

每年9月是全国安全用药月。为增强百姓安全用药意识,提高公众合理用药水平,从9月起至10月底,我省将开展为期两个月的“安全用药月”活动。目前,老年人这一庞大药品消费群体的用药安全问题应引起特别关注。

老年人用药安全问题凸显

切勿迷信“神药”,勿跟着广告吃药

■ 本报记者 侯赛 特约记者 汪传喜
通讯员 贺澜起

“回去就把阿司匹林停了,您眼睛出血与同时服用银杏叶胶囊和阿司匹林有直接关系。”9月10日,在海口市人民医院老年病科,老年病科主任崔晓红对一名前来就诊的老年患者说。

崔晓红告诉记者,每天接诊的患者中,像刚刚接诊的这名患者一样乱用药、用错药导致不良反应,引发其他疾病的占三成以上。

国家食品药品监督管理总局今年5月发布的《国家药品不良反应监测年度报告(2013年)》显示,65岁以上老年患者的药品不良反应报告比例连续4年呈小幅升高态势。有关专家表示,由于不合理用药,本来用来治病的药反而成健康隐患。对此应高度重视,努力防止药物损害、药源性疾病威胁老年人健康。

老年人用药安全问题突出

“老年人用药安全问题近年来不断

显露。许多老年人同时患有多种慢性病,需要长期治疗,用药种类较多,药物相互作用导致的不良反应明显增加。”崔晓红说,患有糖尿病、高血压、高血脂、冠心病等疾病的老年人患者临床症状多,病因复杂,常先后在多家医院不同科室就诊,出现处方药物相同或相似,而患者自己又很难判断,结果导致重复用药。

“重复用药最大的危害是产生药物不良反应,严重时会有生命危险。”崔晓红提醒,老年患者用药前,应和医师或药师充分沟通,在医生指导下用药,尽量避免重复用药。

迷信“神药”贻误病情

目前,老年人的用药安全问题,不仅表现在针对具体病情的治疗过程中,还表现在对特效药、保健品等的迷信和盲从上,进而贻误病情、副作用频现。

“我外公什么医生的话都不信,就信一个老朋友给他介绍的一位‘神医’。神医每次都开一堆不知名的草药给他吃。”海口市美兰区的小王痛心地说。前几日,他的外公嚷着嗓子疼,吃不下饭,身体持续消瘦。在家人一再劝说下,老人才同意到院检查,结果确诊为食道癌晚期。

缺乏正确判断听信“秘方”、“久病成医”固执己见……这是老年人面对身体健康问题时经常出现的典型问题。崔晓红说,有的老年人常常聚在一起谈

论各自的病情,互相交流和传播一些没有科学依据的“秘方”,导致用药安全问题频发。

“还有的老人吃药不听医生的,而是一味跟着广告走,这也非常危险。”崔晓红说,随着生活水平的提高,老年人越来越注重保健,热衷于各种保健讲座和买药赠药活动,有些药品或者保健品成分不清楚,有的打着“纯中药制剂”的幌子掺入违禁西药,导致用药安全问题。

“老年人在生理、心理方面的情况特殊,使得用药安全隐忧重重。”崔晓红说,在生理方面,老年人肝肾功能退化,药物吸收、分布、代谢和排泄均受影响,不良反应发生率升高;在心理方面,老年患者安全用药常识相对缺乏,自我风险管理能力较弱,而且求医心切,用药依从性较差,容易出现不合理用药情况。

按轻重缓急进行治疗

许多老年人患病初期,都抱有尽早治愈的急切心理,一旦短期内达不到预期疗效,便不断更换医院、更换药品,或者偏听偏信,根据别人的用药经验进行治疗,甚至听信小广告的虚假宣传,滥用“祖传秘方”、“灵丹妙药”。

但是,“病来如山倒,病去如抽丝”。绝大多数慢性病目前尚无根治方法,只有根据医嘱坚持用药,同时注意改善生活方式,才可能保持健康的身体状况。



正确用药七注意

药物混用会降功效

酒精和药物混用会有害

取药时要牢记医嘱

注意药房是否看错处方

不要去多家药房买药

避免不按规定吃药

避免不按说明书服用

相关链接

如有关于具体用药方面的问题,欢迎拨打“安全用药专家咨询热线”400-030-0606,每天都有权威专家接听电话,一对一解答广大群众咨询和提问。

崔晓红认为,老年人安全用药要注意以下情况:首先应坚持适度原则,根据医嘱坚持用药,对一些慢性病不求短期内“药到病除”;其次,开药时要向医生了解清楚,容易“打架”的药最好在服用时间上尽量隔开。此外,因老年人肝肾功能代谢功能下降,用药量应在一般成人基础上略减,吃2/3即可。

“对老年患者用药,应从小剂量开始,增强其适应性。同时,牢记用药因体重、身体状况和病情轻重而异,所选品种不要超过5种,要按轻重缓急进行治疗。”崔晓红说,治疗老年人高血压,降压不一定非要严格达到正常标准,有时140和190也算可以,否则过度降压会引起脑细胞坏死,后果将十分严重。

崔晓红提醒,老年人用药一定要注意监测,定期检查。长期服药的老年患者要定期到医院进行体检,以便及时发现药物,防止药物蓄积给身体带来损害。

医师信箱

糖尿病不吃主食行不行?

编者按:从本期开始,海南日报健康周刊推出“名医信箱”栏目,针对读者提出的疾病、用药、膳食等问题,请各大医院的专科医生解答。

您可以通过以下两种方式(任选其一)将问题提交给我们:

- 1.关注“海南日报健康周刊”微信公众号,并留言。
- 2.也可以发邮件到健康周刊邮箱:hnrjzkz@qq.com

患者王先生咨询:糖尿病不吃主食,只吃菜行不行?
海口市中医医院内分泌科主任周学林答复:

糖尿病患者饮食首先要平衡膳食。当糖尿病患者粮食食用太少,甚至不吃粮食,乍看似乎有利于降低血糖,其实不然。原因在于当少吃粮食甚至不吃粮食时,血糖会降低,但是为了维持重要器官如脑的能量来源,人体需要通过一些代谢调节来升高血糖,以保证血糖的稳定和脑的葡萄糖供应。这样代谢调节的结果反而是血糖不断升高。

饮食治疗的原则:热能要量化、

搭配合理化、饮食均衡化。

理想的构成比例是蛋白质食物占20%,脂肪类食物占25—30%,碳水化合物占50—55%。任何一种食物无法含有所有营养素,只有通过多种食物混合才能达到营养齐全。每日应吃四大类食品:谷薯类、菜豆类、肉蛋奶豆类、油脂类。做到主食:粗细粮搭配;副食:荤素食搭配,勿挑食、勿偏食。

读者问:糖尿病有什么好的治疗手段?
海口市中医医院内分泌科主任周学林答复:

用“三位一体”中西医结合疗法阻断糖尿病易感因素,修复胰岛功能,早期糖尿病可完全停药,以“五驾马车”为基础,采用国际先进“3C”治疗方案,可使糖尿病监测更准确,胰岛素注入更精确,有效控制中晚期糖尿病,防止并发症发生。中医治疗糖尿病的思路应由单纯治疗消渴转变到防治胰岛素抵抗、治疗代谢综合征上。

根据现代人提出患2型糖尿病的发病特点分“早、中、晚”三期,五个阶段即“郁、热、虚、损、瘀”学说,来概

括其从未病到已病,从潜证到显证的整个过程:因郁而热,耗热而虚,由虚及损,应损致瘀,形成糖尿病发生、发展的主线。

我对近年来临床和实验研究的结果,提出了自己的学术观点和治疗方法,概括为一、二、三、四、五治疗方案:即一个中心,以预防和治疗糖尿病发病为中心;二种方法,即中医和西医;三个分期,即早、中、晚;五个阶段,即郁、热、虚、损、瘀;五种治疗方式,即教育、饮食、运动、药物、检测,进行综合调理,从本质上治疗糖尿病。

医生简介:周学林,教授、主任医师,内分泌专家,从事中西医结合治疗糖尿病、肾病临床、教学、科研工作30余年,省级优秀专家、中国糖尿病防治工程组委会专家委员会理事、《糖尿病天地》杂志社特邀编委、卫生部中国保健促进会授予“特级名医”荣誉称号。在科研、医疗、教学等方面取得具有国内先进水平科研成果和学术成就。

(马珂)

口腔溃疡反复发作 警惕白塞病

无法治愈,控制好不影响生活

近日,有媒体报道一位患者口腔溃疡长达10多年,后反复出现双膝和双膝关节疼痛,严重时握东西无力,后被诊断为白塞病。

白塞病是什么病?专家解释,白塞病是一种慢性发作的全身性疾病,目前发病机制还不明确,可能与免疫功能紊乱有关。如果病情控制得好,一般不会影响人们的正常生活。

北京大学人民医院风湿免疫科主任医师张学武介绍,其实白塞病属于风湿病的一种,细分的话,属于血管炎疾病,但至于具体的发病机制,目前还不是很清楚,可能与人体免疫功能紊乱有关。

从发病率来看,欧美人是比较少见的,东方人,包括中国、日本等在内的国家和地区发病率相对较高,形象地说,白塞病好发于丝绸之路途经国家和地区,包括西亚、土耳

其等,可能也有一定的遗传背景。因此,白塞病也被称为“丝绸之路病”。

就具体病情来看,白塞病表现为反复的、多发的口腔溃疡为主,有些患者还会合并出现外生殖器溃疡,有些患者也会表现为虹膜睫状体炎,这三种表现也被称为白塞病的三联征。此外,患者有时也会出现盲肠炎等。

从理论上来说,白塞病是不可治愈的,是一种反复发作的慢性全身性疾病,但通过医学手段可以控制病情。“就跟高血压、糖尿病等慢性病类似,病情如果控制得比较理想,基本可以达到病情不发作或偶尔出现的状态,也不会影响人们的正常生活”,张学武介绍,正是由于发病机制尚不明确,目前白塞病也没有特别好的预防方法。

(新京)

全国义诊周即将启动

国家卫生计生委4日发布通知表示,将与国家中医药管理局、总后勤部卫生部,共同于9月14日至20日举办“服务百姓健康行动”全国大型义诊活动周,让公众在家门口享受到优质的医疗服务。

在义诊周启动当天,各县级以上地方卫生计生行政部门、中医药管理部门将在每个地级市(含省会城市)、每个县(县级市)的1个以上公共场所开展1天义诊活动,组织辖区内二级以上医院,派出群众需求较大专科的医疗、药学、护理专家,进行常见病、慢性病的咨询、初步筛查、诊断和一般治疗,普及医学常识和健康知识。

除公共场所义诊活动外,此次义诊周中还将有城乡医院对口支援任务的医院派医疗队,在受援县级医院及武警部队的卫生队进行义诊;开展义诊进社区、下乡镇;举办面向公众的健康大讲堂;在二级以上医院院内开展义诊活动;组织国家医疗队赴部分连片特困地区提供义诊服务等。

(据新华社电)

与死神赛跑8小时 “熊猫血”宝宝获救

本报讯(记者侯赛 通讯员熊思思)9月9日,记者在海南省人民医院采访时,小爵正躺在省人民医院新生儿科婴儿监护室里。医生内,宝宝病情已经稳定。治愈后,宝宝就会在体内正常产生新的血液,对以后的生活影响不大。

8月29日凌晨2时,小爵在万宁出生不久,就出现了严重黄疸症状。因当地诊疗能力有限,29日晚上,省人民医院新生儿科接诊了皮肤蜡黄,反应极差的小爵被确诊为“高度怀疑RH血型不合新生儿溶血病”,必须立即行全部换血术。

“一般新生儿RH血型不合溶血病中都以RH(D)(俗称的“熊猫血”)常见,还有C、c、E、e型,但是比较少见,也没有被列入常规检测项目。”省人民医院输血科主任夏兰告诉记者,小爵需要的血型可以说是“熊猫血中的熊猫血”,我省以前从无类似病例的诊疗记录,而全国也只有十几例。

唯一救治的办法是,尽快输入新鲜的RH(E、c)抗原阴性的血液。但是宝宝病情发展很快,需要补充的血源液体十分稀有,要短时间内找到血源,困难不小。

8月30日凌晨,省人民医院输血科联系省血液中心后,幸运地筛选出E、c抗原阴性血液。经过8个多小时的紧急抢救,小爵终于输上了的血液,挽回了生命。

健康简讯

近期,2014年度海南省新生儿疾病筛查工作会议暨海南省预防出生缺陷培训班举办。全省各市县卫生局长和18家保健院长,省内各家筛查助产医院的367名学员参加。培训班介绍了学科国内发展的最新趋势,发展状况以及存在的问题。此外,还对新生儿遗传性代谢病及听力筛查及产前筛查分别进行了考核,将给考试合格的学员颁发上岗证书。(马珂)



给我关注 还你健康

健康周刊广告联系:18976640822
投稿邮箱:hnrjzkz@qq.com

我省肿瘤专家受邀在全国高规格肿瘤学术大会作报告

——海口市人民医院肿瘤科主任彭大为访谈

将于9月20日举行的第17届全国临床肿瘤学大会暨2014年CSCO学术年会上,海口市人民医院肿瘤科主任彭大为被中国抗癌协会盛情邀请,将做题为“自体CIK细胞与DC细胞联合分子靶向药物治疗恶性肿瘤的临床观察”的口头报告。

据了解,这将是我省建省办经济特区以来,首位省内肿瘤专家在此全国最高级别的肿瘤学大会上做学术报告,预计此次大会将有10000多名来自国内外的肿瘤学专业人士参加,并有美国、欧洲、亚太等世界各地区多位著名肿瘤专家学者参会讲学,届时将与ASCO、ESMO、IASLC等国际学会联合共同举办国际专场。

作为我省肿瘤治疗研究领域的领军人物,全国肿瘤生物细胞免疫疗法(自体CIK细胞与DC细胞疗法)的前沿开拓者,彭大

为教授于2010年省内率先引进生物细胞免疫疗法,这次受邀参加大会,更表明了我国省专家在肿瘤治疗研究领域为国际肿瘤事业做出的贡献。

生物细胞免疫疗法作为肿瘤“第四大疗法”广受国际认可

记者:首先恭喜彭教授题为“自体CIK细胞与DC细胞联合分子靶向药物治疗恶性肿瘤的临床观察”的研究入选本次CSCO大会,尤其是9月20日上午您将进行的口头报告非常令人期待,针对这项临床研究,您能为我们介绍一下吗?您认为其被选作口头报告的原因有哪些?

彭大为:战胜癌症几乎成了整个人类的梦想。然过了将近半个世纪,人类与癌症的斗争依然在继续。

在斗争的过程中,癌症的治疗方法层出不穷,但说到疗效,除三大传统疗法之外,生物免疫疗法是至今唯一一个被国内外科学家广泛关注并进行临床试验的,具有很好疗效的肿瘤治疗方法。2013年该疗法还被世界顶尖科学类杂志《science》评为2013年年度最具突破科学成就。不仅如此,早在2011年该疗法就已被科学界认可,并在2011年,由于对该疗法的研究,拉尔夫·斯坦曼教授等3人被授予诺贝尔生理学或医学奖。

生物细胞免疫疗法在欧美医学发达国家,早已已被广泛应用于临床和深入探讨研究,由于取得了很好的效果,目前国内在生物细胞免疫疗法的探讨和研究上也加紧步伐,这也是该课题研究获得大会认可和关注的主要原因。

生物细胞免疫疗法:“绿色”的肿瘤治疗法

记者:生物细胞免疫疗法目前在肿瘤治疗领域如此广受关注,这种疗法具体有何特点呢?

彭大为:生物细胞免疫疗法因采用患者自身的免疫细胞,体外繁殖,再输入患者体内,被认为是目前最“绿色”的肿瘤治疗方法。

手术和化疗是局部治疗,这些都无法解决癌细胞的残留问题。因为肿瘤在影像学上虽然是一个局部的肿瘤,但实际上是一个全身性疾病,很多癌细胞没有形成团块,所以不容易被发现。手术,化疗之后只能说是把大部分的敌人给杀死了,实际上还是会有很多的残留,这就是

患者为什么用这些方法治疗以后会复发的原因。随着科学的发展,现在可以把免疫细胞在体外进行扩增培养,进行一些改造,再回输进患者体内,它的主要作用就是把残留的肿瘤细胞给杀灭掉,靠患者自身的免疫能力攻克肿瘤,使更多的患者不复发。

自体免疫细胞治疗技术亟待更严格规范

记者:目前生物细胞免疫疗法在我省推广情况如何?

彭大为:从2010年海口市人民医院肿瘤科正式引入生物细胞免疫疗法至今已近5年时间,在这5年时间里,有3000多名患者接受该疗法并取得很好的效果。2013年,我省不少医院也陆续将该疗法开

展起来,但是由于各家医院水平参差不齐,也有一些不规范的医疗机构在实验室不完善甚至不达标的环境下也参与进来,造成鱼龙混杂现象。

作为全国肿瘤生物细胞专家委员会的委员,我曾于2012年受邀与全国其他5位肿瘤自体免疫细胞治疗领域的专家共同制定出行业内的规范治疗手册《肿瘤自体免疫细胞治疗技术手册》颁发给规范化开展自体免疫细胞治疗的医疗机构,在全国来说,获得该手册的总共不超过50家,也希望在一定程度上推进该疗法规范化的进程。与此同时,也提醒广大肿瘤患者要选择正规且有能力规范化开展生物细胞免疫疗法的医院进行诊疗,以免耽误病情。

(小囊)