



因为疫情的影响,解热镇痛类药物暂停销售 痛风患者如何缓解今春之痛?

□本报记者 张帅
通讯员 陈灵滨

如今痛风患者越来越多,非甾体抗炎药(俗称解热镇痛药)是缓解痛风的基本治疗药物。

但是,因为疫情的影响,近期国家在18个省份颁布公告,暂停销售解热镇痛类药物。

痛风,痛起来让人怀疑人生。家庭常备的镇痛药物因下架而买不到,患者该怎么办?

非甾体抗炎药(俗称解热镇痛药)具有显著的解热、镇痛、抗炎作用,对于发热、关节痛、风湿痛等具有明确疗效,故又称之为解热镇痛抗炎药。

宁德师范学院附属宁德市医院临床药理学室黄维英副主任药师介绍,根据其作用机制,该类药可分为2类:第一类为非选择性环氧化酶抑制剂,代表药物有:布洛芬、对乙酰氨基酚、吲哚美辛等,大部分有退热作用,兼具镇痛作用,胃肠道不良反应较多。

第二类为选择性环氧化

□ 痛风复发疼痛难忍 并非无药可买

酶2(COX-2)抑制剂,代表药物有:依托考昔、塞来昔布等,该类药无退热作用,镇痛作用较第一类强且起效更快,胃肠黏膜刺激性相对较小,但对部分患者可能增加心脑血管血栓事件的发生率。

“痛风急性发作时,病人会感到关节红肿、热痛明显,严重者难以忍受,而且好发于夜晚,此时服用解热镇痛药能明显缓解上述症状,因此,该药是痛风患者家中的常备

药。”黄维英说。

因为疫情原因,近期国家在18个省份紧急通知暂停销售解热镇痛类药物,目的是为了减少有发热症状或呼吸道症状的患者自行购买退烧药等,以免新冠漏诊。由于部分“镇痛药”也具有退热功效,因此少数缓解疼痛的药物也在本次药品下架名单之列。

黄维英告诉记者,不具有解热作用的镇痛药不在此次停售名单之列,但这部分药品主要为处方药物,患者需凭医师处方或既往就诊资料前往药店柜台购买。



痛风发作 莫要听信“偏方”

有些患者因饱受痛风困扰,会听信所谓“偏方”、“祖传秘方”,有些“秘方”是由西药和中成药混合而成,甚至掺杂大剂量激素或解热镇痛药物,长期服用之后可能引起严重的肝、肾功能损害、消化道溃疡甚至出血等。痛风偏方,很多以中草药为主,俗话说“是药三分毒”,中草药的很多不良反应尚不明确,并不表示长期服用也安全无毒副作用。

盲目服用偏方可能引发严重药物不良反应,尤其是老年人、肝功能或肾功能不全以及既往有消化道溃疡、出血、穿孔的患者。

“将血尿酸水平控制在理想范围才是根治痛风的关键。”黄维英提醒,痛风是与生活方式相关的疾病,患者保持健康的生活方式尤其重要,包括:控制体重,规律运动,限制饮酒(尤其是啤酒),避免暴饮暴食,提倡低嘌呤、低脂肪和低盐饮食,适当增加蔬菜、水果(选择果糖含量低的水果)可明显降低痛风急性发作的风险。

如果在生活饮食方式调整后,血尿酸水平仍居高不下者,可在医师指导下服用降尿酸药物(如别嘌醇、非布司他或苯溴马隆等),避免长期高尿酸血症对心、脑、肾等造成不利影响。

错过最佳孕龄,拖成“生娃难” 卵巢是个“消耗品”

□本报记者 陈坤 通讯员 林娟
25岁姑娘半年没来“大姨妈”

25岁的小林因月经未来潮6个月,来第九〇〇医院妇产科就诊。经了解,小林12岁月经初潮,月经都很正常,19岁开始月经延迟到40~50天来一次,到23岁结婚后,月经变得紊乱:有时20天来,有时2~3个月来,现在干脆半年都不来了,人感觉疲劳,性欲下降。检查后,初步诊断为卵巢早衰。

妇产科主任兼生殖医学中心主任刘芸给予小林雌孕激素治疗,目前,小林已可以规律来月经,症状也减轻了,但由于卵巢已经没有卵子产生,要想生孩子已经很困难了。

刘芸主任解释,女性40岁之前因为卵巢不能产生卵子而停止月经来潮,称为卵巢早衰。主要原因包括遗传因素、自身免疫疾病、过度减肥、长期熬夜、精神压力大、营养不良或过于单一、手术药物损伤等。

卵巢是个“消耗品”

18~32岁是生育最佳时机

女性在出生的时候,盆腔内左右两侧各有一个卵巢,虽然只有蚕豆大小,却储藏着供一生使用的大约200万个原始卵泡,这些

卵泡在女性生长发育过程中不停在闭锁:出生时200万个;18~32岁,50万~10万个,这是生育的最佳时机;32~41岁,10万~1万个,这是生育力加速下降的阶段;41~45岁,1万~5000个,这是生育力的尾声阶段;45~50岁,5000~小于1000个,这是绝经前阶段,生育力基本消失。

卵子也有“保质期”

35岁以上生育能力明显下降

刘芸主任介绍,虽然小林卵巢早衰更多是因为遗传,但不少女性却因为事业错过最佳孕龄,活生生拖成“生娃难”。

1998年,刘芸主任就开始从事辅助生殖技术工作。她牵头创建国家第一批、福建省第一家开展第三代试管婴儿技术的生殖中心,也是福建省第一家开展全系列辅助生殖技术单位。这么多年,她见过不少女性因为拼事业,错过了最佳生育年龄,后期只能通过生殖技术助孕。

实际上,卵子也有“保质期”。临床数据显示,35岁以上女性能取到的卵子数量和质量都有

显著下降,生育能力明显降低,不孕的风险增加。

“现代女性独立意识强,从小学到大学毕业甚至读到博士毕业,历经十几二十年,毕业后又转战职场,一直奔驰在‘学业’和‘职业’的高速路上。殊不知,随着时间流逝,你的卵子也在不断流失。同时,压力和不良环境对身体的侵蚀又在加速卵子流失。虽然随着生殖辅助技术提高,不少错过最佳孕龄的女性也能顺利怀上孩子,但这实属不得已而为之。”刘芸主任提醒,还是应该在恰当的时间完成生育这件人生大事。

预防卵巢早衰可以这么做

1. 早发现、早干预。当原来正常规律的月经突然改变,应尽早找医生检查评估卵巢功能,趁卵子还没耗尽时尽快解决生育问题;出现雌激素降低的症状也应该尽早补充激素,防止身体过早衰老。

2. 科学饮食不偏食。想要保持好的身材和状况,饮食应该平衡并适量,每日摄入蛋白质、淀粉类、维生素等各种必要营养素,不应过度节食,如长期吃素者,必须



注意补充足够的蛋白质和脂肪。每日30~45分钟的运动,有利于卵巢血液循环。

3. 手术损伤应重视。未生育的年轻女性如果卵巢、输卵管、子宫需要接受手术,请注意选择手术时机,非紧急手术建议考虑是否有可能先完成生育再做,立即要做的手术也应将生育力保存放在首位来考虑。

4. 使用药物需谨慎。长期服用对卵巢有不利影响的药物,有可能导致卵巢早衰。如化疗药、免疫抑制剂等,有些中药也不宜长期服用,如雷公藤对卵巢的损害作用非常大。如果必须使用,已婚女士应考虑先保存胚胎供今后生育所用。

5. 熬夜伤身需纠正。当今社会,大部分人已不知不觉被手机“绑架”,手机网络成瘾症就在身边。女性过度熬夜及工作生活压力巨大,对控制女性激素的性腺轴正常分泌激素的功能有明显干扰,卵巢早衰的发生率显著升高。