

## 药物相互作用的分类及影响

□ 闫丽琳

在医疗领域,药物相互作用(Drug Interaction,简称DI)是一个至关重要但往往容易被忽视的话题。当我们因病情需要同时或相继服用两种或多种药物时,这些药物之间可能会产生相互作用,从而影响药效或增加不良反应的风险。本文将为您介绍药物相互作用的基本知识,帮助您更好地理解并应对这一问题。

### 一、什么是药物相互作用?

药物相互作用是指病人同时或在一定时间内服用两种或两种以上药物后所产生的复合效应。这种效应可能使药效加强或减弱,也可能导致副作用的增强或减弱。了解药物相互作用的基本知识,对于提高用药安全、避免不良反应具有重要意义。

### 二、药物相互作用的分类

药物相互作用可分为两大类:药代动力学相互作用和药效学相互作用。

1.药代动力学相互作用:主要影响药物的吸收、分布、代谢和排泄过程。例如,一种药物可能加速或减慢另一种药物的代谢,从而影响其血药浓度和药效。

2.药效学相互作用:主要影响药物的药理效应,即药物与生物体相互作用后产生的生物效应。一种药物可能增强或减弱另一种药物的药理效应,导致药效加强或减弱。

### 三、药物相互作用的影响

药物相互作用的影响可能是期望的、无关紧要的或有害的。

1.期望的相互作用:如某些药物合用可

增强疗效,减少不良反应。

2.无关紧要的相互作用:对药效和安全性无明显影响。

3.有害的相互作用:可能导致药效减弱、治疗失败或不良反应增加。例如,某些药物合用可能导致药效降低,甚至产生严重的不良反应,如肝肾损伤、心脏毒性等。

### 四、如何避免药物相互作用?

1.了解药物信息:在用药前,应详细了解所服用药物的作用机制、药代动力学特点和可能的药物相互作用。

2.咨询医生:如有需要,应咨询医生或药师,了解药物之间的相互作用,以便选择合适的药物组合和用药时间。

3.避免不必要的用药:尽量减少同时使

用的药物种类,避免不必要的药物相互作用。

4.监测不良反应:在用药过程中,应密切关注身体反应,如出现不良反应,应及时就医并告知医生所服用药物的情况。

### 五、结语

药物相互作用是一个复杂而重要的问题。了解药物相互作用的基本知识,可以帮助我们更好地理解并应对这一问题,提高用药安全性和疗效。在用药过程中,我们应关注药物之间的相互作用,遵循医生的建议和指导,避免不必要的用药和不良反应的发生。同时,我们还应加强医学学科知识的传播和教育,提高公众对药物相互作用的认识和重视程度。

(作者单位:河北省邢台市任泽区大屯中心卫生院)

## 喉癌患者的日常饮食调理方法

□ 吴树君

喉癌是一种常见的恶性肿瘤,对患者的健康和生活质量造成严重影响。在面临喉癌时,除了积极的治疗外,合理的饮食调理也是至关重要的。本文将为您介绍一些日常饮食调理的建议,帮助患者更好地应对疾病。

### 一、了解喉癌患者的营养需求

喉癌患者在治疗过程中,身体会受到不同程度的损伤,需要摄入足够的营养物质来支持身体的正常运转。因此,患者需要摄入高蛋白、高热量、高维生素的食物,以保持身体的健康和免疫力的提高。同时,患者还需要注意饮食的均衡,合理搭配各种食物,以满足身体对各种营养素的需求。

### 二、选择适宜的食物类型和烹饪方式

1.蔬菜和水果:蔬菜和水果富含维生素、矿物质和膳食纤维,有助于提高身体的免疫力,促进伤口愈合。建议患者多食用新鲜的蔬菜和水果,避免食用经过长时间烹饪或加工的食品。

2.高蛋白食物:高蛋白食物如肉类、豆类、蛋类等,有助于补充身体所需的蛋白质。患者可以选择鱼肉、鸡胸肉、豆腐等食物,以保持身体机能的正常运转。

3.易消化的食物:喉癌患者在治疗过程中,吞咽困难是常见的问题。因此,患者需要选择易消化的食物,如软饭、粥、面条等,以减轻吞咽的负担。

4.烹饪方式:患者应选择蒸、煮、炖等健康的烹饪方式,避免油炸、烧烤等不健康的烹饪方式,以减少食物中油脂和盐分的摄入。

### 三、合理安排饮食时间与分量

患者应规律饮食,保证一日三餐定时定量,避免饥饿和暴饮暴食。同时,患者应根据身体状况和活动量来适量增加饮食分量,以保持身体的水分平衡和电解质平衡。

### 四、注重饮食禁忌

喉癌患者在饮食方面应该避免过于辛辣、刺激的食物,如辣椒、胡椒、洋葱等。此

外,患者还需要限制烟酒的摄入,因为烟酒是喉癌的危险因素之一。患者还应该避免食用过烫、过硬或刺激性强的食物,以免加重咽喉部位的损伤。

### 五、辅助治疗与中医药膳

在饮食调理的基础上,患者还可以结合一些食疗方或中医药膳来增强身体的免疫力,促进康复。例如,可以尝试一些具有益气养阴、清热解毒作用的食疗方或中医药膳,如西洋参炖鸡、枸杞炖鸽子、蒲公英茶等。这些食疗方和中医药膳不仅能够补充身体所需的营养物质,还能够起到一定的辅助治疗作用。

总之,喉癌患者在面对疾病时,应该注重日常饮食调理,了解自身的营养需求,选择适宜的食物类型和烹饪方式,合理安排饮食时间与分量。同时,患者还应该注重饮食禁忌,避免不健康的饮食习惯。

(作者单位:河北省沧州市中西医结合医院耳鼻喉科)

作为家长,我们都希望孩子能够健康快乐地成长。然而,在孩子的成长发育过程中,难免会遇到一些小病小痛。其中,咳嗽是孩子们最常见的症状之一。那么,当孩子咳嗽时,我们应该如何应对呢?本文将从小儿内科的角度,为大家分享一些关于孩子咳嗽的处理方法和注意事项。

首先,我们需要了解孩子咳嗽的原因。咳嗽是一种保护性反射,可以帮助孩子将呼吸道内的异物、分泌物等排出。常见的引起孩子咳嗽的原因有感冒、支气管炎、哮喘、过敏等。因此,在处理孩子咳嗽问题时,我们需要根据孩子的具体病情来选择合适的治疗方法。

1.感冒引起的咳嗽:感冒是孩子咳嗽的最常见原因。此时,我们需要给孩子多喝水,保持室内空气湿润,以帮助孩子缓解喉咙不适。同时,可以给孩子使用一些针对感冒症状的药物,如退烧药、止咳药等。但需要注意的是,不要随意给孩子使用抗生素,因为感冒通常是由病毒引起的,抗生素对病毒无效,滥用抗生素还可能对孩子产生抗药性。

2.支气管炎引起的咳嗽:支气管炎是孩子咳嗽的另一种常见原因。此时,我们需要密切观察孩子的症状,如咳嗽是否伴有痰、痰的颜色和质地等。如果孩子咳嗽严重,影响正常生活,可以带孩子去医院就诊,医生会根据孩子的病情开具相应的药物治疗方案。

3.哮喘引起的咳嗽:哮喘是一种慢性呼吸道疾病,孩子咳嗽可能是哮喘的一个症状。如果孩子经常咳嗽,尤其是晚上和运动后咳嗽加重,需要带孩子去医院进行哮喘相关检查。一旦确诊为哮喘,需要长期进行规范化治疗,以控制病情。

4.过敏引起的咳嗽:过敏性咳嗽是由于孩子对某些物质过敏,如花粉、尘螨等,导致呼吸道炎症反应而引发的咳嗽。此时,我们需要找出孩子的过敏原,并尽量避免接触。同时,可以使用抗过敏药物来缓解孩子的咳嗽症状。

孩子咳嗽时,我们需要根据孩子的具体病情来选择合适的治疗方法。同时,要关注孩子的生活习惯,保持良好的饮食和作息,增强孩子的免疫力,以预防咳嗽等疾病的发生。在孩子生病时,及时就医,遵循医生的建议进行治疗,是保证孩子健康成长的关键。

(作者单位:河南省平顶山市第一人民医院)

## 小儿咳嗽的治疗方法

□ 李克南

## 眼外伤的急救与护理措施

□ 韦朋

眼外伤是指眼球及其附属结构受到外来机械性、物理性或化学性伤害而引发的眼部各种病理性改变,严重时可导致失明和其他严重并发症。合理的急救与护理对于保障患者的视力至关重要。以下将从几个方面详细介绍眼外伤的急救与护理知识。

### 一、眼外伤的分类

眼外伤主要分为机械性和非机械性两大类。机械性伤害包括眼球钝挫伤、穿通伤、眼内异物等,通常由锐器刺伤、爆炸伤等引起。非机械性伤害则包括烧烫伤、化学伤、辐射伤等,如酸碱烧伤、紫外线辐射等。

### 二、急救措施

#### 1.异物入眼:

禁忌:切勿用手揉搓眼睛,以免加重损伤。处理:用消毒棉签浸生理盐水轻轻去除异物,然后点抗生素眼药水。若异物较深不能除去,应迅速就医。

#### 2.化学伤:

禁忌:严禁捂住双眼或用手揉搓。处理:立即用大量清水冲洗眼睛,冲洗

时间至少30分钟。酸性烧伤可用3%的小苏打水冲洗,碱性烧伤可用3%的硼酸水冲洗。冲洗后立即送医。

#### 3.眼球穿通伤:

禁忌:不要尝试拿掉致伤物或用水冲洗伤口。

处理:用清洁敷料轻轻包扎,迅速送医院急诊。同时避免颠簸及低头动作,防止眼内异物进一步脱出。

#### 4.钝挫伤与挫伤:

处理:受伤后应先进行冷敷,每天3~4次,每次15分钟。出血停止后48小时开始热敷,每天3~4次。若出血的眼角有气肿,切忌擤鼻涕。若发现患眼内出血、眼球胀痛、视力下降,应及时就医。

### 三、护理要点

1.保持眼部清洁:使用清水和温和的肥皂清洁伤口,避免使用刺激性液体。定期更换敷料,保持伤口干燥,防止感染。

2.药物使用:遵医嘱点用抗生素眼药水和眼膏,预防感染。如有必要,可使用

止痛药缓解眼部疼痛。

3.避免二次伤害:佩戴合适的眼罩或护目镜,保护受伤眼睛,避免再次受伤。在进行体育活动或工作时,注意佩戴合适的护眼保护装备。

4.定期复查:遵医嘱定期复查,监测眼部恢复情况,及时调整治疗方案。

### 四、预防建议

1.提高安全意识:在进行高危活动或工作时,提高警惕,做好防护措施。教育儿童不要玩危险玩具,远离烟花爆竹等危险品。

2.佩戴防护装备:在实验室、工厂等可能接触化学品的场所,佩戴防护眼镜或面罩。户外运动时,佩戴合适的护目镜,防止异物入眼。

3.及时就医:一旦发生眼外伤,应立即就医,切勿自行处理或延误治疗。

眼外伤的急救与护理需要迅速、准确、有效。掌握正确的急救方法和护理措施,能够在关键时刻挽救视力,减少并发症的发生。希望大家能够重视眼外伤的预防与处理,保护好自己的眼睛。

(作者单位:山东省临沂市人民医院)

## 关注自身健康 提高生活质量

□ 孙娜

大家好,欢迎来到本次的“护理小课堂”!在忙碌的生活中,我们时常忽视了一些关于健康的基础知识。今天,我们就来聊聊一些简单易懂的健康知识,希望能帮助大家更好地关注自身健康,提高生活质量。

### 一、合理膳食,均衡营养

我们的身体需要各种营养素来维持正常运转。因此,合理膳食、均衡营养是保持健康的基础。建议每天摄入足够的蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素和矿物质。同时,注意食物种类的多样化,多吃蔬菜水果,减少高热量、高脂肪、高糖食物的摄入。

### 二、适量运动,增强体质

运动是保持身体健康的重要途径。适量

运动可以增强心肺功能,提高免疫力,预防多种疾病。建议每周至少进行150分钟的中等强度有氧运动,如快走、骑车、游泳等。此外,还可以结合力量训练、柔韧性训练等多种运动方式,全面提高身体素质。

### 三、充足睡眠,保持精力

睡眠是身体恢复和修复的重要时期。充足的睡眠可以提高身体免疫力,缓解疲劳,保持精力充沛。建议每晚保持7-9小时的睡眠时间,并尽量保持规律的作息习惯。同时,注意睡眠环境的舒适度和安静度,避免噪音和光线干扰。

### 四、心理健康,积极面对生活

心理健康同样重要。积极的心态可以提高身体免疫力,减轻压力,预防心理疾病。建

议多关注自己的情绪变化,及时调节情绪,保持积极向上的心态。此外,还可以通过阅读、旅行、社交等方式丰富自己的生活,提高生活满意度。

### 五、定期体检,预防疾病

定期体检是预防疾病的重要手段。通过体检可以及时发现潜在的健康问题,并采取相应的预防措施。建议每年至少进行一次全面体检,包括血压、血糖、血脂、心电图等项目的检查。同时,针对自己的身体状况和家族病史,选择适合自己的体检项目。

### 六、个人卫生,预防传染病

个人卫生是预防传染病的基础。建议保持良好的个人卫生习惯,如勤洗手、戴口罩、

避免拥挤场所等。此外,注意饮食卫生和环境卫生,预防食源性疾病和肠道传染病。

### 七、安全用药,遵医嘱治疗

安全用药是保障健康的重要措施。在使用药物时,要遵医嘱,按照药物说明书或医生建议的剂量和用法使用。同时,注意药物之间的相互作用和不良反应,避免滥用药物和自行停药。

总之,健康是我们最宝贵的财富。通过合理膳食、适量运动、充足睡眠、心理健康、定期体检、个人卫生和安全用药等多种方式,我们可以更好地关注自身健康,提高生活质量。希望本次的“护理小课堂”能为大家带来一些有用的健康知识!

(作者单位:河北省隆化县医院)