

用药有困扰 来“线上问药”

扫码登录福建卫生报
公益药事智慧平台

《线上问药 智媒惠民》健康科普栏目

孩子流感疫苗怎么选

□本报记者 林颖

轻视流感,引发的并发症会很严重,对身体造成极大伤害。福建省儿童医院感染科执行主任陈文娟表示,流感治疗需抓住“黄金48小时”,这48小时是从首次出现发热症状开始计算。需明确的是,在48小时内治疗虽不能保证一定不出现重症,但能大大降低重症几率。

除了及时治疗,接种流感疫苗也是防控流感的关键手段之一。陈文娟告诉记者,流感疫苗接种的最佳时间是在流感季节来临前,一般为每年9月—11月,接种后通常在2~4周内产生有效抗体,保护时长为6至8个月。春季早期是流感多发季,即便是2月份,流感疫苗也依旧可以接种。

流感疫苗按价型可分为三价和四价。三价疫苗能应对两种甲流病毒株和一种乙流病毒株,四价疫苗在三价的基础上,增加了一种乙流病毒株。这两种疫苗没有绝对的优劣之分,家长可根据当地疫苗供应情况和自身选择来决定。

此外,在疫苗剂型的选择方面,也有一些细微的差别。以四价疫苗为例:

四价流感疫苗(裂解3岁以

上):适用于3岁及以上儿童及成人,通过肌肉注射接种。

冻干流感减毒活疫苗(鼻喷):适用于3~17岁儿童及青少年,通过鼻腔喷雾接种,无需注射,适合害怕打针的儿童,价格相对较贵。但需要注意的是,鼻炎患者使用鼻喷剂可能会影响免疫效力。

四价流感(裂解6月及以上):适用于6月龄及以上婴幼儿及成人,通过肌肉注射接种。

四价流感疫苗(亚单位):适用于3岁及以上人群,通过肌肉注射接种。

此外,不同年龄段孩子接种的疫苗剂次有所不同。6个月以上到3岁的孩子,适合接种两剂且间隔时间大等于4周,3岁以上孩子接种一剂。

6个月以下的孩子目前不建议接种,但建议照顾孩子的家属可以接种,这有助于降低低龄孩子感染的风险。

一般人群,接种前不能处于疾病急性期。感冒发烧期间不建议接种,最好等病情痊愈后一个礼拜再接种。对于有基础疾病,如有自身免疫系统疾病或长期服药的孩子,接种前应咨询感染科专科医生。

维生素
怎么样吃才对

□本报记者 庄菲菲

维生素对人体健康至关重要,怎么吃、怎么选却大有学问,记者特邀福建卫生报公益药师、福州大学附属省立医院药学部主管药师何泉,为大家介绍维生素的正确服用方法。

维生素A、B、C、D、E有哪些作用?

维生素A:保护眼睛,缺乏可能导致夜盲症、干眼症等。

维生素B:是整个备孕、孕期都需要补充的,防止早产、巨幼红细胞贫血等情况的发生。

维生素C:参与人体组织代谢与修复,脂肪蛋白质合成,促进铁等微量元素的利用,维持免疫功能,保持血管完整。

维生素D:有利于钙磷吸收,维持正常肌肉骨骼运作。儿童缺乏可能导致佝偻病,老年人缺乏可能导致骨质疏松。

维生素E:为强抗氧化剂,养颜美容,延缓衰老。

维生素什么时候吃、怎么吃?

维生素要饭后吃。维生素B、维生素C溶于水,很多人习惯空腹服用,比如起床、睡前,维生素C溶于水不易储存,未充分吸收就会被排出体外;维生素A、D、E属于脂溶性,适合餐后或者和含脂肪食物一起服用,更利于吸收。

医院开的药品类维生素和市面上不同品牌的维生素有什么区别?

药用维生素是药品,一般是化学合成,用来预防和治疗维生素缺乏的经过医生诊断后的相关疾病。

保健用维生素就是保健食品,有“小蓝帽”标识,一般从食物中加工提取而来,作为饮食营养的一种补充,没有治疗作用。

复合维生素是智商税吗?

不推荐盲目、额外地补充复合维生素。若是饮食摄入不足,比如饮食不规律、饮食有所偏爱的人群,及孕妇、老年人、宝妈、生长发育的小朋友等,可根据个体需求,适当购买。



“线上问药”小程序问&答

张小静 福州大学附属省立医院药学部 主管药师

小程序值班时间:周一8:00—12:00 14:30—17:30

问:去医院开了地屈孕酮片,医生让每天服用2片,两次之间间隔时间有要求吗?

答:一天2片的,可以每次2片,每天一次。或是每次1片,每天两次也行。两次间隔尽量12小时一次。在服用这种药物的时候,一定要注意要按时按量服用,不能停药或者是中间漏服。

王莹 福州大学附属省立医院药学部 主管药师

小程序值班时间:周二8:00—12:00 14:30—17:30

问:糖尿病患者便秘,可以长期吃乳果糖吗?

答:常见的乳果糖口服液主要由乳果糖、乳糖、半乳糖组成,其中乳果糖占大部分。由于人体中不含有水解乳果糖的酶,因此乳果糖口服以后几乎不被吸收,不会引起血糖升高。尽管乳糖、半乳糖这两种成分能够被人体代谢成葡萄糖,但当用于便秘时,每日服用总量30ml的乳果糖口服液,其中所含的乳糖、半乳糖仅相当于摄入≤4.8克可吸收的碳水化合物,其对血糖的影响可以认为是非常小的。综上,乳果糖口服液用于通便,对血糖影响不大,糖尿病患者是可以服用的,但要严密监测血糖,当超过说明书规定的最大治疗剂量,糖尿病患者应慎用。

陈娟 宁德师范学院附属宁德市医院临床药学室 副主任药师

小程序值班时间:周三8:00—12:00 14:30—17:30

问:目前在哺乳期,发烧了吃布洛芬能缓解吗?吃完还能哺乳吗?

答:一般在发烧38.5℃以上可以服用对乙酰氨基酚或者布洛芬来退热,退热过程可能会带走大量水分,需多喝水。这两个药物通过乳汁排泄的量都很小,分别最大为母体摄入量的2%、0.6%,两药对幼儿安全性均较高,如果服药后能再间隔2小时哺乳,这样通过乳汁的量更微乎其微了,故用药过程可以哺乳。

阮贤妹 福州市第一总医院药学部 副主任药师

小程序值班时间:周四8:00—12:00 14:30—17:30

问:酒石酸美托洛尔普通片和琥珀酸美托洛尔缓释片吃法上有什么区别吗?

答:酒石酸美托洛尔普通剂型,起效快、作用强,更适合需要快速控制心率或降压的患者。需要空腹服用,每日2~3次,可掰开或碾碎使用。琥珀酸美托洛尔为缓释剂型,作用较平稳,更适合长期用药患者,安全性较高。服用时间上,饭前饭后均可,建议最好早餐服用,每日1次,不可碾碎或咀嚼。

陈明 福建中医药大学附属第二人民医院药学部 主管药师

小程序值班时间:周五8:00—12:00 14:30—17:30

问:服用疏风解毒胶囊是否会小便发黄?

答:有可能。服用中成药后尿液变黄主要有两个原因。一是药物成分本身的影响,许多中成药含有天然色素,经过人体代谢后,色素会通过尿液排出,使尿液颜色改变。二是因为喝水过少,服用药物后如果没有摄入足够的水分,尿液中的溶质浓度相对升高,也容易让尿液变黄。建议服药期间多喝水。



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