

长效制剂 慢病患者的“贴身管家”

张大爷在65岁那年被诊断出患有免疫性血小板减少症后,几年来一直服用艾曲泊帕进行治疗,控制病情。然而,生活中的任何小疏忽,比如偶尔忘记按时服药,都可能导致他未能规律服药,随后引发血小板数量下降,出现皮肤瘀点、口腔血疱等出血症状,让大爷苦不堪言,生活质量大打折扣,医生建议他改用注射用重组人血小板生成素受体激动剂,每周皮下注射一次,就可以在较长时间内稳定血小板计数,就像给张大爷的体内安装了一个“自动给药装置”,在悄无声息中守护他的血小板。

长效制剂:改变治疗格局

随着医学的不断进步,越发重视各种长效制剂的研发。例如,癸酸氟哌啶醇注射液是一种典型的前药制剂,利用前药在人体内吸收、代谢等生理过程拉长半衰期,只需每4周注射1次,延长精神病患者用药的周期,减少发作次数;又如高血压药品硝苯地平控释

片,将硝苯地平会和吸水膨胀的聚乙烯(PEO),用具有半透膜特性的醋酸纤维素(CA)包膜做成药片,并在药片表面打个洞,利用PEO吸水膨胀的能力一点点地将硝苯地平推出药片外并释放到体内,成功解决了硝苯地平降压效果来得快去得快,让血压“坐过山车”的问题;而张大爷换上的注射用重组人血小板生成素受体激动剂,其为药物修饰了Fc融合蛋白,能够被免疫细胞表面的Fc段受体特异性识别并结合,利用Fc区域的稳定性和免疫系统的Fc受体相互作用,增强药物的稳定性和延长体内作用时间。

为什么长效制剂更胜一筹

稳定性:长效制剂能在身体里保持稳定的药效。长效制剂就像给患者配备了一支“长效护卫队”,能在体内缓慢或有规律地释放药物,稳定血药浓度。

依从性:用药次数大幅减少。有些长效制剂每周甚至每

半年用药一次,患者的日常生活不再被繁杂的用药安排所束缚,心理压力也大大减轻,从而提高了治疗的依从性,让治疗过程更顺畅。

经济性:尽管某些长效制剂的单价看似较高,但由于其用药频率降低,对于需要长期治疗的慢性病患者而言,总体费用实际上可能更为经济。

长效制剂是否万无一失

为确保治疗的安全性和有效性,医生建议张大爷平时还是需要注意定期检查血细胞计数,并警惕用药剂量不适宜而造成的血小板不足或静脉血栓。长效制剂的次剂量较大,半衰期较长,如果使用不当,难以迅速调整用量,这可能导致药物在体内积累的风险远高于短效制剂。对于特殊人群,如孕产妇、儿童、老年人以及肝肾功能不全者和病情不稳定的患者,在选择使用长效制剂时,应进行充分的个体化评估,仔细权衡其利弊。

在慢病管理的道路上,长效制剂无疑是提高患者依从性的重要手段。它们以独特的优势,为患者带来了稳定、安全或便捷的治疗体验,是慢病患者的一种重要治疗手段。然而,任何事物都有其两面性,长效制剂也不例外,虽然它为患者带来了诸多便利,但在使用过程中仍需谨慎。长效制剂可能涉及复杂的药物动力学,需要精确的剂量控制,以及关注可能出现的长期副作用。患者在使用长效制剂时,应遵循医生的指导,定期进行必要的检查,确保药物的安全性和有效性。此外,医生和患者之间的沟通也至关重要,以确保患者充分理解药物的使用方法和潜在风险,从而做出明智的决策。

(作者:黄艳 厦门大学附属第一医院 药学部 主管药师
陈宏 厦门大学附属第一医院 药学部 主任药师)

宝宝第一口辅食怎么吃

宝宝的辅食添加不仅是营养补充的起点,更是培养饮食习惯、促进消化系统发育的关键阶段。然而,何时开始添加辅食?第一口吃什么?如何安排辅食的顺序?这些问题常让新手父母感到困惑。本文将为家长提供一份科学的辅食添加建议。

辅食添加的时机

多数健康婴儿在6个月左右具备添加辅食的生理条件,但需结合个体发育迹象(如能独坐、对食物感兴趣)综合判断。

1. 为什么推荐满6个月添加辅食?

世界卫生组织(WHO)指出,健康的足月婴儿应在满6个月时开始添加辅食。这是因为:

(1)生理成熟度:6个月大的婴儿,头颈控制能力增强,对奶以外的食物有浓厚兴趣,如盯着大人吃饭、尝试抓取食物等;顶舌反应消失,用勺子喂食时,不会用舌头把食物顶出来。

(2)营养需求变化:6个月,母乳中的铁含量已无法满足婴儿快速发育的需求,需通过辅食补充铁、锌等营养素。

2. 特殊情况可提前,但需

专业指导

若因发育较快或特殊需求(如早产儿)需在6个月前添加辅食,必须在儿保或儿科医生的指导下进行,避免过早或过晚添加,对宝宝生长造成不良影响。近年研究鼓励尽早引入易过敏食物(如鸡蛋、花生、鱼),在6个月,但需在医生指导下进行(尤其有家族过敏史时)。

辅食添加的三大核心原则

营养优先:高能量密度与关键营养素

第一口辅食应选择能量密度高、富含铁和锌的食物。

推荐食物:瘦畜肉泥(如牛肉、猪肉)、肝泥、蛋黄、富含铁的深色蔬菜泥。

传统铁强化米粉虽方便,但是其所含的铁为非血红素铁,吸收率(3%~8%)低于动物性食物中的血红素铁(15%~35%),且蛋白质和脂肪含量较低,无法满足全面需求。但因传统进食习惯及喂食方便,可以用5~7天适应米糊后,尽快添加上述推荐的食物。

蛋黄可作为早期辅食,但需注意其铁吸收率较低,且部分宝

宝可能对蛋黄过敏。初次尝试应少量(1/8个),观察无过敏后再增量。

循序渐进:单一到多样,少量到多量

每次只引入一种新食物,连续观察3~5天,确认无过敏反应(如皮疹、腹泻)后再添加另一种。从1~2勺开始,逐渐增加至替代一餐母乳/配方奶。

顺应喂养:尊重宝宝的意愿
若宝宝拒绝某种食物,可暂停几天后再尝试,避免强迫喂食导致厌食。

辅食添加的科学顺序:尽早添加动物性食物

1. 第一阶段(6~7个月):高营养密度的动物性食物

推荐添加强化铁米糊后,尽快选择肉泥、肝泥、鱼类和蛋黄,需确保完全煮熟,首次少量尝试以防过敏。然后逐步添加原味的蔬菜及适量植物油。水果可在蔬菜和肉类引入后添加,优先选择低甜度水果(如苹果、梨),避免过早形成对甜味的过度依赖。

2. 第二阶段(7~8个月):待食物种类多样后,逐步引入手指食物,增加食物质地与种类,谷

物类:可开始尝试粥或者面条;蔬菜、动物性食品、水果可尝试做成手指食物开始锻炼孩子的咀嚼能力。

3. 第三阶段(9个月后):继续增加食物质地与种类

颗粒及块状食物:如碎菜、碎肉末、面条、有颗粒的粥等。

多样化搭配,丰富营养来源。

家长需根据宝宝的发育节奏灵活调整,避免盲目跟风传统经验。记住,喂养不仅是提供食物,更是传递爱与安全感的过程。愿每个宝宝都能在科学的指导下,享受美味又营养的成长之旅!

(作者:李国波 福建省妇幼保健院 儿童保健中心 副主任医师)

医学科普专栏投稿邮箱:

fujianwsbkp@126.com

联系电话:0591-88369123

联系人:杨老师