



儿童退热用药指南

春季是呼吸系统疾病高发季节,发热是呼吸道感染中最常见的症状之一。家长在面对孩子发热时,往往会感到焦虑和担忧,甚至会出现惊慌、惊恐等心理问题。今天就来给广大家长朋友科普发热的基础知识及儿童退热药物的选择。

发热是指病理性体温升高,根据病因可分为感染性发热和非感染性发热。

根据口腔温度,临床上将发热分为下列四度:

1. 低热:体温为 $37.3^{\circ}\text{C}\sim 38^{\circ}\text{C}$ 。
2. 中度发热:体温为 $38.1^{\circ}\text{C}\sim 39^{\circ}\text{C}$ 。
3. 高热:体温为 $39.1^{\circ}\text{C}\sim 41^{\circ}\text{C}$ 。
4. 超高热:体温为 41°C 以上。

发热一定就要使用退热药吗?答案是否定的,体温低于 38.5°C 时,我们可以选择一些物理降温的方法:如温水外敷额头、温水沐浴、使用退热贴、减少穿着的衣物、降低室内温度等。

注意各国指南均不推荐通过酒精擦身、冰水灌肠进行退热。发热也不推荐捂汗,因为出汗太多会造成体液丢失,出现脱水,容易导致虚脱甚至休克。当体温高于 38.5°C ,这时可选择退热药。

退热药物应该如何选择?针对2月龄以下的患儿发热,不要自行用药,应及时就医;2月龄及以上患儿,建议口服对

乙酰氨基酚,6月龄及以上患儿可选择对乙酰氨基酚或布洛芬。注意:应根据儿童年龄选择适合的剂型,首选口服剂型,如滴剂、混悬液、颗粒剂等。

特殊病理、生理状况儿童退热药又该如何选择?

1. 肝功能异常患儿伴发热禁用对乙酰氨基酚,必要时可选择布洛芬。
2. G-6-PD(葡萄糖-6-磷酸脱氢酶)缺乏症的患儿禁用对乙酰氨基酚,必要时可选择布洛芬。
3. 肾功能损伤中度及以上或肾功能不全患儿伴发热禁用布洛芬,必要时可选择对乙酰氨基酚。
4. 心功能不全、心力衰竭患儿伴发热不推荐布洛芬,必要时可选择对乙酰氨基酚。
5. 出血性疾病患儿伴发热时,需要权衡利弊,必要时可选用对乙酰氨基酚。

需要注意的是,对乙酰氨基酚两次服用间隔至少4小时以上,24小时内不超4次;布洛芬两次服用间隔至少6~8小时,24小时内同样不得超过4次。退烧药不可长期服用,使用不超过3天。

此外,不推荐联合或交替使用对乙酰氨基酚和布洛芬用于退热。

(福建卫生报公益药师、厦门大学附属中山医院药学部主管药师 卓世昌)

记住这些保胃小妙招

□本报记者 陈坤

吃太多撑着该吃什么药?福建医科大学附属协和医院副主任药师魏娜建议,日常应养成良好的饮食习惯,包括减少和避免高脂饮食、辛辣或刺激性食物、粗粮、产气食物、甜食、碳酸饮料、酒和浓茶,以及规律进餐、避免过快进餐均有助于改善消化不良症状。

当你出现腹胀气或早饱时,特别是在进餐或餐后症状加重:

可考虑选用胃肠促动力药。常见药物为多潘立酮、莫沙必利。

当你没进食,也出现消化不良且腹痛、伴烧灼感时:可考虑选用抑酸药,如质子泵抑制剂或 H_2 受体拮抗剂。常见药物为以“拉唑”为词尾的质子泵抑制剂,如奥美拉唑;或以“替丁”为词尾的 H_2 受体拮抗剂,如法莫替丁。

当你出现上腹痛、慢性胆汁反流性胃炎伴消化不良等症状时:可考虑选用可中和胃酸的抗酸药。常见药物为铝碳酸镁、氢氧化铝等。

当老年患者出现腹胀、食欲不振等状况时:可能存在消化酶分泌不足或缺

乏,可考虑在胃肠促动力药或抑酸药基础上选用消化酶。常用药物为胰酶肠溶胶囊、多酶片、复方消化酶胶囊等。

需要注意的是,患者需严格按照说明书的用药方式,用法、用量,切记不能高于说明书推荐剂量上限,避免药物的滥用治疗,1~2周症状无好转需及时到医疗机构就诊。

那么喝酒前服用胃药,能减轻对胃的伤害吗?魏娜表示,理论上,胃黏膜保护剂可在一定程度上减少酒精对胃黏膜的刺激。喝酒前服用胃黏膜保护剂,可适度减轻酒精对胃黏膜的损害,常用药物为瑞巴派特、替普瑞酮、硫糖铝、铝碳酸镁等。但它们并不能减少胃对酒精的吸收,根本措施是尽量不饮酒。

使用头孢类抗菌药物(头孢拉定、头孢哌酮等)后饮酒会发生双硫仑样反应,还有一些药物服用前后也不宜饮酒,比如解热镇痛药或含解热镇痛成分的感冒药、甲硝唑等抗菌药、降糖药物、安眠药、降压药物、抗心绞痛药等。

如果吃药后饮酒了,要注意密切观察是否出现异常症状,如出现晕倒、面色苍白、口唇发紫等症状,及时就医。



“线上问药”小程序 问&答



曹畅 复旦大学附属中山医院厦门医院药剂科 主管药师

小程序值班时间:周一 8:00—12:00

问:处方上的“一日三次”,具体是

什么时候吃药?

答:一般间隔6~8小时,考虑晚上睡眠,可以安排如下:早上7点、中午2点、晚上11点。也可以随着自己的生活习惯进行微调,比如老年人早睡早起,可以按照早上6点、中午1点、晚上9点。



蒋宇 福州大学附属省立医院药学部 副主任中药师

小程序值班时间:周二 8:00—12:00、14:30—17:30

问:牙龈肿痛,吃了牛黄解毒片,还能再吃布洛芬吗?

答:牛黄解毒片适用于火热内盛的牙龈肿痛。布洛芬具有解热、镇痛和抗炎作用,能够缓解各种疼痛如头痛、牙痛等症状。牙龈肿痛吃了牛黄解毒片,若疼痛不能缓解,可按需再吃布洛芬,注意中成药与西药需间隔1小时服用。若症状不能缓解应及时到医院口腔科治疗。



林婷 福州大学附属省立医院药学部 主管药师

小程序值班时间:周三 8:00—12:00、14:30—17:30

问:宝贝6岁,阿立哌唑可以和盐酸西替利嗪片同时服用吗?

答:上述药物可以同时服用。西替利嗪片(10mg)需要根据年龄用药,6~12岁每日一次,每次一片,也可于晚餐时服用。阿立哌唑应避免与酒精相关的食物同服。



林云梅 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:周四 8:00—12:00、14:30—17:30

问:喝中药之后拉肚子,是什么原因?能停药吗?

答:喝中药拉肚子也可见于正常排毒反应,如果只是大便次数增多,没有其他不适症状,数日后可自行缓解。建议与诊疗医师充分沟通,了解诊疗目的。如果出现严重腹泻等其他不适症状,可能与药物不耐受或过敏、不符合体质或证型有关,建议及时停药就诊,调整处方,不可盲目继续服药。



徐晖 三明市中西医结合医院药学部 主管药师

小程序值班时间:周五 8:00—12:00、14:30—17:30

问:降脂药能不能和稀桐丸一起服用?

答:他汀类、贝特类等临床常用降脂药可以和稀桐丸一起服用。

当你日常用药有疑问时,可以进入“福建卫生报健康+”小程序,一键线上问药,1v1免费咨询三甲医院药师。

稿件整理 李婷