,一着急就给药这样是完全错误的。

问:去药店买药,售货员告诉我西药对孩子的副作用大,建议使用中成药退烧,是这样吗?

答:对乙酰氨基酚和布洛芬是对儿童较安全的退烧药物,中成药往往缺乏循证依据,

一般只在发烧但体温不超过 38.5°C 时使用,体温超过 38.5°C 退烧时建议使用对乙酰氨基酚或布洛芬,使用口服中成药一般是降不下来的。

问:孩子以前有过惊厥,是不是体温稍高一点就得赶紧吃退烧药?

答:退烧药不能防止热性惊厥发作,也不会降低热性惊厥复发的风险,应按常规使用退烧药物,不应过分积极。

问:孩子吃的感冒药里有退烧药,还需要使用退烧药吗?

答:儿童感冒药多为复方制剂,复方的意思是一种药物含有多种有效成分,一种感冒药可以缓解很多感冒症状,比如发烧、流涕、咳嗽等,如果孩子仅仅有咳嗽的症状,那么这种药物里所含有的退烧成分对孩子来说就是多余的,会给身体带来毒副作用,而且即使孩子发烧,复方制剂里的退烧成分因为量少也起不到退烧的作用。我建议不要给孩子使用复方感



冒药,避免因重复用药导致药物过量造成肝损伤,家长也不要给医师施加开复方感冒药的壓力,有发烧症状时正常服用退烧药。

问:有人说退热栓退热效果好,为什么你不推荐?

答:退烧药能口服时尽量口服,我建议退热栓只有在孩子极度不配合口服或入睡时使用,因为使用退热栓会造成孩子不舒服。同时选用栓剂也只选用单一成分的栓剂,不建议选用复方退热栓。

问:朋友从国外带回来的降温贴号称降温神药?为什么我家孩子使用没有效果?

答:退热贴大体上分两种,一种是不含药物的,通过水分蒸发只能降低局部体温;一种是含药物的,更不安全。以上两种我们都不推荐,别崇洋媚外,记住退烧的首选安全方式是口服退烧药物,千万别退热贴一贴了之。



开瓶的退烧药下次生病还能用吗?

问:退烧药开瓶了能放多久,下次孩子病了还可以用吗?

答:对于退烧药开瓶了能放多久其实并没有一个准确的规定,有人说一个月,有人说按照瓶上的有效期,我的建议是本次疾病痊愈后就将开瓶使用剩余的退烧药弃去,开瓶后药物的有效期不能再按照药品包装盒上的有效期来计算这点可以肯定,为了孩子的用药安全,浪费就浪费一点吧。

问:退烧药计算错了给孩子吃多了,会造成孩子体温过低吗?

答:首先请按照推荐的剂量使用退烧药,退烧药的作用是使体温降到正常值,并不会造成低体温。在这里还要提醒家长,所有的药物都应放置在孩子接触不到的地方,每年都会有孩子误食了大人的药物或过量服用药物进行急救,千万要引起警惕。



服用退烧药也不管用怎么办?

问:孩子诊断流感了,体温 40.2°C ,服用退烧药也降不下来,该怎么办?

答:首先,退烧只是针对症状的治疗,不能代替针对病因的抗病毒治疗,应遵从医嘱按时服用抗流感药物。其次请与自己的医师或药师联系,看看退烧药是否用到最大量,如布洛芬,推荐的剂量是每次每千克体重5—10毫克,在医患关系紧张或医师治疗偏保守的情况下,医师可能会推荐按最低量5毫克每次每千克体重推荐,实践证明这个剂量在部分患者治疗流感引起的发烧时效果不明显,与医师或药师联系可以得到个体化有针对性治疗建议。如体温仍降不下来,可以换用另一种退烧药,如原来使用的对乙酰氨基酚可以换成布洛芬,但换药也需要遵照原来药物的时间间隔,即原来用的对乙酰氨基酚,最少4小时之后才能用布洛芬,原来用

的布洛芬,最少6小时之后才能用乙酰氨基酚。

问:孩子服用退烧药后大量出汗,正常吗?

答:出汗是使用退烧药后的正常反应,不必担心,给孩子穿适合的棉质衣服,避免出汗造成孩子不适。孩子发烧的时候要记得多次少量地给孩子喂水,不要一次喂太多,否则会增加肾脏的负担,水分排泄的过程可以加速孩子体内热量的排出。

问:孩子发烧老人说用酒精擦一擦就好了,这样安全吗?

答:不推荐酒精擦浴方法退热,因为孩子皮肤薄,擦浴酒精会很容易吸收,孩子本来对酒精就不耐受,如果再口服头类药物,会造成严重的不良反应。也不推荐使用温水擦浴退热,因为会明显增加患儿不适感。

特别提醒

退烧药使用时,还有很多细节需注意!

药物选择:只选择普通的布洛芬或乙酰氨基酚就行,不要选用缓释制剂,例如布洛芬缓释混悬剂和布洛芬混悬剂适应症是不一样的,前者一般是用于治疗慢性疼痛,退烧药需要快速发挥作用,所以退烧时不应选择缓释剂型。

药物量取:正确的量取药品是安全用药的基础,家长在量取退烧药时,先找到需要量取的刻度,例如孩子需要服用5毫升,先找到5ml的刻度线,然后把量杯放置在平整的桌面上,要求视线与5ml的刻度线持平,慢慢倒入药品至刻度线,不能边倒边找刻度,俯视刻度或仰视刻度都可能造成误差加大,也不建议手拿量杯倒取药品。尽量使用药品佩带的量杯或吸管,不要使用另外的容器量取药品。

药物使用:1.经常会有患者投诉买到的退烧药物有白色沉淀以为是变质药物,其实有沉淀是混悬剂型的正常现象,提醒家长们使用混悬液时一定要摇匀了,杨书程药师反复试验,发现只有上下使劲晃动药瓶12次以上沉淀才会肉眼可见,也就是差不多摇匀了,家长们千万别以为轻轻晃两下就好了,一定要摇到瓶底看不见明显的颗粒聚集才行。摇不匀的后果可能是开始服用的药物浓度过低,退烧效果不明显;后来服用的药物浓度过高使用过量,不良反应发生风险较高。2.也有患者曾经因为瓶盖打不开拿刀子撬或者要求换药,其实这恰恰反应了您使用的药物生产厂家是负责任的,近几年儿童用药安全问题引起了社会的广泛关注,很多儿童药物使用的是安全盖包装,只有家长先把瓶盖往下按再转动瓶盖才能打开药品,主要目的是为了防止儿童误服药品。(薛琳)

注意·事项

