

日常服药 六大不宜

2017-18CBA 赛季辽宁本钢以绝对优势 4:0 横扫浙江广厦夺冠,赛后辽宁主帅郭士强在夺冠庆功宴上一醉方休,但可怕的是酒后突然意识恍惚、多次恶心呕吐,并且周身出现红色丘疹,被紧急送往医院。看似是饮酒过度,其实另有原因。据郭士强家属反映,郭士强有三天口服头孢病史。经医生诊断,郭士强的上述症状是由服用头孢后大量饮酒导致。

1 不宜用白开水送服

并非所有的药都适宜用白开水送服。有些清热药性味苦寒,若用白开水来服用,很可能伤害脾胃,因此宜用米汤服;除清热药外,作用峻猛的泻下药,如大黄、芒硝等,外感发热解表药如麻黄汤、桂枝汤、感冒冲剂等,都宜用米汤送服;有些滋补类的药适合用淡盐水来服;服用六味地黄丸要喝淡盐水,其他宜用淡盐水送服的中成药还有金锁固精丸、四神丸、黑锡丹、大补阴丸、左归丸、左磁丸等,多为治疗肾虚的药物。

2 不宜用果汁或矿泉水送服

有些人在服药的时候,由于没有白开水,为图方便,就用矿泉水或者果汁送服药物。其实,这样的做法很不科学,会影响药物疗效。

由于矿泉水中存在一些矿物质和金属离子,如果用矿泉水送服药物,易与药物中的某些物质发生反应,从而影响药效。例如矿泉水中的钙,与四环素类抗生素合用,不但会影响吸收利用率,而且有可能产生副作用而降低药物的安全性。

果汁中大都含有维生素C和果酸。酸性物质会导致一些药物提前分解或溶化,不利于药物在小肠内吸收,影响药效。如红霉素、氯霉素、黄连素等糖衣片,在碱性环境中能增强活性,而在酸性环境中,糖衣的溶解会加速,使药物没有进入小肠前就失去了作用,甚至会与酸性溶液反应生成有害物质。酸性物质与这些药物结合,还会对胃黏膜造成刺激,从而引起呕吐恶心等症状。柚子汁、橙汁和苹果汁会抑制部分抗过敏药、抗感染药的药效。西柚汁的柚皮素会影响肝脏的某种酶功能,会影响药物的生物利用度。果汁还会放大另一些药物的药效,使体内药物水平突然升高,造成危害。

有些家长为了哄孩子服药,喜欢采用果汁送服的方法。对于孩子来说,由于身体处于发育期间,器官较稚嫩,更容易受到药物不良反应的影响,因此更不能用果汁送服药物。

3 不宜用茶水送服

有些人平时喜欢喝茶,吃药时也用茶水送服。其实有些药物不能用茶水送服,这是因为茶与药在胃内发生化学反应,可能降低药物的疗效。下面是不能用茶水送服的药物。

助消化药:多酶片、胰酶、胃蛋白酶、淀粉酶等,这些酶都是蛋白质,茶中的鞣酸与蛋白质结合可发生沉淀。从而降低疗效。

铁剂:硫酸亚铁、富马酸亚铁、乳酸亚铁、枸橼酸铁铵等,这些药中所含的铁若与茶中的鞣酸结合可产生鞣酸铁而沉淀,妨碍铁剂的吸收。

生物碱:盐酸麻黄碱、硫酸阿托品、颠茄甙、复方胃舒平、磷酸可待因等,这些药物与茶中的鞣酸结合,生成不溶性生物碱发生沉淀,妨碍药物吸收。

镇静催眠药:这类药物与茶叶的咖啡因相互拮抗,使药效降低。达不到镇静催眠的目的。

强心药:洋地黄、洋地黄毒苷、地高辛等也能与茶中的鞣酸发生化学反应,从而使药效降低。

单胺氧化酶抑制剂:该药口服后能使心、肝、脑组织中的单胺氧化酶被抑制,去甲肾上腺素含量增高。茶中的咖啡因刺激肾上腺髓质,使去甲肾上腺素大量增加,若二者同时服用可相互促进,使血压急剧升高而引起高血压危象或脑溢血。

抗菌药:如红霉素可抑制茶碱代谢,增加茶碱的毒性,故用茶水送服红霉素可出现恶心、呕吐等茶碱中毒症状。

其他药物:茶中的鞣酸可妨碍利福平的吸收,降低其疗效;碳酸氢钠与茶中的鞣酸能起分解反应,使药物失去治疗作用;大黄苏打片、健胃片、小儿消食片等均含有碳酸氢钠,服药时均不宜同时饮茶;潘生丁能增加心肌中环磷酸苷,茶中的咖啡因对抗腺苷,故不能同时服用。

4 不宜用牛奶送服

有些人,尤其是年轻人有一个习惯,早上喜欢边吃点心,边喝牛奶,吃完早点再用牛奶送服药片。殊不知,这种服药方式很不妥当。

据测定,牛奶含有钙、磷、铁、多种维生素、蛋白质、氨基酸和脂肪等化学物质,容易与药物发生化学变化或生成复合物沉淀,影响吸收,甚至中毒。如与四环素类合用,能生成稳定的络合物或难溶性的盐,使药物难以被胃肠道吸收;在服用去甲金霉素后饮牛奶240毫升,可使该药高峰血浓度比空腹服用时降低75%;头孢氨苄空腹口服时,血药浓度0.5小时即达高峰,如饮牛奶,则需一小时,且血药浓度不及空腹时的一半;用于治疗慢性心力衰竭的地高辛、洋地黄毒苷等,若用药时同时大量饮用牛奶,牛奶中的钙离子可增加这类药物的毒性,甚至发生意外;牛奶在肠道内可分解出大量的氨基酸,可减少抗帕金森病药左旋多巴的肠道吸收,降低其疗效;牛奶中的钙离子可与铁剂在十二指肠发生吸收竞争,使铁剂吸收减少,降低其疗效;高血压患者在服用降压药时同时喝牛奶或吃奶制品,有可能会造成血压持续升高。

中药同样不宜与牛奶同服,因中药中常含有蛋白质、多肽、氨基酸等,有些含维生素、挥发油、有机酸、微量元素。而牛奶中的钙、磷、铁易与中药中的有机化合物发生化学反应生成难溶物,破坏了牛奶和药物的有效成分。此外,牛奶中的蛋白质、脂肪有时也会影响药物吸收。

由此可知,牛奶与药片同时服用是不适宜的,至少应该在距离牛奶及奶制品食用一个半小时以上的时间,药片方可用开水送服。

5 不宜饮酒时服用

1977年12月24日,幽默大师卓别林在参加一个盛大的酒会后长眠不醒。“凶手”是谁?检测后方知是酒和安眠药。

可能有人会产生疑问:酒和安眠药能致人死亡?对,不仅是安眠药,而且很多药酒前酒后服用都有可能产生不良后果。

酒的化学成分是乙醇,能与许多药物发生相互作用,尤其是部分抗菌药、解热镇痛药、镇静安眠药、降糖药等,服用前后更不能饮酒,否则会引起药效降低或增加毒性反应,严重时甚至可以危及生命,应引起注意。

6 不宜加糖服用

中药汤剂具有副反应小、疗效快等特点,因此颇受病家青睐。但是,中药汤剂却存在着味苦难咽的缺点,所以许多人喜欢在服用中药时加糖,以减轻药物的苦味。其实,这种做法会带来降低中药疗效的结果。

中药有五味,为辛、甘、酸、苦、咸,各有不同疗效。辛味中药多为发散,如薄荷、荆芥;甘味中药多为补益,如大枣、甘草;酸味中药多为收敛,如金樱子、五味子;苦味中药多为清热,如黄芩、黄连;咸味中药多为软坚,如昆布、海藻。倘若在中药中加入蔗糖,可能会使药效降低。在辛、苦味的中药内加入蔗糖,虽然调和了药味,但实际上缓和了药物作用。同时,中药还具有寒、热、温、凉四性,而红糖属于温性,掺入寒性中药则会缓解其寒凉之性,降低疗效。

文/鄂时民

原文刊载于《北京青年报》