

海南第一家母乳库诞生，让“有温度”的爱在这里流淌

滴滴母乳 “喂”爱传递

■ 海报集团全媒体中心记者 刘冀冀

关注

11月15日，海南省母乳库在省妇女儿童医学中心成立，这也标志着海南省首家母乳库的诞生。母乳库成立的初衷是为了让更多新生儿能吃到母乳，也为了让更多人认识到母乳喂养的重要性。那么，海南省主要为哪些人群提供帮助？完成母乳捐赠需要哪些程序？如何保障库中母乳的质量？

启用
无偿捐献免费使用

从今年7月筹备建立母乳库，到11月15日母乳库正式揭牌，4个月期间，母乳库接受了近十位爱心妈妈的捐献。母乳库的捐赠奶量近2万毫升，目前已有6位患儿受益，受益奶量约1.5万毫升。

“我的奶水多，孩子吃不完，就想着帮助其他的妈妈和宝宝。”作为海南省首位母乳捐赠者，来自海南五指山市的卢妹三获得了省妇女儿童医学中心颁发的“爱心妈妈”证书。

11月15日下午，记者来到了位于省妇女儿童医学中心5楼的母乳库。房间里分为母乳宣教区、母乳存储区、母乳消毒分装区等不同区域。

母乳专员吴嫩告诉记者，国内已经有多家母乳库建立，海南的母乳库也是参照国家母乳库运行管理专家建议规范运行，捐赠的母乳存储使用需要启动登记追溯系统，确保每个环节安全。

保质

-20℃以下可保存3个月

“冰箱4℃冷藏保存24小时，并于24小时内检测消毒。”吴嫩说，由于海南天气炎热，对捐献者提供的母乳保存时间也有着严格的要求。

此后，这些母乳将进入检测环节。巴氏消毒前对母乳进行菌落数的培养，符合要求才可以进行巴氏消



海南省母乳库护士长在调试和存储母乳。高彭民立 摄

毒，达到巴氏消毒标准的母乳不能有任何种类的细菌生长，同时要在规定时间内控制好冷却温度，最后母乳再被存放在温度-20℃以下的专用冰箱中。这样的母乳整个过程严格要求防止污染，最长可保存3个月。

“母乳在使用前，才可进行解冻，解冻过程也是严格按照要求进行，做好母乳复温温度把控，缓慢加热到接近人体的37℃，再喂给宝宝吃。解冻后必须在24小时内用完。”吴嫩告诉记者，使用这些母乳，也需要签订协议。

意义

母乳是早产儿和病婴的良药

“母乳对早产儿、病婴儿来讲，

不仅仅是一种食物，更是一种治疗的药物。”省妇女儿童医学中心新生儿科主任羊玲表示，早产儿的胃肠道发育还不成熟，能吃到母乳至关重要。相较于配方奶粉，母乳含有免疫活性细胞和物质，不仅能够激发婴幼儿的免疫系统功能，降低过敏和感染风险，还能为婴幼儿提供营养治疗。

“早产婴儿离开母体子宫后，必须及时送入保温箱里，待到发育成熟，再重新回到妈妈身边。”羊玲告诉记者，这些早产宝宝的妈妈，大多数由于压力大，与婴儿过早分离，担心宝宝的病情变化等原因泌乳量减少，无法满足宝宝的正常需要。对于这些宝宝来说，捐献的母乳是弥足珍贵的“良药”。

来源

登记追溯确保来源安全

所有母乳捐献者需要经过科学的健康评估及严格筛查。符合条件者要进行一系列血清学检测。随后，由母乳专员对捐献者进行不同形式的调查，调查内容包括生活习惯、文化水平、孩子健康情况等多项内容。“比如说，如果有抽烟、喝酒、喝茶等特殊嗜好，就不符合捐乳条件。”吴嫩介绍道。

监测结果和问卷调查逐一通过后，方可进入“捐乳妈妈”的行列。省妇女儿童医学中心与捐献者签订捐献协议后，才能合法合规地接受捐献者的母乳。

羊玲表示，母乳库属于纯公益项目，执行“无偿捐献，免费使用”的原则。有意捐赠母乳的妈妈可拨打0898-36699231进行咨询。

不过，由于母乳库设立时间较短，捐献数量远远无法满足省妇女儿童医学中心的早产儿和患病幼儿对母乳的需求。在能够保证入院病患宝宝需求的情况下，会逐步向社会开放。

“呼吁更多的爱心妈妈加入到母乳捐赠的行列中来，让每一名早产儿都能感受到这份‘有温度’的爱。”省妇女儿童医学中心党委书记顾硕希望政府职能部门、学术机构、社会团体、企业、媒体机构关注和支持母乳库的项目建设，共同促进母乳库的健康发展。

儿童咳嗽吃梨？小心越吃越咳

■ 本报记者 马珂 通讯员 张毓容

天气转凉，海南略有凉意，有些体质娇嫩的宝宝在天气微转中却开始出现频频咳嗽声，很多家长都会选择一些止咳的中医小偏方给孩子服用，比如煮梨水、川贝炖雪梨、冰糖炖梨等。

但吃梨真的能治咳嗽吗？海南省妇女儿童医学中心中医儿科医生王铭表示，中医治疗任何疾病都是需要辨证的，并非用一个小偏方就能解决所有咳嗽的问题。

海南省妇女儿童医学中心中医儿科医生王铭表示，梨确实可以治咳嗽，梨味甘微酸，性寒滑润多汁。入肺胃，清烦热，治热咳嗽。但不可多食，令人寒中，即伤中焦阳气。梨治疗的咳嗽证型为单纯肺热燥咳证。

“所以家长门，咳嗽虽是常发多发病，但应该了解孩子的病因病机，每一次发作咳嗽病因可能都不一样。”王铭说，她在临床中见到了太多的宝宝越吃梨咳嗽越严重的例子，甚是痛心，“梨性寒凉，伤脾胃之阳，而小儿生理特点恰恰是肝常有余，脾胃常不足。”

那么到底什么情况下才能给孩子吃梨呢？“梨擅长治疗的是秋燥导致的咳嗽口渴等症，若孩子不慎感秋燥，干咳无痰，口唇鼻咽干燥，口渴引饮，大便干结，眼脸舌质色红等一派燥邪侵袭之象，可以给予梨子以清热润燥辅助治疗。”王铭提醒。

抵抗慢阻肺
请熄灭您的烟头

本报讯(记者马珂 通讯员谭莹 王发辉) 11月20日是第18个世界慢阻肺日，今年的主题是“防控慢阻肺，你我携手行。”

慢性阻塞性肺疾病是一种具有气流阻塞特征的慢性支气管炎和(或)肺气肿，是可进一步发展为呼吸衰竭和肺心病的常见慢性疾病，医疗界称它是“沉默的杀手”。

据了解，我国20岁以上成人慢性阻塞性肺疾病包括肺气肿、慢性支气管炎，患病率为8%，40岁以上人群患病率可达13.7%，60岁以上人群患病率已超过27%，年龄越大，慢性阻塞性肺疾病患病率越高。

海南医学院第二附属医院呼吸科主任石慧芳介绍，由于慢性阻塞性肺病(简称“慢阻肺”)的概念普及不够，很多老百姓只知道哮喘、支气管炎、肺气肿，但对慢阻肺却不了解。

石慧芳称，慢阻肺的主要症状是：慢性咳嗽、咳痰、气短或呼吸困难、喘息和胸闷，还会有体重下降、食欲减退等全身症状。慢阻肺常见合并症包括心血管疾病、骨质疏松、焦虑和抑郁、肺病、代谢综合征和糖尿病等，应该及早发现慢阻肺合并症并给予适当治疗。

海南医学院第二附属医院呼吸内科主任医师张秀峰介绍，40岁及以上人群，每年应该进行一次肺功能检查。吸烟是导致慢阻肺发生的重要危险因素，戒烟是慢阻肺的重要预防和治疗措施，可咨询当地医院戒烟门诊或拨打12320卫生热线。

预防慢阻肺，张秀峰建议：戒烟，避免被动吸烟；避免生物燃料的使用；减少污染环境的暴露；加强锻炼。根据自身情况选择适合自己的锻炼方式，如散步、游泳、打太极拳、慢跑、爬山，通过做呼吸瑜伽、呼吸操、深慢腹式呼吸功能锻炼、唱歌、吹口哨、吹笛子等进行肺功能锻炼。

供稿：三亚中心医院(海南省第三人民医院)药剂科副主任药师赵梅

医生有话说

此栏目为医生科普文章选登，医生科普投稿邮箱：110796597@qq.com

我们经常说“吃药不喝酒，喝酒不吃药”，究竟药与酒同时服用会引起什么样的后果呢？

酒(乙醇)和某些药物同服，可使药物发生药效或药动学方面的变化，可导致药物作用减弱，或者药物作用增强、药物中毒、甚至死亡，所以酒前酒后，要慎重用药。

喝了酒，哪些药物碰不得？本期为您介绍那些酒后不宜服用的药物。



1.解热镇痛药：酒与阿司匹林和水杨酸类同服，增加阿司匹林对胃肠黏膜血流量、充氧量和完整性的影响，可诱发溃疡急性出血。

2.镇静催眠药和抗过敏药：抗过敏药物，如与酒同服，轻则使人昏昏欲睡，重则使人血压降低，呼吸抑制而死亡。(感冒药中多含有抗过敏药)

3.抗菌药物：如头孢类抗菌药可抑制乙醇的代谢，引起“双硫仑样反应”，出现头痛、头晕、恶心、呕吐、心慌、胸闷、呼吸困难、血压下降等一系列症状，尤其是老年人及心血管疾病患者，还可能诱发Wellens综合征(一组高危急性冠脉综合征)抢救不及时，会死亡。

4.抗心绞痛药：如硝酸异山梨酯、硝酸甘油及硝苯地平血管扩张剂，服用时饮酒，可引起血管过度扩张，导致剧烈头痛、血压骤降甚至休克。

5.降压药：如酒后服用降压药将使小血管更为扩张，血容量进一步减少，血压骤降，出现体位性低血压或昏厥，如果长期大量饮酒会增加舒张压和收缩压，容易诱发跌倒及心

脑血管意外事件的发生。

6.抑制中枢神经系统的药物(阿片类药物、苯二氮、巴比妥类、抗抑郁药)可引起中枢神经系统抑制，从而加强乙醇的临床效果，反之亦然。

7.抗心律失常药：抗心律失常药物的不良反应之一就是心律失常，所以对于这类药物与乙醇的一起使用，一定要引起重视，两者相互作用，可导致乙醇中毒或心律失常的发生。

8.抗结核药：乙醇在体内的氧化过程可产生大量自由基，自由基增多可损伤肝细胞。增加乙醇的肝脏毒性，引起黄疸及肝功能减退。

9.治疗心衰的药物：如地高辛、西地兰等，会增加机体对该类药物的敏感性，导致洋地黄中毒，出现严重不良反应。

10.平喘药：乙醇可使平喘药茶碱的吸收率增加，及茶碱缓释片中的缓释剂溶解，从而失去缓释作用，使得缓释体系中的药物迅速释放而增强药效。

11.胃酸抑制药：有文献报道西替替丁、尼莫替丁、法莫替丁、奥美拉

唑和乙醇之间有潜在相互作用，但有一部分临床试验证明典型治疗剂量的H2受体拮抗剂和质子泵抑制剂对于乙醇的影响并不大，因为此类药物在治疗反流性食管炎和消化溃疡方面使用颇多。

12.促消化药：酒的蛋白变性作用能使消化酶失活，可使一些药物失效，如胃蛋白酶、胰蛋白酶、多酶片等。

13.利尿药：如依他尼酸、呋塞米、氢氯噻嗪等。它们能通过降低血容量，排钠排钾来降低血压。服用利尿药的同时如饮酒，酒类的扩张血管作用，会使人出现头晕、直立性低血压等症状。

14.抗血吸虫药：可引起胸闷、气短、喉头水肿、口唇发绀、心率增快、血压下降、四肢乏力、面部潮红、多汗、头痛、恶心、呕吐、眼花、嗜睡甚至休克(“双硫仑样反应”)。

15.止血药和抗凝血药：酒可扩张末梢血管、抑制凝血因子，与止血药维生素K、安络血等相互对抗。乙醇可影响香豆素等抗凝血药对肝脏酶类的竞争，从而使其抗凝血作用增强，导致药品半衰期缩短，影响药效。

16.维生素类药：饮酒会使维生素A、D、叶酸、烟酸、B族等维生素类药物吸收显著减少，影响疗效。

17.雌激素类药：妇女服用雌激素类药物后饮酒，其肝脏分解激素的速度延缓，从而使血液中的雌激素水平在数小时内大幅度增加。经常饮酒，会使其他雌激素长期处于高水平，使乳腺癌发病危险性增加。

18.抗震颤麻痹药：金刚烷胺与乙醇合用可加强中枢神经系统的不良反应，如头昏、头重脚轻、晕厥、精神混乱及循环障碍。乙醇与溴隐亭合用可增加溴隐亭的吸收，影响其在肝脏代谢，出现溴隐亭中毒症状，恶心、低血压、腹痛不适、昏厥甚至休克。

19.降糖药：酒后服降糖药格列本脲、二甲双胍或注射胰岛素，会引起血糖下降过快，出现头晕、心慌、出冷汗、手发抖等低血糖反应或者“双硫仑样反应”，若抢救不及时，有生命危险。此外，酒后服用茶乙双胍等双胍类降糖药还可能引起乳酸中毒。

供稿：三亚中心医院(海南省第三人民医院)药剂科副主任药师赵梅

喝了酒，哪些药碰不得？

专题 | 海南省药品监督管理局用药安全月宣传(三)

小孩生病该如何用药？

在给儿童用药时一定要根据小儿生理上的特点来制定用药方案：

(1)不要随意给儿童用药，尤其是解热镇痛药和抗生素除非万不得已尽量不用，即使使用也必须在医生严格指导下使用。

(2)药物剂量一定要准确，许多药如抗生素、退烧药等都是根据小儿童体重计算出来的，家长不要认为孩子的病还没好就随意加大使用剂量，或是不经医生检查就随意停药。

(3)用药时间和方法要听从医生安排，不同的病用

药时间的长短也不同。尤其是一些慢性病在用药剂量、疗程、方法等方面都有一定的讲究，在疾病的不同时期药物剂量也有一定的改变。

另外不同年龄阶段的儿童，对药物的反应也不尽相同，如新生儿、婴幼儿、学龄前儿童、学龄儿童及青春前期儿童对药物的反应都会有一些差异。如新生儿、婴幼儿由于生长发育迅速，特别要密切注意药物通过不同机

制影响儿童的正常生长发育；儿童期包括年龄3~12岁学龄前儿童和学龄儿童，此时的儿童随着体内内分泌的改变，发育速度加快，第二性征开始出现，进入青春发育早期，因此对影响神经、骨骼发育和内分泌的药物特别敏感。

总之，儿童用药有其特殊性，临床医生在选择药物时，除了熟悉药物的特点外，还要弄清楚儿童的生理特点，合理选择药物。

婴幼儿接种疫苗应注意哪些问题？

婴儿从出生就要根据国家计划免疫的要求，定期接种多种预防疾病的疫苗，主要是因为婴儿免疫系统没有发育完善，身体抵抗力弱，容易受到外界不好因素的影响而患病，因此按时接种疫苗对宝宝的健康成长是非常必要的。如果您的孩子身体状况良好，既往无过敏史，可以放心接种疫苗。在接种疫苗后您可以密切观察1~2天，一旦发现异常情况如发热、烦躁、嗜睡、呼吸急促等，应及时到邻近的医院就诊。

接种疫苗的时间、接种者的身体条件、有何禁忌证等，都对疫苗的功效以及接种后可能产生的不良反应有影响，因此，接种疫苗前一定要仔细了解婴幼儿的身体情况是否适合接种，特别是年轻父母，要了解宝宝对即将接种的疫苗是否有禁忌证，否则很可能不仅没有达到预防疾病的作用，反而会引发其他问题。

通常有以下情况的儿童应禁忌或暂缓接种疫苗：(1)患有急性、化脓性皮肤病、严重湿疹；(2)体温超过37.5℃，有腋下或

淋巴结肿大；(3)患有严重心、肝、肾疾病和活动性结核病；(4)神经系统包括脑发育不正常，有脑炎后遗症、癫痫病；(5)严重营养不良、严重佝偻病、先天性免疫缺陷；(6)有哮喘、荨麻疹等过敏体质等。此外，如果小儿每天大便次数超过4次，须待恢复两周后，才可服用脊髓灰质炎疫苗；近期注射过多价免疫球蛋白的小儿，6周内不应该接种麻疹疫苗；感冒、轻度低热等一般性疾病视情况可暂缓接种；空腹饥饿时也不宜预防接种。