

药品能治病 也能害命

——市疾病预防控制中心指导您如何合理用药

“您会吃药吗？”提及这个话题,不少人甚至有些医护人员都不以为然,但来自国家食品药品监督管理局的调查显示,“有 90%的居民不了解如何安全合理用药,甚至存在严重误区”,这些误区会带来严重后果。世界卫生组织的调查表明,全球三分之一的患者死于不合理用药。为了在全社会树立合理用药的理念,国家卫计委发布了十条合理用药核心信息,现就如何科学用药进行分项阐述。

一、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。药品是能用来预防、治疗、诊断人的疾病,或者能有目的地调节人的生理功能的物质。合理用药包括安全、有效、经济三个方面。用药首先是安全,安全的意义在于使患者承受最小的治疗风险,获得最大的治

疗效果。其次是有效,这是合理用药的关键。药物的有效性表现在不同的方面,如根除病源治愈疾病、延缓疾病进程、缓解临床症状、预防疾病发生、调节人体生理机能等。第三是经济,经济是指以尽可能低的医疗费用达到尽可能大的治疗效益,降低社保和病人的经济支出,但不能简单地理解为价格越低的药品越经济。基本药物是指由国家制定的《国家基本药物目录》中的药品,是从我国目前临床应用的各类药物中遴选出的适应基本医疗卫生需求,剂型适宜,价格合理,能保障供应,公众可公平获得的药品。药品是一把双刃剑,药物用得合理,可以防治疾病;反之,不但不能治病,还会影响身体健康,轻则增加病人痛苦、提高医疗费用,重则可能使病人致残甚至死亡。只有正确合理地使用药物,才能避免和减少这些情况的发生。

二、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。

任何药物都有不良反应,所以要谨慎用药。有些疾病并不需要服用药物,例如普通感冒,只要注意休息、戒烟、多饮开水、保持口腔和鼻腔清洁、进食易消化食物,同时保持室内空气清新,一般 5~7 天即可自愈。服药时应避免同时服用多种药物,药物的不同成分之间有可能会发生相互作用,有些药物也许会因此而失效,不仅影响原有的疗效,而且可能会危害身体健康。不同的给药方式各有其优缺点。输

液的优点在于见效快,主要用于危重病人或特殊病人的治疗;缺点在于将药物直接输入血液,不良反应的发生率和严重程度要高于其他给药途径,严重者可导致休克,甚至危及生命。肌肉注射其药物吸收比输液慢,比口服快;缺点是引起局部疼痛等损害。口服是最常用,也是最安全、最方便、最经济的给药方法;缺点在于起效相对较慢,有些药品还可能引起胃肠道不适等症状。

三、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。



购买药品要到合法的医疗机构和具有《药品经营许可证》和《营业执照》的药店。处方药是必须凭执业医师处方才可调配、购买

和使用的药品。目前,大部分药品都属于处方药,如所有的注射剂、抗菌药物、毒麻药品等。非处方药是指不需要凭执业医师处方即可自行判断、购买和使用。这些药物在临床应用时间较长,药效明确,不良反应较少。非处方药根据其安全性又分为甲类和乙类两种。甲类非处方药包装盒上“OTC”标志的底色为红色,只能在具有《药品经营许可证》,并配有执业药师或药师以上药学专业人员的社会药店、医疗机构药房购买。乙类非处方药包装盒上“OTC”标志的底色为绿色,除社会药店和医疗机构药房外,还可以在经过批准的普通商业企业零售。

四、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。

药品说明书主要包括警示语、药品名称、适应证、用法用量、禁忌、注意事项、不良反应、药物相互作用和保存条件等,这些与患者用药有关的内容,在用药前都应该认真阅读,对其中不明白的内容应及

时咨询药师或医师。“禁忌”一般是指禁止使用。“慎用”是指该药品不一定不能使用,而应该在权衡利弊后谨慎使用,一旦出现不良反应要立即停药,并及时就医。

五、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。处方药只有遵照医嘱才能达到预期的治疗效果,不可擅自使用、停用或增减剂量,否则可能会引起严重后果。抗菌药物是指具有杀灭细菌或抑制细菌生长作用的药物,包括各种抗生素(如大环内脂类、青霉素类、四环素类、头孢菌素类等)以及化学合成的抗菌药物(如磺胺类、咪唑类、喹诺酮类等)。使用抗菌药物,一定要在医生的指导下,严格按医嘱用药。首先必须按时、按量使用。因为抗菌药物在体内达到稳定浓度才能杀菌、抑菌,不规律的服药不仅达不到治疗效果,还会给细菌

带来喘息和繁殖的机会。其次一定要按照处方规定的疗程服用。因为抗菌药物完全杀灭或抑制细菌需要一定的时间,如果没有按疗程服用,易导致细菌产生耐药性,疾病难以治愈。激素类药物包括天然激素以及结构和功能与天然激素类似的人工合成品,具有多重药理作用,可治疗多种疾病。激素类药物应在医生指导下合理用药,如使用不当,有可能导致多种不良反应。长期用药的患者要严格遵医嘱控制用药剂量,并在门诊定期复诊。当病情稳定后,在医生的指导下有计划地调整剂量,有些病人可改用其他药物和治疗方法。

六、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。任何药物(中、西药等)都有不良反应。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。药品不良反应既不是药品质量问题,也不属于医疗事故。非处方药虽然具有较高的

安全性,严重不良反应发生率比较低,但长期、大量使用也可能引起不良反应。人与人之间存在个体差异,不同的人对同一种药的不良反应可能有很大差别。一旦在用药过程中出现不适症状,都要引起高度重视,应立即停药并及时咨询医生或药师。

七、孕期及哺乳期妇女等特殊人群用药要注意禁忌。

儿童、老人和有肝脏、肾脏等方面疾病的患者,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。妊娠期的妇女服用有些药物后不但对自己有影响,而且还可透过胎盘影响胎儿,因为胎盘屏障并不能阻挡所有的药物进入胎儿的血液循环,孕妇在整个妊娠期间应当尽量少用或不用药物为好,包括中药及外用药物。有些在孕前或孕期罹患的疾病(如甲状腺疾病、糖尿病等)必须在医师指导下使用药物治疗,如擅自停止治疗,会对母婴造成严重危害。哺乳期妇女用药后,某些药物可以通过乳汁进入婴儿体内,在用药前一定要征求医生或药师的建议。儿童用药的选择从品



种、剂型和剂量都需考虑不同年龄段人体发育的特点,不能随意参照成人用药。老年人要针对病情优化治疗方案(包括品种选择和剂量调整),联合用药时要注意规避药物的不良相互作用。老年人要让家人了解自己的用药情况,以确保用药安全有效。

八、药品存放要科学、妥善。药品保管不当会导致变质失效,甚至增加毒性,故应严格按照药品说明书的要求妥善存放。

一般应注意:空气中易变质的药品应装在干燥密闭容器中保存;易氧化的药品应密闭在棕色玻璃瓶中置阴凉避光处;易吸潮的药品应装在密封容器中储于干燥处;易风化的药品应

装在封口的容器内置阴凉处;外用药与内服药分开储存。另外,要谨防儿童及精神异常者接触药品,一旦误服、误用,及时携带药品及包装就医。

“重点疾病健康教育宣传专栏”
本栏目由周口市疾病预防控制中心健康教育所主办