

用药有困扰

上“福建卫生报健康+”



## 这些药物服用后不宜运动

□本报记者 陈坤

近日,34岁的朱女士(化名)感冒后,因自行服用莫西沙星而引发了过敏性休克。

福建卫生报公益药师、福州市第一总医院药学部副主任药师阮贤妹介绍,莫西沙星是一种氟喹诺酮类抗菌药物,在家庭药箱中颇为常见,堪称抗菌药界的“顶流”。

莫西沙星通过抑制细菌DNA合成来发挥杀菌效果,广泛应用于临床,对多种细菌、支原体和衣原体均显示出强大的抗菌作用,因此被批准用于治疗敏感菌所导致的感染。

然而,莫西沙星的副作用也不容小觑。阮贤妹指出,当莫西沙星进入人体后,免疫系统可能会将其视为异物,释放出大量的IgE抗体。这些抗体

与莫西沙星结合后,会促使肥大细胞和嗜碱性粒细胞释放出组织胺等炎症介质。

轻者可能导致皮肤瘙痒、皮疹、荨麻疹等症状;重者则可能作用于血管和支气管,引起血管扩张和支气管痉挛,导致血压下降和呼吸困难,进而引发过敏性休克。

一般来说,运动会加快血液循环、加速心跳、升高体温,使免疫系统应激反应更为活跃。朱女士在服用莫西沙星后,立刻开始运动,从而放大了过敏反应,最终导致过敏性休克。

在日常生活中,药物是对抗疾病的得力助手,但某些药物服用后不宜立即运动,否则可能给身体带来麻烦。

含“麻”感冒药(如美扑伪麻片):其含有的伪麻黄碱不仅

影响人体体温调节,还可能因中枢兴奋作用,增加运动时猝死的风险;

降压药(如硝苯地平):运动时可能引发供血不足,导致晕厥;

降糖药(如胰岛素):运动叠加药效易诱发低血糖昏迷;

抗心律失常药(如胺碘酮):加重心脏负担,引发心悸或晕厥;

镇静催眠药(如地西泮):反应力下降,增加跌倒风险;

抗过敏药(如氯苯那敏):嗜睡副作用易导致意外。

阮贤妹建议,服药前务必仔细阅读药品说明书,留意是否有服药后避免运动的提示。若不确定,可咨询医生或药师。合理用药、科学运动,才能守护好自己的健康。



药有小知识

## 吃完这些药 不建议“多喝水”

□本报记者 庄菲菲

服药时,喝多少水是有讲究的!水没喝对,会降低药效,甚至使药物失去治疗作用。记者特邀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赵姗姗为大家科普:吃哪些药不能多喝水。

这几类药服用后立马喝水,会降低药效:一是止咳类糖浆合剂,如止咳糖浆,服用完10分钟内不要喝水,半小时后可正常喝水。二是含片类,如硝酸甘油、麝香保心丸、硝苯地平、硫酸沙丁胺醇等经口腔黏膜吸收的药物,服用时不宜喝

水,因为水会将口腔中的药物冲入胃里,影响疗效。

三是咀嚼片,如铝碳酸镁咀嚼片、酵母片,经过咀嚼后面积增大,可促进其在体内溶解和吸收。若直接吞服,或简单嚼两口就用水冲下去,不利于药效发挥。四是苦味的健胃剂,如龙胆酊,它是通过舌头的味觉感受器,反射性地促进胃液分泌来增进食欲,也不宜喝水,以免冲淡苦味影响药效。

有些药物吃完后,要少喝水。这里的少喝水,指的是用50毫升左右的水送服药物,大约是一次性纸杯的1/5,或者是

喝一口水的量,且半小时内不宜再饮水。主要包括以下几种:

缓解腹泻的药物,如蒙脱石散,说明书要求1袋蒙脱石散(3克)应“倒入约50毫升温开水”。此类药物在水中混匀快速服完,30~60分钟之内也应少喝水;

抗利尿药,该类药物(加压素、去氨加压素)服药期间应少喝水,否则可能会引起水潴留或低钠血症等;

此外,抗酸、治疗胃溃疡的药吃完后也要少喝水,避免影响药效。



药闻盘点

今年起,新增药物经济与管理等29种本科专业

近日,教育部发布《普通高等学校本科专业目录(2025年)》,增列29种新专业,纳入2025年高考招生。新目录包含93个专业类、845种专业,进一步强化专业设置对国家战略急需和高质量发展的快速响应。增设的新专业中,与卫生健康相关的专业有健康与医疗保障、老年医学与健康、医疗器械与装备工程、药物经济与管理、智能分子工程等。

进口牛黄允许试点用于中成药生产

近日,国家药监局、海关总署联合发布《关于允许进口牛黄试点用于中成药生产有关事项的公告》,宣布开展牛黄进口使用试点,对于来自不存在疯牛病疫情禁令国家(地区),且符合我国海关检验检疫要求和药品质量检验要求的牛黄,允许其试点用于中成药生产。

该项试点时限为2年,试点区域为北京、天津、河北、上海、浙江、江西、山东、湖南、广东、四川、福建、广西等12省(自治区、直辖

市),牛黄进口申请人应当为试点区域内处方含牛黄的中成药品种的药品上市许可持有人。

司美格鲁肽2.4mg中国说明书更新

4月21日,国家药品监督管理局批准更新诺和盈®(司美格鲁肽2.4mg)的说明书。此次更新基于SELECT(司美格鲁肽在超重或肥胖患者中的心血管结局试验)的主要结果:在超重或肥胖且已确诊心血管疾病不伴有糖尿病的成人患者中,诺和盈®可降低主要不良心血管事件发生风险达20%。



## 小程序公益药师 答疑



叶欢 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:在使用丁苯酞、银丹心脑通胶囊药物期间,可以服用龙胆泻肝丸吗?

答:在同时使用丁苯酞和银丹心脑通胶囊期间,若需联用龙胆泻肝丸,需警惕出血风险叠加(尤其合用抗凝药时)及潜在肝肾负担。龙胆泻肝丸虽已改良肾毒性成分,但仍建议短期使用并密切监测不良反应(如异常出血、肾功能异常)。在无明显禁忌的情况下,短期联用可行,但必须由医生根据个体情况评估后决定,不可自行合用。



胡晓 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:周三14:30—17:30

问:目前每天要吃雷米普利片、氨氯地平阿托伐他汀钙片、雷替斯,它们可以同时服用吗?

答:以上三种药物在正常用法用量下可以同时服用。用药期间,应定期监测血压、低密度脂蛋白水平、甲状腺及肝功能,关注有无出现药品相关不良反应,如肌肉酸痛、肾功能异常、失眠、心悸、干咳等。



聂雪坤 宁德师范学院附属宁德市医院临床药学室 主管药师

小程序值班时间:周五8:00—12:00、14:30—17:30

问:肿痛安胶囊能不能和舒筋活血片一起服用?

答:两药均为中成药制剂,肿痛安胶囊主要成分有三七、天麻、僵蚕、白附子(制)、防风、羌活、天南星(制)、白芷,具有祛风化痰、行瘀散结、消肿定痛的功效;舒筋活血片主要成分为红花、醋香附、烫狗脊、相加皮、络石藤、伸筋草、泽兰、槲寄生、鸡血藤等,亦有活血散瘀的功效。两药成分不存在相互作用,无配伍禁忌,但因功效类似,可根据病情选择最优药物,不建议自行选用两种药物服用,必要时就诊。

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