

线上问药

藿香正气水+降压药=危险组合

□本报记者 李婷

福建卫生报健康大使、福建中医药大学附属第二人民医院药学部主管药师陈明表示,藿香正气水作为夏季常用药,其40%~50%的酒精含量(相当于高度白酒)常被忽视。

当藿香正气水与降压药联用时,可能引发以下风险:

血压断崖式下跌:酒精本身能扩张血管,与硝苯地平、氨氯地平等钙通道阻滞剂,或缬沙坦等降压药联用时,会叠加降压效果,导致低血压。患者可能出现头晕、跌倒,甚至休克,尤其老年人体位改变时风险更高。

反应迟钝风险增加:若降压药含可乐定、利血平等中枢抑制成分,与酒精合用会加重嗜睡、眩晕,严重影响驾驶或

操作机械的安全性。

药效失控:酒精与降压药均依赖肝脏代谢,二者竞争酶资源,可能导致药物代谢异常,血药浓度忽高忽低,疗效难以预测。

陈明提醒,藿香正气水是高血压患者的“高危雷区”,其酒精可直接诱发或加重低血压,建议改用无酒精剂型(如口服液、软胶囊)并在医生指导下使用。老年人,糖尿病、自主神经功能紊乱患者更易发生低血压,需格外警惕。

若患者出现头晕、眼前发黑等低血压征兆,需立即:

坐下或躺下:避免站立时跌倒,优先平卧位并抬高双腿(垫枕头或靠墙)。户外时可靠墙蹲下,低头置于两膝之间。

补充水分和盐分:缓慢饮

用300~500ml淡盐水或电解质饮料(避免冰水),或吃少量咸味饼干。

缓慢恢复体位:症状缓解后,先坐起5分钟,无不适再站立,防止体位性低血压复发。

若已晕厥或伴胸痛、呼吸困难,须立即拨打急救电话!

此外,藿香正气水禁止与头孢类、硝基咪唑类(如甲硝唑)等可能引起双硫仑样反应的药物合用,间隔期至少7天;避免与中枢抑制剂、降糖药、非甾体抗炎药联用,如需合用需严密监测并在医生指导下进行;儿童、孕妇、哺乳期妇女、严重肝病患者慎用,酒精过敏者禁用。

陈明强调,夏季高温本就易诱发血压波动,高血压患者更需警惕“隐形酒精”。

中药怎么煎 记住4个关键点

□本报记者 林颖

煎药细节关乎药效。怎样煎才能发挥最佳效果?福州大学附属省立医院中医科主任医师李红分享了以下关键点:

浸泡药材:浸泡宜用天然饮用水,冷水最佳,避免使用热水破坏药效。水位以刚好没过药材一个横指高度为宜;慢性病和肿瘤类药材量多,浸泡时水量要足,后续可久熬浓

缩。泡药时间控制在十几分钟到半小时,浸泡后的水留着煎药。若药材品质欠佳,浸泡前简单冲洗浮尘去杂质。

确保足够的煎药次数:一剂药通常需要头煎、二煎,名贵药材可煎三次,保证浓度且避免高温破坏成分。第一遍时间比第二遍稍长,可将多次熬的药混合平均分服,效果更佳。若时间紧,先喝头煎再喝二煎,一天内服完一剂药。

辅料添加原则:姜、枣为常用辅料,性温,均入脾、胃经。不过,阳热体质或实热证患者不宜用姜枣,可换用麦芽等平和食材。

煎药器具选择:陶瓷或砂锅是最佳选择,能促使有效成分溶解,且不与药物反应,确保药效纯正。如今市场上的陶瓷罐电子煎药壶,融合现代技术,方便实用,也是一个不错的选择。

校媒双创

青春药行 将安全用药带进社区

7月8日至14日,福建医科大学药学院联合《福建卫生报》社组建的“家庭小药箱”志愿服务队,奔赴福州市鼓楼区白龙社区、凤凰池社区、琼河社区、国德康养中心和闽侯县永嘉天地、旗山湖公园,开展为期一周的“青春药行”社会实践。

“慢病管理是守护老年健康的关键一环。”福建医科大学附属协和医院药学部吴雪梅主任药师感慨。7月11日,服务队联合协和医院药学部



走进国德康养中心,药师们化身“健康顾问”,一对一解答老人们的用药疑问。

助老还用上了新科技。在队员们的帮助下,琼河社区王奶奶通过新学会的“福建卫生报健康+”小程序,解决了困扰已久的药物联用问题。她紧握队员的手激动地说:“这下心里有谱了!你们真是解决了大麻烦”

在凤凰池社区,队员以“夏日解暑”为主题,通过情景互动教学,为青少年群体讲解正确解暑方法、中暑药使用及家庭药箱重要性。



一周行程,服务队累计建立慢性病精准档案350份,发放用药安全宣传册700余份,记录并解答用药问题50余个,足迹覆盖6个人流量大的区域,直接服务超过800人次,并与5个社区及养老院签订长期合作协议,推动“健康科普进社区”常态化。

今后,青年服务队员们将继续以青春之名,行走在“药护万家”的路上,努力成长为有温度、有担当的新时代药学人才。

(福建医科大学药学院)

用药有困扰
上“福建卫生报健康+”

《线上问药 智媒惠民》健康科普栏目

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、15:00—18:00

问:复方碳酸钙泡腾颗粒是饭前服用还是在饭后?

答:饭前或饭后服用均可,但一般更建议饭后服用。饭后胃酸分泌较多,有助于钙质解离吸收,同时可减少对胃肠道的刺激(如暖气、便秘等不良反应)。注意复方碳酸钙泡腾颗粒需用足量水完全溶解后饮用。若直接吞服,干颗粒进入口腔或食道接触唾液或少量水分时,可能释放大量气体,会导致呛咳甚至窒息风险。

陈少锋 厦门大学附属中山医院药学部 副主任药师

小程序值班时间:周二 15:00—18:00

问:服用十滴水有何注意事项?

答:十滴水是夏季常用的防暑中成药,属于非处方药,用于因中暑而引起的头晕、恶心、腹痛、胃肠不适。一次2~5毫升,每天2~3次,严重时每天不超过4次,儿童酌减;连续使用不超过3天。该药的乙醇含量很高,容易起过敏反应,须密切关注;服药期间禁与头孢类抗菌药、甲硝唑、替硝唑、奥硝唑、呋喃唑酮、呋喃妥因、氯霉素、灰黄霉素、琥乙红霉素、酮康唑、异烟肼等同服,防止双硫仑样反应;服药期间禁止驾驶及高空作业。高血压、心脏病、肝病、糖尿病、肾病等慢性病患者应在医师指导下服用。孕妇及婴幼儿禁用。

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、15:00—18:00

问:儿童服用补液盐Ⅲ,每次要喝多少?

答:每5.125g溶于250ml温开水中,随时口服。治疗时:开始时50ml/kg,4小时内服完,随后根据患者脱水程度调整剂量,直至腹泻停止。婴幼儿需少量多次给予。预防时:6个月以下儿童,一次50ml;6个月至2岁儿童,一次100ml;2~10岁儿童,一次150ml。

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