

药物的“双刃剑”：了解药物副作用与风险管理

□楼益兰

系统(头晕、嗜睡)、皮肤(皮疹、瘙痒)等。副作用的发生与个体差异、药物性质、剂量大小及使用时间等因素密切相关。

2. 阅读说明书,主动沟通

在使用任何药物前,仔细阅读药品说明书,特别是“不良反应”部分,可以帮助患者提前了解可能遇到的副作用。

同时,就诊时应主动向医生告知自己的过敏史、既往疾病、正在使用的其他药物(包括处方药、非处方药、保健品),以便医生综合评估,选择合适的药物并调整剂量,减少副作用风险。

3. 遵医嘱,不随意增减剂量

严格按照医生开具的处方用药,不自行增加或减少剂量,也不应因症状缓解而

擅自停药。药物的疗效和副作用往往与剂量直接相关,不合理的用药行为可能导致治疗效果不佳或副作用加剧。

4. 监测与报告副作用

用药期间,应密切观察自身反应,一旦发现异常症状,应及时向医生反馈。

即使这些症状在说明书上已列为可能的副作用,也不应忽视,因为某些副作用可能预示着更严重的健康问题。及时报告有助于医生调整治疗方案,采取必要的干预措施。

5. 生活方式的调整

某些药物的副作用可以通过调整生活习惯来减轻。例如,服用可能导致嗜睡的药物后,应避免驾驶或操作重型机械;对于可

能引起胃肠道不适的药物,可尝试分次服用或饭后服用以减少刺激。

6. 了解并接受必要的风险

需要认识到,虽然药物存在副作用,但在大多数情况下,其治疗收益远大于潜在风险。在充分了解风险后,做出知情同意的选择,是治疗过程中不可或缺的一环。对于某些严重疾病,即使药物可能带来较显著的副作用,也是控制病情、提高生活质量的关键。

总之,药物如同一把双刃剑,其有效性与安全性并存。通过增加对药物副作用的认识,积极与医疗团队沟通,遵循医嘱,以及适当调整生活方式,我们可以更好地利用这把剑,保护自己的健康,同时最小化其潜在的伤害。

(作者单位:浙江省兰溪市中医院)

探讨中西医结合在内科疾病治疗中的独特魅力

□苗学义

产生副作用,影响患者的生活质量。而中医治疗则注重整体调理,副作用相对较小。中西医结合可以充分发挥中医治疗的优势,减少西医治疗的副作用。

以糖尿病为例,西医治疗糖尿病常使用降糖药物和胰岛素等,但这些药物可能会产生低血糖、胃肠道反应等副作用。

四、个体化治疗,兼顾共性与个性

中医讲究个体化治疗,根据患者的体质、年龄、性别等因素制定个性化的治疗方案。而西医则侧重于疾病的病理生理过程,强调疾病的共性。中西医结合可以将两者的优势结合起来,既考虑疾病的共性,又兼顾患者的个体差异,实现个体化治疗。

以肺癌为例,中医可以通过调理患者身体状态、减轻化疗副作用等方式来辅助

西医治疗;西医则可以通过化疗、放疗等手段来直接杀灭癌细胞。两者相结合,可以显著提高治疗效果,减轻患者痛苦。

五、展望未来

随着医学研究的不断深入和实践经验的积累,中西医结合治疗内科疾病将在更多领域发挥重要作用。未来,我们需要继续加强中医和西医的理论和实践研究,推动中西医结合治疗的标准化和规范化,为人类的健康事业做出更大的贡献。

综上所述,中西医结合在内科疾病治疗中的魅力在于其理念融合、优势互补、提高治疗效果、减轻副作用、个体化治疗以及广阔的发展前景。这种跨界治疗模式正引领着内科疾病治疗的新潮流。

(作者单位:河北省廊坊市广阳区北旺镇卫生院)

神经内科康复训练技巧分享

□王超群

理疏导等多种方法。例如,物理疗法中的电刺激、温热疗法等可以促进血液循环,缓解肌肉痉挛;作业疗法则通过日常生活中的活动和游戏,提高患者的认知能力和上肢功能。

5. 心理支持,树立信心

神经内科疾病患者常伴有焦虑、抑郁等心理问题,心理支持在康复训练中尤为重要。医护人员应定期评估患者的心理状态,给予心理疏导和支持,帮助患者树立信心,积极面对康复训练。

6. 家属参与,提供家庭支持

家属的参与对于患者的康复至关重要。医护人员应鼓励家属了解康复训练的重要性,参与康复训练过程,为患者提供家庭支

练前需要进行全面的评估,包括病情、认知情况、心理状态及日常生活能力等。根据评估结果,制定个性化的康复训练计划,确保训练内容符合患者的实际需求。

3. 循序渐进,逐步增加难度

康复训练应循序渐进,从简单的动作开始,逐步增加训练强度和难度。例如,对于偏瘫患者,可以从翻身、坐起等基础动作开始,逐渐过渡到站立、行走等更复杂的动作。同时,应关注患者的心理变化,避免过度训练导致患者疲劳或抗拒。

4. 多种方法结合,全面康复

神经内科康复训练不仅限于肢体运动训练,还包括物理疗法、作业疗法、语言疗法、心

持。同时,对家属进行康复知识和技能的培训,以便在家中继续对患者进行康复训练。

7. 注意安全,避免意外伤害

在康复训练过程中,应始终关注患者的安全,避免发生意外伤害。对于行动不便的患者,应采取相应的保护措施,如使用助行器、轮椅等辅助工具。

结语

神经内科康复训练是一个长期而复杂的过程,需要医护人员、患者及家属的共同努力。通过科学合理的康复训练,可以帮助患者恢复功能,提高生活质量。希望以上技巧能够为患者及家属提供有益的参考。

(作者单位:四川省达州市中西医结合医院)

如何利用水溶性离子含量评估雾霾的污染程度

□闫红

及汽车尾气等。

二、水溶性离子含量的监测

为了评估雾霾的污染程度,需要对大气中的水溶性离子含量进行监测。这通常涉及采集大气中的PM2.5和PM10颗粒物样品,然后通过分析这些样品来确定水溶性离子的种类和浓度。常见的监测方法包括离子色谱法和电感耦合等离子体质谱法等。

三、水溶性离子含量与雾霾污染程度的关系

水溶性离子的含量与雾霾的污染程度密切相关。研究表明,雾霾期间大气中的NO₃⁻、SO₄²⁻和NH₄⁺等水溶性离子浓度会显著升高。这些离子不仅会增加雾霾颗粒物的质量浓度,还会影响雾霾的化学成分和物

理性质,从而加剧雾霾的危害。

四、利用水溶性离子含量评估雾霾污染程度的方法

1. 浓度对比法:通过比较不同时间、不同地点大气中水溶性离子的浓度,可以评估雾霾的污染程度和变化趋势。例如,在雾霾高发期,水溶性离子的浓度会显著高于非雾霾期。

2. 比值分析法:通过分析不同水溶性离子之间的比值,可以推断雾霾的来源和成分。例如,高浓度的SO₄²⁻和NO₃⁻通常指示着化石燃料的燃烧和工业排放等固定源污染,而高浓度的Cl⁻则可能与海洋或化工等移动源污染有关。

3. 综合评估法:将水溶性离子含量与其他雾霾指标(如PM2.5质量浓度、能见度等)相结合,进行综合评估。这样可以更全面地反映雾霾的污染程度和危害程度。

五、总结

水溶性离子作为雾霾颗粒物中的重要成分,其含量与雾霾的污染程度密切相关。通过监测和分析大气中水溶性离子的含量和种类,我们可以有效评估雾霾的污染程度和变化趋势,为制定科学的雾霾防控措施提供重要依据。

因此,关注水溶性离子含量,科学评估雾霾污染程度,是我们共同应对雾霾挑战、保护人类健康的重要任务。

(作者单位:河北省唐山市疾病预防控制中心)

在医疗领域,药物作为治疗疾病、缓解症状的重要手段,被誉为现代医学的“魔法子弹”。

然而,正如任何事物都有其两面性,药物在带来治疗效果的同时,也可能伴随着一系列副作用,犹如一把双刃剑。了解药物的副作用并进行有效的风险管理,对于保障患者安全至关重要。

以下是面向大众的几个关键点,帮助大家更好地理解和管理药物使用中的风险。

1. 认识药物副作用的本质

药物副作用是指在正常使用药物剂量下,除预期治疗效果外,产生的不希望出现或有害的反应。这些反应可能涉及身体的任何系统,如消化系统(恶心、呕吐)、神经

在现代医学的广阔领域中,内科疾病的治疗正经历着一场深刻的变革。这场变革的核心,正是中西医结合这一新型治疗模式的兴起。通过融合中医与西医的理论与实践,这种跨界治疗不仅提高了治疗效果,还减少了副作用,为患者带来了更多的康复希望。

下面,让我们分条探讨中西医结合在内科疾病治疗中的独特魅力。

一、理念融合,优势互补

中医与西医在理念上存在显著差异。中医强调整体观念和辨证施治,通过调节人体内环境平衡来治疗疾病;而西医则注重病因和病理的研究,通过消除病因和病理过程来治疗疾病。两者在治疗内科疾病时具有很强的互补性。

神经内科疾病,如中风、认知障碍等,常伴随严重的功能障碍,严重影响患者的生活质量。康复训练作为重要的治疗手段,能够帮助患者恢复功能,提高生活质量。

以下是一些神经内科康复训练的关键技巧,希望对患者及家属有所帮助。

1. 早期介入,预防并发症

康复训练应尽早开始,尤其是在患者病情稳定后。早期介入不仅有助于预防肌肉萎缩、关节僵硬等并发症,还能促进神经功能的恢复。例如,缺血性中风患者在发病48小时后即可开始康复治疗。

2. 全面评估,个性化制定计划

每个患者的具体情况不同,因此康复训