

家庭药箱该囤点啥? 药师列出建议清单

■指导专家 福建医科大学附属协和医院药学部主管药师 张金

□本报记者 陈坤 设计 钊铭

家庭药箱是每个家庭必备品,特别是有老人、儿童的家庭,家里准备一些常用的药品是非常有必要的,尤其是新冠疫情期间,头疼脑热或者腹泻拉肚子,首选家里小药箱。那么,疫情之下,家庭药箱该做哪些升级,药箱管理有哪些需要注意的吗?本期《九点医刻》,一起来看看——



一、药箱里面有什么?

家用医疗器械、耗材类:



医用口罩



体温计



血压计



消毒纱布



绷带



棉签



创可贴



酒精



棉球

药品类:

感冒药

配备1~2种感冒药,如酚麻美敏片、对乙酰氨基酚、伪麻黄碱或者麻黄碱、右美沙芬、马来酸氯苯那敏。

提醒:普通感冒提倡对症治疗,因症状不同,对应服用的药物也不同(止咳类、祛痰类等),注意不要多种感冒药混合吃。如不明原因发热应及时去医院。



止痛药

如塞来昔布、洛索洛芬、布洛芬等,可缓解头痛、关节痛、腰痛、肌肉痛、经期痛等症状。避免同时服用多种止痛药。

消化系统用药

胃黏膜保护剂,治疗急性、慢性胃炎:如铝碳酸镁、替普瑞酮、胶体果胶铋等。

止泻药:如蒙脱石散等,治疗非感染性腹泻。建议备口服补液盐,腹泻次数多,有轻度脱水症状时可以服用。

提醒:一旦怀疑是感染性腹泻,建议就医。出现频繁呕吐,特别是呕血以及便血等情况,应立即送院。



急救药

家有冠心病患者可备硝酸甘油、速效救心丸等。

提醒:紧急情况下,可在舌下含服硝酸甘油一片,若症状未缓解,可每间隔5分钟舌下含服一片,如果15分钟内给药3片后胸痛症状仍不缓解或加剧,需要立即拨打120或到医院就医。



速效救心丸也可用于心绞痛的急性发作,可一次舌下含服10~15粒。

外用止痛药

如双氯芬酸二乙胺乳胶剂、云南白药喷剂等。

外用消毒药

碘伏等。

二、储存建议

合理备药:

1. 药物种类以应急为主,每个类别有1~2种即可,不要盲目囤药。



2. 注意药品有效期与失效期,过期药品不能再使用,应定期清理。建议对近效期药品分开放置,并贴上醒目的标签。



存放管理:



根据药品说明书储存,大部分药物常温保存即可,建议选择带隔层和盖子的塑料药箱,避免强光照、高温和潮湿。

许多药品说明书指出需要“密封,阴凉处保存”,指的是隔绝空气,环境温度低于20°C;特殊药品需“冷藏”保存,如未启用的胰岛素等。



外用药和内服药分开;成人药和儿童药分开;处方药和非处方药分开;药品不宜与食品、保健品及杂物混放。



若药物外观发生变化,如松散、变色、发霉、粘连等,不可再用。



定期整理药箱。每年整理药箱2~3次,对变质、标签脱落、即将过期或者已过期的药品进行清理和更换。



花粉过敏 能不能接种新冠疫苗

中国疾控中心免疫规划首席专家王华庆介绍,到了春季鲜花盛开的时候,有花粉过敏症的人开始出现过敏性症状。

新冠疫苗当中主要有五种禁忌证,对于花粉过敏的人来说,不属于禁忌证的范围。

有三种情况,如果出现了过敏,就不能够打疫苗,也就是说接种新冠病毒疫苗的禁

忌:

一个是过去接种过某一技术路线的疫苗,出现症状就不能接种了;

第二,对接种的新冠病毒疫苗当中的某种成分过敏,如果知道这种情况,后面也不能接种了;

第三种情况就是过去打过其他疫苗,出现严重的过敏性反

应的时候,也不能够接种疫苗。

需要强调的是,在接种疫苗的时候,如果正处在花粉过敏的急性发作期,尤其是出现了一些严重的并发症时,建议要缓种新冠病毒疫苗。

另外,在接种疫苗之后,要在现场留观30分钟,这也是针对出现急性过敏严重反应所采取的一项措施,如果有这

种情况的话,能够及时进行救治。

总之,目前预防新冠肺炎,尤其是预防重症和预防死亡,接种疫苗是最好的一个办法,有花粉过敏史的,现在没有发病的,没有接种疫苗的,应该尽快去接种疫苗,没有加强的,符合条件的尽快去加强。

(央视新闻)