

药品不良反应的识别与应对技巧

□ 李蓉 白中平

药品不良反应是指合格药品在正常用法用量下出现的与用药目的无关的有害反应。药品不良反应是药品固有属性,任何药品都有可能引起不良反应。药品不良反应不仅影响患者的健康和治疗效果,还可能导致严重的并发症。识别药品不良反应并采取适当的应对措施,有助于提高用药安全。本文将为大家介绍药品不良反应的识别方法及应对技巧,以帮助读者更好地理解和处理药品不良反应。

一、药品不良反应的识别

1. 了解药品常见不良反应:每个药品都有其特定的不良反应。公众在使用药品前应充分了解其常见的不良反应。例如,抗生素可能引起的胃肠道不适,非甾体抗炎药(NSAIDs)可能引起的胃肠道出血等。通过了解这些常见的不良反应,可以更好地识别患者在用药期间的异常反应。一旦出现任何不良反应症状,应及时联系医生,避免情况恶化。

2. 观察患者症状和体征:细致观察患者的症状和体征是识别药品不良反应的重要手段。当使用药品后出现新的症状或已有症状加重时,应该考虑是否与药品有关。例如,患

者服用降压药后出现头晕、乏力,可能是药品引起的低血压;服用抗抑郁药后出现恶心、失眠,可能是药品的副作用。

3. 进行药品不良反应报告:可通过医疗机构、零售药店、药监部门等途径报告药品不良反应。药品不良反应报告系统可以收集和大量的药品不良反应数据,帮助识别潜在的问题药品和高风险患者。通过这种方式,可以及时发现和预防药品不良反应,减少其对患者健康的危害。

二、药品不良反应的应对技巧

1. 及时停药或调整药品剂量:在识别到药品不良反应后,及时停药或调整药品剂量是最直接的应对措施。患者在不能判断严重程度情况下,建议先采取暂停用药策略,咨询药师或医师是否有必要减量或更换其他药品,或采取其他干预手段;如果不良反应严重,应立即停药,并在医生指导下进行相应的治疗。例如,患者因服用某种抗生素出现严重过敏反应,应立即停药并进行抗过敏治疗。

2. 对症处理不良反应:针对具体的不良反应采取对症处理措施,可以缓解患者的不适。例如,对于因化疗药品引起的恶心呕吐,

可以使用止吐药;对于因抗生素引起的胃肠不适,可以使用益生菌或胃肠保护剂。这些对症处理措施有助于减轻不良反应的症状,提高患者的生活质量。患者应与医生沟通,根据具体情况选择合适的对症治疗方法,同时遵循医生的建议进行适当的生活方式调整,以减轻不良反应带来的不适。

3. 监测和随访:对于存在药品不良反应风险的患者,应进行密切监测和随访。在用药期间,定期检查患者的身体状况和实验室指标,及时发现和处理潜在的不良反应。例如,使用肝毒性药品时,定期监测肝功能;使用肾毒性药品时,定期监测肾功能。通过监测和随访,可以及时调整治疗方案,减少药品不良反应的发生。

三、提高药品不良反应的预防意识

1. 患者教育:提高患者对药品不良反应的认识和自我监测能力,是预防药品不良反应的重要手段。医护人员应在用药前向患者详细解释药品的作用、不良反应及其处理方法,指导患者正确用药。例如,服用某些药品需要避开酒精,以减少不良反应的风险。

2. 合理用药:合理用药是预防药品不良

反应的关键。医生应根据患者的具体情况,选择合适的药品和剂量,尽量避免联合用药,以减少药物相互作用。例如,对于老年患者,应该特别注意药品的剂量和使用频率,避免过量用药和不必要的用药。

3. 药品监测系统:建立和完善药品监测系统,有助于及时发现和预防药品不良反应。药品监测系统通过收集和分析药品不良反应情况,发现潜在的问题和高风险患者,为临床治疗提供参考。例如,通过国家药品不良反应监测系统,可以预警药品不良反应的发生。

总的来说,药品不良反应是影响患者健康和疗效的重要因素。通过了解药品常见不良反应、细致观察症状和体征,以及积极报告药品不良反应,可以减少药源性疾病的发生。在应对药品不良反应时,针对不同情况采取有效措施,如及时停药或调整药品剂量、对症处理、进行密切监测和随访等。此外,提高患者的预防意识、合理用药和建立药品监测系统,也是预防药品不良反应的重要手段。

(作者单位:云南省普洱市人民医院)

儿童家庭护理中的消毒措施

□ 韦俏莉

家庭是儿童成长的第一环境,而家庭环境的卫生状况直接关系到儿童的健康。在家庭护理中,消毒措施的实施十分关键。本文将为大家介绍儿童家庭护理中的消毒措施,帮助家长们为孩子创造一个健康、安全的生活环境。

一、家庭环境的清洁与消毒

1. 日常清洁:日常清洁是保持家庭环境卫生的基础。家长应定期对家庭进行清扫和整理,尤其是孩子经常活动的区域,如客厅、卧室和游戏区。使用吸尘器、扫帚和拖把清洁地面和家具表面,避免灰尘和污垢积累。定期擦拭窗台、门框和家具表面的灰尘,防止积累过多的灰尘和细菌。保持良好的通风状态,有助于减少空气中的病菌和有害物质。

2. 消毒频率:除了日常清洁,还需定期进行消毒处理。建议每周至少进行一次全面的消毒,特别是在流感季节或家中有病人的情况下,应增加消毒频率。通过合理安排消毒频率,可以有效减少病菌滋生。家长应根据家庭成员的健康状况和季节变化来调整消毒的频率。例如,在流感高发季节,可以增加每两天一次,确保家居环境的安全。

3. 消毒工具:常用的消毒工具包括消毒液、消毒喷雾、酒精棉片等。家长在选择消毒工具时,应注意其成分和使用方法,确保安全无毒。对于儿童常接触的玩具、餐具等物品,应选用专门的儿童消毒剂,避免化学物质残留。在使用消毒工具时,应特别注意通风,以避免消毒剂的气味和成分对儿童产生不良影响。定期更换和清洁消毒工具,确保其有效性和安全性。

二、儿童用品的消毒

1. 玩具消毒:儿童玩具是病菌传播的高风险物品。建议家长每周对孩子的玩具进行消毒。可以使用温肥皂水清洗塑料和金属玩具,布制玩具可以通过高温洗涤或日晒进行消毒。对于不能水洗的电子玩具,可以使用消毒湿巾擦拭。定期检查玩具的清洁状况,及时清理破损或难以清洗的玩具,防止病菌积累。鼓励孩子养成玩具整理和清洁的习惯,有助于保持玩具的卫生。

2. 餐具消毒:儿童餐具的卫生直接影响孩子的健康。家长应每日清洗孩子使用的餐具,使用热水和洗洁精彻底清洁。每周可将餐具放入开水中煮沸消毒,或使用洗碗机的高温消毒功能。为避免化学残留,可以选择

无毒环保的清洁剂。定期检查餐具的使用情况,及时更换有磨损或裂纹的餐具,确保孩子使用的餐具安全卫生。

3. 衣物消毒:儿童衣物应定期清洗和消毒,尤其是贴身衣物和睡衣。可以使用儿童专用的洗涤剂 and 消毒液进行清洗,并在阳光下晾晒,利用紫外线的杀菌作用进行自然消毒。对于特殊材质的衣物,可以选择适合的清洗和消毒方法。养成定期整理和更换衣物的习惯,确保孩子穿着干净卫生的衣物。

三、特殊情况下的消毒措施

1. 家中有病人时:当家中有病人时,应加强家庭环境的消毒。病人使用的物品,如床单、毛巾等,应每日更换和消毒。病人活动的区域,应每日进行消毒处理,防止病菌传播给儿童。

2. 流感季节:在流感季节,家庭成员应注意个人卫生,勤洗手,避免与病患接触。家庭环境应每日进行消毒,特别是门把手、开关等高频接触的部位。家长应引导孩子养成良好的卫生习惯,增强免疫力。

3. 外出归来时:每次外出归来,应第一时间清洁双手和面部,避免将外界的病菌带入家庭。儿童外出回家后,应及时更换衣物并

清洗手部,特别是在外出接触公共设施后。

四、如何选择合适的消毒产品

1. 产品成分:家长在选择消毒产品时,应关注其成分,避免含有对儿童有害的化学物质。尽量选择天然成分的消毒产品,如柠檬酸、乙醇等。

2. 使用方法:家长应仔细阅读产品说明,按照推荐的使用方法进行操作,确保消毒效果。对于不同的消毒对象,如地面、玩具、餐具等,选择适合的消毒产品和方法。

3. 安全性:儿童的免疫系统较为脆弱,对化学物质的抵抗力较低。家长应选择儿童专用的消毒产品,确保其安全性。同时,消毒时应避免儿童直接接触消毒剂,消毒后及时通风,防止残留化学物质对孩子的影响。

总之,儿童家庭护理中的消毒措施是确保孩子健康成长的重要环节。通过合理的清洁和消毒,选择合适的消毒产品,家长可以为孩子创造一个卫生、安全的生活环境。在日常护理中,家长应注重培养孩子的卫生习惯,增强他们的自我保护意识,共同抵御病菌的侵袭,为孩子的健康成长保驾护航。

(作者单位:广西河池市第三人民医院)

预防儿童严重过敏反应的注意事项

□ 熊昌平

儿童过敏反应,尤其是严重过敏反应(如过敏性休克),对孩子的健康和生命安全构成了极大威胁。本文将介绍预防儿童严重过敏反应的注意事项,以帮助家长更好地采取应对措施。

一、了解儿童过敏源

1. 常见的过敏源:常见的过敏源包括食物(如花生、牛奶、鸡蛋、海鲜等)、昆虫叮咬(如蜜蜂、黄蜂)、药物(如抗生素、麻醉剂)以及环境中的一些物质(如花粉、尘螨、霉菌等)。了解这些常见过敏源是第一步,它有助于我们识别和避免接触过敏源。

2. 识别孩子的特定过敏源:每个孩子的过敏源可能不同,家长需要通过观察和记录孩子的反应来识别具体的过敏源。有时需要通过医生的皮肤测试或血液测试来确定。

3. 教育孩子和家庭成员:一旦确定了孩子的过敏源,教育孩子和家庭成员关于这些过敏源的重要性,并告知他们如何识别和避免这些过敏源。例如,教孩子如何阅读食品标签以避免含有致敏成分的食物。

二、避免接触过敏源

1. 饮食控制:确保孩子的饮食中不含已知的过敏源。家长应精心选择和准备食物,避

免可能含有过敏源的加工食品。外出就餐时,应提前告知餐厅工作人员孩子的过敏情况,确保食物的安全性。

2. 环境管理:保持家中的清洁,特别是孩子的生活和学习环境,减少尘螨和霉菌的滋生。定期清洗床上用品,使用防过敏床罩,避免使用地毯等容易积灰的物品。

3. 药物和昆虫防护:对于药物过敏的儿童,应避免使用已知会引起过敏的药物,并在医生的指导下使用替代药物。对于昆虫过敏的儿童,夏季外出时应穿长袖衣物,使用驱虫剂,并避免在昆虫活动频繁的区域玩耍。

三、预防措施

1. 过敏原替代:对于一些常见但不可避免的过敏原,可以尝使用替代品。例如,对于对牛奶过敏的儿童,可以选择豆奶、杏仁奶或其他植物奶作为替代品。烹饪时,使用替代品制作的食品同样可以保持营养均衡和美味。另外,对于鸡蛋过敏的儿童,家长可以使用亚麻籽或奇亚籽混合水作为烘焙的替代品,确保孩子能够享受美食的同时避免过敏。

2. 免疫治疗:在医生的指导下,可以考虑进行免疫治疗。免疫治疗通过逐渐增加过敏原的剂量,使孩子的免疫系统逐渐适应,从而

减少过敏反应的发生。这种方法需要在专业医生的监控下进行,通常需要较长时间才能见效,但对于缓解严重过敏反应具有显著的效果。家长应与医生详细讨论治疗方案,了解可能的风险和预期效果。

3. 预防性药物:对于一些严重的过敏反应,医生可能会开具预防性药物,如抗组胺药物或抗过敏鼻喷剂。这些药物可以帮助孩子在接触过敏源之前减少过敏症状的发生。此外,携带国内可获得的肾上腺素注射器也是一个重要的预防措施,以应对突发的过敏反应。家长应严格按照医生的指导使用这些药物,包括肾上腺素注射器,避免自行加量或减量。定期复诊,了解孩子的药物反应和身体变化,是确保药物有效性的关键。

四、紧急应对措施

1. 随身携带急救药物:对于有严重过敏史的儿童,随身携带急救药物如肾上腺素注射器是必要的。家长和孩子应熟悉药物的使用方法,并定期检查药物的有效期,确保药物在关键时刻能够发挥作用。家长应向学校、托儿所等机构提供一份紧急药物,并告知工作人员使用方法,以备不时之需。定期进行模拟急救演练,可以提高孩子和家庭成员的应急

反应能力。

2. 制定应急计划:家长应与学校、托儿所等机构沟通,制定详细的应急计划。应急计划应包括过敏反应的识别、急救药物的存放位置及使用方法、紧急联系人信息等。确保所有相关人员都了解应急计划,并能够在过敏反应发生时及时采取行动。定期与学校和托儿所沟通,更新应急计划中的信息,确保各方在面对紧急情况时能够有条不紊地处理。

3. 定期复查:定期带孩子进行过敏症状的复查,可以了解过敏反应的变化情况,并及时调整预防和应对策略。家长应与医生保持沟通,了解最新的治疗和管理建议。复查不仅仅是检查孩子当前的健康状况,还可以帮助家长和医生预测未来可能的过敏反应变化,提前做好防范措施。通过与医生的密切合作,家长可以更有效地管理孩子的过敏问题,确保孩子的安全和健康。

总之,预防儿童严重过敏反应需要家长和看护人员的细心关注和科学管理。保护孩子的健康是每个家庭的重要责任,希望本文提供的建议能够帮助家长们更好地预防和管理儿童过敏反应,确保孩子们的健康与安全。

(作者单位:江西省儿童医院)