

对症用药别混搭 保持心态莫饮酒

感染新冠病毒后如何用药?市六院专家给出建议

本报讯(记者 刘菊)感染新冠病毒后如何用药?不同药物可以相互替换吗?12月18日,记者针对市民关注的问题,采访了哈尔滨市第六医院副主任药师王楨。

王楨介绍,结合本次疫情哈尔滨市六院收治的患者情况来看,大部分患者的症状是发热、鼻塞、咽干咽痛、咳嗽、乏力、肌肉酸痛等。正确对症用药,保持一个良好的心态,相信很快就会康复的。

“有的市民表示有些感冒药不好买,即使买不到大家也不用紧张,有很多可以替代的药物。”王楨表示,比如说现在最紧俏的连花清瘟胶囊,和连花清瘟同类的药物还有双黄连口服液、清开灵片或者颗粒、复方金银花颗粒、四季感冒片、桑菊感冒片、小柴胡颗粒、小儿热速清颗粒等。以上所说中成药作用一样,选择一种即可。

发热可以选择的药物有布洛芬颗粒(片、缓释胶囊、混悬液)、对乙酰氨基酚片(咀嚼片、混悬液)、复方小儿退热栓、小儿清解冲剂等。

咳嗽干咳可用氢溴酸右美沙芬咀嚼片,咳嗽有痰可以选用强力枇杷露、麻杏止咳片、右美沙芬愈创甘油醚糖浆、止咳橘红口服液、盐酸氨溴索口服液、肺力咳合剂、小儿肺热咳喘口服液等。

咽干咽痛可选用西瓜霜含片、开喉剑喷雾剂等。

当出现不舒服症状的时候,对症用药才是最准确的。以上药品大家对症选择一种即可。需要注意的是首先要识别一样成分不同药名的药不要重复吃。解热镇痛药对乙酰氨基酚的商品名有多个变身版本,比如百服宁、泰诺林、必理通、散利痛等,一般一次只吃一粒,间隔4-6小时吃一次,总量不超过4次,超过这个剂量可能会导致肝损伤。另一种解热镇痛药,包括布洛芬、芬必得、美林等,这些不可以和对乙酰氨基酚合用,如果合用一定要间隔6-8小时。

其次,一定要杜绝药物叠加和混用。很多感冒药,包括速效感冒胶囊、维C银翘片等已经含有对乙酰氨基酚,如果再吃解热镇痛药,会造成药物叠加,引发肝损伤。

第三点要注意的是一定要杜绝在服药期间饮酒。无论吃布洛芬还是吃对乙酰氨基酚都不能喝酒,哪怕只喝一点点酒也会造成肝损伤。

王楨提醒,目前小分子抗病毒药物有两种,进口的奈玛特韦/利托那韦片组合包装和国产的阿兹夫定片,但是这两种药都不是“阳”了就可以吃的全民用药。在我国,奈玛特韦仅被批准用于治疗发病5天以内的轻型和普通型且伴有进展为重型高风险因素的成人和青少年(12-17岁,体重≥40千克);阿兹夫定片则用于治疗普通型新型冠状病毒肺炎(COVID-19)成年患者。简单来说,不严重没必要吃,严重了要赶紧去医院。

另外提醒大家,抗病毒药具有较高的特异性,奥司他韦(流感药)等抗其他病毒的药,对预防和治疗新冠都没什么效果,还可能带来副作用。

本报讯(记者 姜雪松)12月12日,由哈尔滨吉象隆生物技术有限公司研发生产的首批“抑君太”皮肤黏膜消毒喷雾剂正式上市销售。这是国内首个可直接用于人体皮肤黏膜并可同时消杀冠状病毒、流感病毒等多种病毒及病菌的消毒喷雾剂。

中科检测技术服务(广州)股份有限公司检测报告显示,“经3次重复试验,样品‘抑君太’皮肤黏膜消毒喷雾剂‘原液’,作用5分钟,对冠状病毒 HCoV-229E 和甲型流感病毒 H1N1 的灭活率均为>99.99%。”经检测认证,“抑君太”消毒喷雾剂安全无毒,可用于皮肤黏膜,是阻断病毒经口腔鼻腔途径感染有效方式,为预防冠状病毒又新增了一道安全屏障。近日,“抑君太”消毒喷雾剂获得黑龙江省卫生健康委员会消毒产品备案批准。

“1-3分钟即可消杀冠状病毒及各种细菌。”哈尔滨吉象隆生物技术有限公司总经理

组建“互助群” 倡议“余药分享”

志愿者团队搭建公益平台,促进邻里互助

本报讯(胥志红 记者 王铁军)本群仅提供联络平台,成立的初心是为了帮助近期买不到退烧药、感冒药的平房区居民,纯公益非盈利行为,大家互帮互助,不可以买卖。”12月17日,市红十字四叶草青年志愿服务中心建起了多个“互助群”,发出“有余药请分享”的口号,倡议将家里富余的应急药品分享或互换给急需的亲邻,邻里互助,共抗疫情。

建“互助群”的点子是由四叶草志愿服务中心党支部书记邹艳玲提出来的,她表示,群友们将个人手中的退烧药、感冒药等药品以分享或互换的方式,来帮助那些暂时买不到药品的人,“这个时候就需要大家互助”。17日上午,在众多志愿者的响应下,邹艳玲分别发起成立了平房区健康公益互助(北厂)群、平房区健康公益互助(南厂)群、平房区妇女儿童互助群等3个公益微信群。一天时间,3个“互助群”群友数量达到600多人。

各个“互助群”自成立后非常活跃,有为发烧的孩子求助药品的,有爱心群友为孩子紧急提供药品的;有询问购买药品和抗原试剂盒的,有提供药品购买信息的。一些急需退烧药的老人和孩子在群里发出求助后,很快得到响应,并在爱心群友的帮助下获得了药品,解了“燃眉之急”。



“互助群”里邻里互助。

四叶草的志愿者们还在群里分享一些防治感冒、发烧的方法,也有群友分享自己的亲身体会。邹艳玲还邀请到北京三甲医院的医生进群,为大家免费提供发热指导以及用药咨询服务。

搭建防疫健康互助平台,四叶草志愿者们用实际行动践行“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务精神,用科学有效的方法和经验舒缓人们紧张的情绪。

新冠病毒感染者居家治疗常用药使用参考 (市疾病预防控制中心)		
症状	药物名称	使用参考
发 热	对乙酰氨基酚	对乙酰氨基酚的最大剂量为2克,通常每日服用4次,每次500毫克,每日总量不超过4克。连续服用不得超过5天。肝功能异常者慎用,肾功能异常者慎用。肾功能严重异常者禁用。
	布洛芬	应在餐后或餐后服用,以减少胃肠道不适或不良反应。服药期间应避免饮酒,以免加重胃肠道不适。肾功能严重异常者禁用,孕妇慎用。
	阿司匹林	不建议作为退烧首选药物,儿童慎用。
流 涕	氯苯那敏	可缓解流涕、鼻塞、打喷嚏等过敏症状。
	西替利嗪	每天服用一次,避免饮酒,服药期间不得驾驶汽车、机械、从事高空作业。
鼻 塞	赛洛唑啉滴鼻剂	用药前应先将鼻腔清洗干净,鼻喷时头后仰,喷头距鼻孔约2厘米,喷入鼻腔。
	桂利嗪	可缓解鼻塞、流涕、打喷嚏等过敏症状。
恶 心 呕 吐	藿香正气水	风热感冒忌服。藿香正气水含有乙醇,服用前应查看说明书,糖尿病患者不可服用。西药药物。
	藿香正气胶囊	同上。
无 痰 干 咳	福尔可定	中枢性镇咳药,哮喘、痰多者慎用,服药期间应避免饮酒,以免加重中枢性镇咳作用。
	右美沙芬	中枢性镇咳药,哮喘、痰多者慎用,服药期间应避免饮酒,以免加重中枢性镇咳作用。
咳 嗽 咳 痰	溴己新、氨溴索、愈创甘油醚、乙酰半胱氨酸	避免与中枢性镇咳药(如右美沙芬等)同时使用,以免降低的痰液排空气道。此类化痰药仅对痰液性状有一定作用。哮喘患者慎用。乙酰半胱氨酸、祛痰药、右美沙芬、右美沙芬与中枢性镇咳药同时使用,可能加重中枢性镇咳作用。
	地隆氯铵	尚不明确,慎用。
咽 干 咽 痛	六神丸	孕妇禁用。患者在服用地高辛时,应避免服用六神丸,以免导致地高辛中毒。
	阿司匹林	不建议作为退烧首选药物,儿童慎用。
	阿司匹林	同上。

儿童发热如何选择退热药?

王楨建议,大于等于2个月的儿童推荐口服对乙酰氨基酚,剂量为每次15毫克/千克,2次用药的最短间隔时间为6小时。大于6个月的儿童,推荐使用对乙酰氨基酚或布洛芬,布洛芬的剂量为每次10毫克/千克,2次用药的最短间隔6-8小时。布洛芬和对乙酰氨基酚的退热效果和安全性相似。不推荐对乙酰氨基酚联合布洛芬用于儿童退热,也不推荐对乙酰氨基酚与布洛芬交替用于儿童退热。

老年人感染新冠病毒怎么办?

老年人基础疾病的药物要常规服用,服用对症药物后如果症状没有缓解或者症状加重,建议尽早就医。

是否需要服用抗生素?

王楨强调,新冠病毒检测阳性说明感染了新冠病毒,这是一个病毒感染。抗生素主要是治疗细菌感染的,在治疗单纯新冠病毒感染过程中是没有效果的。如果本身身体抵抗力比较差,当感染了新冠病毒后,可能在病毒感染以后继发了细菌感染,这时候适当使用抗生素才是有用的。

新冠病毒感染者出现什么症状需要就医?

哈医大二院专家为您解答

本报讯(记者 刘菊)近日,很多市民都关注感染新冠病毒后,什么情况需要就医,为帮助市民正确认识疾病,12月18日,记者采访了哈医大二院呼吸与危重症医学科主任陈宏教授。

陈宏介绍,发热≥38.5℃,用药后仍持续3天以上;呼吸困难;血氧饱和度低于93%;咳嗽伴黄痰等情况,需要就医。

除此之外,其他特殊人群也要注意。伴有基础疾病的患者,如心血管系统疾病、呼吸系统疾病、慢性代谢性疾病、慢性消

耗性疾病、免疫功能低下等原有疾病控制不佳或者加重者,出现新的并发症;精神萎靡、活动后气短、食少纳差、不能平卧等不伴有基础疾病的老年人;儿童出现持续拒食、喂养困难、腹泻、嗜睡等情况;孕产妇出现头痛、头晕、心慌、气短、腹痛、异常胎动等情况时,建议及时就医。



口鼻一喷,冠状病毒灭活率超99.99%

冰城科企研发可用于人体黏膜的液态冠状病毒阻断剂

张琪在向记者介绍产品优势时表示,“抑君太”皮肤黏膜消毒喷雾剂杀菌速度快,它在皮肤、口腔、鼻腔均可使用,尤其适合儿童、老人和酒精过敏者使用。

据介绍,虽然当前在预防冠状病毒、感冒病毒方面的消毒喷雾剂产品很多,如84消毒喷雾剂、次氯酸、酒精等消毒剂,但均不能够直接用于口腔。而“抑君太”可直接在口腔、鼻腔使用,在口腔黏膜预防病毒,还可以快速消杀物品及环境的冠状病毒及各种细菌,为大众筑起口罩之外的新防线。

张琪表示,“抑君太”消毒喷雾剂方便携

带,使用便捷。每瓶消毒喷雾剂为50ml,可以喷280-300次,大约一个月的用量。它可在乘坐飞机、高铁、地铁、公交等交通工具时使用,还可以适用于商超、学校、办公会议、家庭等场景及餐饮、娱乐、景区等人群密集场所。

“吉象隆生物”为国家高新技术企业,专业从事多肽药物研发、报批和生产。目前已申报、在研多肽药物在国内企业中数量居行业前列。“抑君太”消毒喷雾剂是企业自有合成多肽药物技术的基础上,根据致病病毒的特点,创新研发的新型病毒阻断剂。目前,“吉

象隆生物”已掌握抗新冠多肽膜融合抑制剂药物研发技术,并获得2项发明专利。

在两年多的时间里,企业研发人员在配方、工艺、质量研究、产品稳定性、药理毒理研究、有效性、安全性等方面做了大量试验与验证工作,确保“抑君太”消毒喷雾剂安全无毒、无刺激、不伤肤、环保无残留。

“目前企业已具备日生产10万支的生产能力,春节前订单已经排满。”张琪说,“在后疫情时代,这款消毒喷雾剂能够帮助百姓消除‘社交恐惧’,为尽快恢复正常生产生活秩序贡献力量。”

正视新冠病毒 保持乐观心态

市第一专科医院专家答疑解惑

本报讯 针对近期疫情形势变化,国家出台新的政策和规定,如何科学理性面对疫情期间的心理健康?就此问题记者采访了哈尔滨市第一专科医院心理中心主任、主任医师徐佳。

徐佳表示,首先要正确面对当前的疫情形势。专家分析当前新冠病毒流行的毒株主要是奥密克戎,它的传播力较强,但它的致病力明显较弱,主要侵袭上呼吸道,大多数症状表现较轻。对于政策或是环境的变化,人们难免会出现心理不适应的表现,这很正常,心理学称之为应激反应,主要表现为:在情绪方面可能是愤怒、焦虑、紧张、担忧、恐惧、抑郁等;在身体上可能是睡眠问题,失眠多梦,胃肠不适,身体疲劳或疼痛等;行为方面可能会出现回避自己认为危险的地方,拒绝改变,敌对争吵等;思维方面可以表现为看待事务简单粗暴,以偏概全,失去理智的分析判断能力,经常会只关注极端事件,把极为微小的可能性给予绝对化判断,甚至会出现灾难性预期。这种应激反应是普通人在适应一些压力性事件的过程中的正常的心理反应。一般通过自我调整和修正都会逐渐减轻并最终消失。但是也有一些人调整得比较慢、适应不好,所以也可能会形成真正

的心理疾病。徐佳告诉记者,每个人的内心实际上都是很强大的,每个人都有极强的自我调整能力。首先,我们对于这一点要抱有信心,应该相信我们自己的能力。我们可以通过回忆此前战胜困难的经历来鼓励自己,也可以通过转移注意力来调整情绪,让自己的生活和工作尽快步入正轨,充实而有序的生活有助于内心的稳定,帮助我们重获安全感。其次,我们应该对自己的情绪状态保持觉察,如果你发现自己经常会出现上述应激反应的情况就应该提醒自己,是不是有些反应过度了,是不是有些过分担忧了,这时最好是求助,可以和周围人谈谈你的感受,主动和积极向上的人交流,不要陷入自己的不好的想法中无法自拔。建议主动查询官方可信的信息,相信国家,相信科学,避免盲目跟风。也可以去寻求专业的心理援助,如心理援助热线电话或是专业的心理咨询机构都可以。

防疫·科学

Fang Yi Ke Xue

合理用药十大原则

- 合理用药是指安全、有效、经济地使用药物。优先使用基本药物是合理用药的重要措施。不合理用药会影响健康,甚至危及生命。
- 用药要遵循能不用就不用、能少用就不多用,能口服不肌注、能肌注不输液的原则。
- 购买药品要到合法的医疗机构和药店,注意区分处方药和非处方药,处方药必须凭执业医师处方购买。
- 阅读药品说明书是正确用药的前提,特别要注意药物的禁忌、慎用、注意事项、不良反应和药物间的相互作用等事项。如有疑问要及时咨询药师或医生。
- 处方药要严格遵医嘱,切勿擅自使用。特别是抗菌药物和激素类药物,不能自行调整用量或停用。
- 任何药物都有不良反应,非处方药长期、大量使用也会导致不良后果。用药过程中如有不适要及时咨询医生或药师。
- 孕期及哺乳期妇女用药要注意禁忌;儿童、老人和有肝、肾、胃等方面疾病的患者,用药应谨慎,用药后要注意观察;从事驾驶、高空作业等特殊职业者要注意药物对工作的影响。
- 药品存放要科学、妥善,防止因存放不当导致药物变质或失效,谨防儿童及精神异常者接触,一旦误服、误用,及时携带药品及包装就医。
- 接种疫苗是预防一些传染病最有效、最经济的措施,国家免费提供一类疫苗。
- 保健食品不能替代药品。

(哈尔滨市疾病预防控制中心)