



□ 本报记者 张帅
通讯员 陈丽芳

1月14日,国家药监局发布公告,因酚酞片和酚酞含片存在严重不良反应,在我国使用风险大于获益,决定自即日起停止酚酞片和酚酞含片在我国的生产、销售和使用,注销药品注册证书(药品批准文号)。

该药在动物试验中被发现可诱发肿瘤,因此含有酚酞的产品在很多国家都已撤出市场。

近日,在淘宝、京东等平台搜索看到,所有的酚酞片均已下架。

有着长期便秘的人们应该清楚,“酚酞片”又称“果导片”,是一种用于治疗习惯性、顽固性便秘的药物,其缓解了许多便秘患者的症状,在临床上使用的时间很长,价格也很低廉。

离开了酚酞片之后,哪些药物可以替代它,便秘人群能有哪些缓解便秘的方式呢?

常被不法商家添加到减肥类药物中

果导片属于刺激性缓泻药,主要用于习惯性顽固性便秘。该药虽然起效快、效果好,且价格便宜,但是常被一些不法商家添加到减肥药中使用。

宁德师范学院附属宁德市医院临床药学室副主任药师黄维英说,该药有较强的肠道刺激

治便秘的“果导片”停售 哪些药物可以缓解便秘



性,长期使用会导致电解质紊乱、血糖升高、维生素吸收障碍和诱发心律失常等,甚至导致大肠肌无力、不可逆的肠神经损害、大便失禁、药物依赖和不孕症等。

黄维英指出,果导片为刺激性泻药,目前市面上治疗便秘的其它类型药物有很多,对肠道的刺激性更小,安全性也比果导片更优,便秘治疗药物包括泻剂、促胃肠动力药、促分泌药、益生菌制剂、灌肠药、栓剂和抗抑郁焦虑药等,患者可在医师指导下选择适合自己的治疗药物。

便秘人群,家庭药箱中应常备用哪些药

对于备受便秘困扰的患者,家里可以备些通便药物。

黄维英建议,在家庭药箱中,应配备一些作用缓和、安全性较好、不良反应较少的药物,推荐的药物有以下几类,建议患

者必要时可选择使用其中1~2类药物。

(1)容积性泻药:常用的有欧车前、聚卡波非钙或麦麸等,该类药物通过滞留粪便中的水分,增加粪便含水量和粪便体积起到通便作用,起效较慢,主要用于轻、中度便秘者,服药期间应同时摄入足够水分。

(2)渗透性泻药:如乳果糖口服溶液、聚乙二醇4000散等,该类药物在肠内形成高渗状态,吸收水分,增加粪便体积,刺激肠道蠕动,主要用于轻中度慢性便秘者。对于乳糖不耐受者应避免使用果糖口服溶液。聚乙二醇4000散可用于糖尿病或需要无糖饮食的患者,大剂量使用时可能会出现腹泻。

(3)益生菌及益生元:如双歧杆菌、乳杆菌、枯草杆菌等益生菌制剂,尤其是双歧杆菌四联活菌、枯草杆菌二联活菌等复方活菌制剂,可通过调节肠道菌群失衡,促进肠道蠕动和胃肠动力恢复,改善便秘症状,较适合作为长期慢性便秘的辅助用药。

(4)开塞露:多用于小儿、老年体弱便秘者的短期治疗。注意使用时开塞露注药口应光滑,以免擦伤肛门或直肠。

(5)多库酯钠片:可软化大便和润滑肠壁,使粪便易于排出,适于年老体弱及伴有高血

压、心功能不全等排便费力者。

缓解便秘的方案

对于功能性便秘,黄维英列举了一些简单易行且相对安全的缓解或治疗便秘的方案:

(1)调整生活方式:

①增加富含纤维素类食物的摄入,如香蕉、猕猴桃等水果,以及蔬菜、谷类和麦麸等食物

②多饮水(每天1.5~2.0L)

③适当运动(一般推荐运动量为每天30~60分钟,每周至少2次,尤其对久病卧床、运动少的老年患者更有益)

④养成良好的排便习惯(建议在晨起或餐后2h内尝试排便,排便时集中注意力,减少外界因素的干扰;每次大便时间不宜过长(<10min/次))

⑤调整精神情绪,保持乐观开朗

(2)对于调整生活方式无效者,可根据病情轻重及便秘类型选用相应的药物治疗,必要时可以联合治疗。建议在医师指导下个体化治疗,避免长期不合理用药引发药物不良反应

(3)需要注意的是,有一些药物会诱发便秘,如服用止痛药物吗啡、布洛芬片,慢性胃炎服用的铝碳酸镁、铋剂,贫血服用的铁剂及抗过敏药苯海拉明等,当出现便秘时可在医师指导下停用或更换所用药物。

□ 本报记者 林颖 通讯员 宁宇

2018年8月,《福建卫生报》曾刊登《省立心外科切除亚洲罕见心脏肿瘤》一文,得到很多读者的关注。时隔两年,这篇文章再次被求医者搜到,为他们的寻医之路指明了方向。

今年37岁的李女士事业有成,家庭幸福,可近来反复出现的胸闷、气喘,打乱了她原本宁静的生活。

李女士跑遍了她所在省的几家医院,医生多认为手术难度极大,推荐李女士到北京某著名的心血管病中心诊断与治疗。

北京专家诊断后发现,李女士心脏里长了一个5cm×5cm的巨大肿瘤,并且侵犯到左上肺静脉,导致左上肺静脉几乎完全闭塞。不仅如此,这个肿瘤还严重堵塞心脏的二尖瓣口。据全身PET-CT检查提示:左心房内的肿瘤考虑为肉瘤,伴左肺内多发转移结节,左肺门淋巴结转移可

求生!

本报一篇新闻让她由京赴闽寻医



能。

李女士的症状日渐加重,但因肿瘤太大,侵袭范围广,病情罕见,手术难度大,北京的专家也迟迟无法确定治疗方案。

走投无路下,李女士的家人在网络上搜寻这种疾病的治疗成功案例,这一搜还真让他们发现

了曙光:从2018年8月福建卫生报刊登的一篇《省立心外科切除亚洲罕见心脏肿瘤》文章中,找到了擅于心脏肿瘤治疗的专家——福建省立医院心外科翁国星教授。

北京的医生很快联系了远在福州的翁国星。

不远千里赶赴福建求医的诚意打动了翁国星教授。凭借着娴熟的手法、对手术精准的判断,翁国星带领团队顺利地切除了这个侵袭范围极广的肿瘤,并且成功重建了患者的左心房、左上肺静脉。



重获新生的李女士出院时握着翁国星教授的手,激动地说:“谢谢您,是您给了我第二次生命!我的千里求医之路果然没走错!”

建议

心脏彩超应纳入常规体检

据翁国星教授介绍,心肌属于不可再生细胞,故而心脏极少癌变。再加上心脏只有在缺血、缺氧时出现闷痛,其他情况下几乎不会出现疼痛,因此心脏即使长了肿瘤,很多人也不易察觉,只有通过彩超才能发现端倪。建议40岁之后,要每年做一次心脏检查,尤其是50岁之后,冠心病、心脏肿瘤的风险都在增加,更应重视心脏体检。