



儿童用药别“儿戏”

选择药物时要权衡疗效及不良反应

儿童年龄小,肝脏、肾脏等重要脏器功能不完善,绝不是缩小版的成人,对药物的吸收、分布及代谢和成人不同。儿童药物的选择、应用方式以及药物的不良反应有其特点,因此儿童用药非儿戏。

对儿童有严重脏器损伤的药物,应谨慎使用,密切监测重要脏器功能。比如链霉素、新霉素、丁胺卡那霉素对耳蜗有毒性,会引起耳聋;吡喹酮、庆大霉素等有肾脏毒性;甲硫咪唑、丙戊酸盐、磺胺类、异烟肼等有肝脏毒性。

另外,儿童处于不断生长发育的阶段,任何对生长发育有影响的药物尽量不要选择。比如,四环素会影响牙釉质的发育,会导致8岁以下的儿童出现牙齿永久性变黄、变灰或灰黑色;喹诺酮类药物会影响软骨的发育;长时间应用糖皮质激素会抑制骨骼的成长,影响身高。

还要提醒大家,不能随意给儿童同时应用多种药物,尤其是容易获得的非处方药。

比如,许多复方的感冒药的成分相似的,同时服用两种或两种以上复方的感冒药,可能会导致其所含的相同成分过量,甚至会引起严重的不良反应。

如果能选择口服药物,就不要选择肌肉注射或静脉输入。目前儿童的常用药,如退热药、止咳药、抗过敏药等都有适合儿童口服的制剂,比如糖浆、口服溶液、颗粒剂、滴剂、混悬剂、咀嚼片等。这些经过改良的剂型,口味也更适合儿童,减少了儿童的不适,增加了依从性。一般不建议6岁以下儿童口服片剂,可能会引起误吸,造成气道异物。对喂药困难的儿童,父母可借助喂药器将药液慢慢送进宝宝口内,切莫捏鼻子喂药。患有呼吸道疾病特别是哮喘急性发作的儿童,可以通过雾化吸入的途径用药,但要注意防止药物进入眼睛,雾化后清洗面部并漱口。提醒家长注意,雾化过程中尽量不要让孩子哭。经

皮肤给药无痛苦,是儿童比较容易接受的给药方式。目前适用于儿童的经皮给药的贴剂种类不多,需要注意,使用贴剂前用清水清洁皮肤,避开有破损的皮肤及颜面部皮肤,使用后还应注意贴剂接触的部位有无红肿、痒等不适。

严格掌握药物的适应症,尽量用最少的药物解除儿童疾患,避免药物滥用。比如,儿童最常见的疾病普通感冒,是由于病毒感染所致,是自限性疾病,不需要应用抗生素也不需要应用抗病毒治疗。但对于明确是细菌感染所致的疾病,家长们也不用过度纠结是否应用抗生素,比如儿童常见的传染性疾病之一——猩红热,该病需要使用抗生素及时治疗,以避免相关的并发症。

药物治疗是儿童疾病综合防治措施中的重要部分。选择药物时要权衡疗效及不良反应,严格掌握适应症,尽量少用药,正确合理用药。

(人民网)

我国首个藏医药国际合作基地正式揭牌

开创“W+2+5+3”的“青海模式”

新华社西宁12月18日电 18日,藏医药国际合作基地(青海)在青海大学正式揭牌。这是我国第一个专门从事藏医药对外交流与合作的国家级示范性项目,该项目填补了国内藏医药国际合作基地的空白。

青海大学藏医学院院长李先加介绍,近年来,青海大学以藏医药教育、医疗、科研、产业和文化遗产“五位一体”资源为主要平台,打造了美国阿如拉藏医药健康文化中心和日本阿如拉藏医学研究中心,与美国加州大学洛杉矶分校、斯坦福大学等5所国外知名高校建立长期合作伙伴关系,与北京中医药大学等3所国内院校建立学术互助关系,开创“W+2+5+3”的藏医药对外交流合作“青海模式”。

“藏医药是我国传统医学和优秀传统文化的重要组成部分,我们要以藏医药国际合作基地为抓手,鼓励更多的医

疗、科研和教育机构继续开展对外交流与合作,吸纳更多国内外的力量和资源共同从事藏医药国际化工作。”国家中医药管理局国际合作司亚美多处长陆烨鑫说。

下一步,藏医药合作基地(青海)将继续探索构建我国藏医药国际合作模式,在“一带一路”沿线国家、欧美国家传播藏医药优秀传统文化,培养藏医药留学生,推广藏医临床适宜技术,带动藏医药文化走出去,提高藏医药海外影响力。

藏医药国际合作基地(青海)是青海大学承担的国家中医药管理局2019年度中医药国际合作专项项目,属“一带一路”中医药国际合作基地类项目。

2018年,青海全省藏医药工业总产值达26亿元,占全国藏医药工业总产值的44%,藏医药产业发展规模和综合实力位居全国之首。

研究显示

中老年女性持续减重有助降低乳腺癌风险

美国癌症学会牵头的一项研究显示,50岁及以上女性如果长期坚持减轻体重,就会降低患乳腺癌风险。这一关联在超重女性身上表现得更为明显,且减重越多,风险降幅越大。

研究人员分析先前10项关于饮食和癌症风险的前瞻研究数据,涉及居住在美国、澳大利亚和亚洲共计将近18.1万名50岁及以上女性。她们在研究开始时均未患癌症,接受随访时间中位数为8.3年,参与研究期间将近7000人患乳腺癌。研究人员分别在研究之初、研究开始后5年以及9年时测量她们体重。第二次测量时研究对象身体质量指数(BMI)中位数为25.1,第三次测量时BMI中位数增至25.6。

BMI是衡量人体胖瘦的一种常用标准,计算方法是体重(千克)除以身高(米)的平方。依照现行标准,体重正常者BMI不超过25。

研究人员计入运动习惯、是否使用激素类药物等乳腺

癌已知风险因素后,发现研究对象如果持续减轻体重且减幅越大,罹患乳腺癌风险降低得越多。在未使用激素疗法的研究对象中,与体重将接近10年内保持稳定、波动范围不超过2千克者相比,持续减重大约2至4.5千克的人乳腺癌风险降低13%;减重4.5千克至9千克者乳腺癌风险降低16%;减重不少于9千克者降幅可达26%。另外,如果女性在第二次测量时体重减幅超过9千克但后来体重部分反弹,罹患乳腺癌风险依然低于那些体重稳定者。

研究报告17日由美国《国家癌症研究所杂志》刊载。报告主要作者劳伦·泰拉斯在文章中写道,虽然研究仅显示持续减重关联乳腺癌风险降低,没有说明二者存在因果关系,但鉴于美国大约七成成年女性超重,这一发现对她们而言“尤其重要”。不过,泰拉斯说:“拥有健康体重的女性没有必要(为降低患乳腺癌风险)减重。”

(新华社微特稿)



停车预约

受优质医疗资源的紧缺和停车位不足双重因素困扰,医院“停车难”成为城市顽疾。12月16日,深圳市发布“e约停”医院预约停车方案,通过打通和“健康160”以及医院公众号的数据连接,用户可以在预约挂号后进行车位预约,从而缓解医院“停车难”。

新华社发

每天喝一杯红酒有利健康?

专家:该说法毫无证据

据新华社北京12月18日电 法国《费加罗报》网站12月16日刊登塞西尔·蒂贝尔写的一篇文章,题为《每天喝一杯红酒真的有利健康吗?》。文章摘编如下:

无论你是否喝酒,你可能都听说过一些喝红酒的所谓好处。据说抗氧化

的红酒对保护心脏和动脉血管有好处。然而,这样的说法难于在科学研究中得到确认。那么喝红酒真的有什么好处吗?

亚眠大学生理学教师、法国酒精病学协会主席米卡埃尔·纳茜拉指出:“目前而言,每天喝一杯红酒有利健康的说法毫无证据。”

癖嗜学教授米歇尔·雷诺表示:“就每天喝一杯红酒而

言,数据显示它对40-60岁群体在防止梗塞和血栓风险上有那么一点保护作用。但是,这点作用极大程度上被其对其他身体器官的负面作用而抵消。如果我们看一看同酒精相关的一些癌症、精神错乱、心脑血管意外、暴力和事故,这点益处基本不值一提”。