

忘记吃降糖药 要不要补

□本报记者 刘伟芳

福建卫生报公益药师、福州大学附属省立医院药学部陈孙慧副主任药师介绍,如果忘记吃降糖药,饭后可以补,但需要补服的时间和剂量,也同时取决于药物的种类和剂型。

1.双胍类药物(如二甲双胍):如果单独使用,发现漏服后可按原剂量补服;如果与其他降糖药物(特别是促泌剂或胰岛素)合并使用,则需根据血糖水平来决定是否补服。

2.二肽基肽酶4抑制剂(DPP-4抑制剂,如列汀类药物):单独服用时,可以按原剂量补服。联合用药时,若血糖水平不低可当日补服,若到了第二天则无需补服。

3. α -葡萄糖苷酶抑制剂(如阿卡波糖、伏格列波糖):餐中至餐后0.5小时内可按原药量补服,但药效会降低,可配合适当运动;餐后超过0.5小时,若血糖轻度升高,无需补服,适当增加运动量;若血糖明显升高(如 $>11.1\text{mmol/L}$),按原药量补服。

4.短效类胰岛素促泌剂(如格列吡嗪、瑞格列奈):餐前 <0.5 小时漏

服,按原药量补服,并将进餐时间往后推0.5小时;两餐之间漏服,测血糖,轻度升高,无需补服,可适当增加运动量;若血糖明显升高(如 $>11.1\text{mmol/L}$),减量补服。

5.中、长效胰岛素促泌剂(如格列齐特缓释片、格列美脲):午餐前漏服,按原药量补服,并在服药0.5小时后进食午餐;午餐后漏服,按原药量一半补服。晚餐前后漏服,不必补服,以免造成夜间低血糖。

6.噻唑烷二酮类(TZDs,如吡格列酮、罗格列酮)和钠-葡萄糖协同转运蛋白2(SGLT-2)抑制剂(如恩格列净、达格列净):单独服用时,当日漏服时均可补服。联合用药时,若血糖水平不低可当日补服,若到了第二天则无需补服。

需要注意的是,如果忘记自己是否吃过药,或者不知道该怎么补,这种情况下宁可漏服一顿。发生漏服后,切不可在下次服药时加倍剂量补服,以免造成低血糖。

陈孙慧提醒,任何补服方法都属于非常规手段,不可长期使用。



药有小知识

胶囊卡喉咙了怎么办

□本报记者 庄菲菲

你是否经历过胶囊卡在喉咙,怎么都吞不下去的情况?这可不是小事,很可能对身体造成伤害!那么,正确服用胶囊的方法是什么,又有哪些注意事项呢?记者就此咨询了福建卫生报公益药师、福建省肿瘤医院药剂科主管药师刘文彬。

胶囊能掰开吃吗?

不可以!胶囊内装有粉末或颗粒状的药物,胶囊的外壳通常有助于保护药物不受胃酸的破坏,或确保药物到达特定的消化道部位再释放。除非医生或药师特别指示可以掰开服用,否则一般不建议患者自行掰开胶囊。

服用胶囊,为什么一定要温水?

用 $50^{\circ}\text{C}\sim 60^{\circ}\text{C}$ 甚至更高温度的热水送服胶囊,胶囊表面的明胶壳容易发生软化,粘在食道,从而造成损伤,甚至卡住。若软化的胶囊到达胃部,胶囊快速裂解也可能会加剧胃部的不适。所以,服用胶囊宜采用温水送服,且水温不宜超过 40°C 。此外,胶囊不可干吞。干吞可能会导致胶囊粘黏在食道,甚至卡住,药物提前在此处释放,会对食道造成损伤。

服用胶囊药物时,低头还是仰头?

记住,抬头吞药片,低头吞胶囊。胶囊的比重小,易悬浮于水面上,如果仰起头服用,有可能会出现水喝下去了,但胶囊却还黏在食管

粘膜上的情况。服用胶囊的最佳姿势应该是:站着服、低头咽。

胶囊药的正确服用方法

取一杯100至200毫升左右、温度适中的水。

采取站姿或挺胸坐姿,先喝一口水,润润喉咙和食管。

把胶囊含入口中,再喝一口水,将胶囊与水一同咽下。

不要过度低头或抬头,接着将剩余的水喝完,确保将胶囊冲进胃内。

如果胶囊卡在喉咙了,怎么办?

1.喝温开水:多喝温开水可以帮助润滑喉咙和食管,有助于将胶囊冲刷下去。

2.吞咽食物:进食柔软的食物,如面包或馒头,可以帮助胶囊一起进入消化道。

3.改变姿势:尝试弯腰低头或左右转动头部,利用重力作用帮助胶囊向下移动。

4.催吐:如果胶囊卡得不深,可以尝试催吐,通过按压舌根或胃部以下的位置促使胶囊排出。

5.器械取出:如果上述方法都无法解决问题,应立即就医,由医生在咽喉镜下使用专业器械取出胶囊。

请注意,如果尝试了以上方法后胶囊仍然无法下移,并出现疼痛、呼吸困难等症状,应立即寻求专业医疗帮助,避免造成更严重的后果。同时,避免直接用手抠出胶囊,以免对喉咙造成损伤。

用药有困扰 来“线上问药”



扫码登录福建卫生报公益药师智媒平台



“线上问药”小程序问&答



蔡加琴 福州大学附属省立医院药学部 副主任药师

小程序值班时间:周一8:00—12:00、14:30—17:30

问:长期服用恩替卡韦病毒量未降,替换为艾米替诺福韦后,病毒降到500以下,请问可以替换成其他药品吗?

答:根据描述的病史和治疗情况,建议继续维持目前的抗病毒方案,这类药物可强效抑制病毒复制,长期治疗显著改善肝脏功能,安全性较好。同时需要定期去肝病专科门诊复查相关指标,如果坚持换药,需要医生结合病情综合分析是否可行,切勿自行调整,以免影响治疗效果。

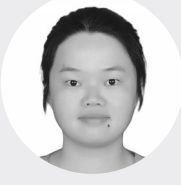


张金 福建医科大学附属协和医院药学部 主管药师

小程序值班时间:周二8:00—12:00、14:30—17:30

问:感冒咳嗽,在吃伪麻黄碱,又去看了中医开了中药,能一起服用吗?

答:伪麻黄碱是感冒伴有鼻塞流鼻涕症状的治疗药物,如果是感冒后的咳嗽并不适用该药。如果开的中药中含有麻黄,会存在重复用药的问题,因为伪麻黄碱是从黄麻中分离出来的一种成分,要注意不良反应,例如血压升高、头痛等。



刘行娟 福州大学附属省立医院药学部 主管中药师

小程序值班时间:周三8:00—12:00、14:30—17:30

问:中药一天喝两次,是饭前吃好还是饭后吃好?饭后要隔多久?

答:中药一般饭后温服,一天两次,早上9点左右、下午3点左右为宜。如果是安神类的药,则宜早饭后和临睡前1小时服用。



何泉 福州大学附属省立医院药学部 主管药师

小程序值班时间:周四8:00—12:00、14:30—17:30

问:妥布霉素滴眼液没用完,可以下次继续用吗?

答:大部分眼部用药,如滴眼液和眼膏等,都是开启后可以反复使用的一类药物。但是开封后容易带入空气,破坏其存储环境的密闭性,且易滋生细菌。因此,一般此类眼用制剂拆封后的实际使用期限是4周左右。



聂雪坤 宁德师范学院附属宁德市医院临床药药学室 主管药师

小程序值班时间:周五8:00—12:00、14:30—17:30

问:孩子有点腹泻,吃了蒙脱石散,还能吃益生菌吗?

答:可以,但两种药物应间隔至少2小时服用。蒙脱石散对消化道内的病原体及其产生的毒素、气体等有极强的固定吸附作用,进而促进上述物质排出体外。如两药同时服用,蒙脱石散亦可吸附益生菌,降低治疗效果。



当你日常用药有疑问时,可以进入“线上问药”小程序,在线预约,1v1免费咨询三甲医院药师。

稿件整理 李婷