

# 4片止痛药 导致肾衰竭

专家:止痛药不能乱吃

## 1 高三学生为啥肾衰竭

9月13日,“一名高三学生3小时吃4片止痛药导致肾衰竭”的消息冲上热搜,阅读量高达2.7亿。

网上相关信息称,家长怕带孩子去医院看病耽误学习,直接拿了常用药给孩子服用,结果却酿出了祸端。详情是这样的——

近日,浙江宁波高三学生小南(化名)已经进入复习备考的关键时期,他一边加强体育锻炼,提升体能,一边扑进书山题海。可能因连续几天运动强度过大,有一天,小南在跑步回家后,觉得腿疼得厉害,还腹泻了两次。小南的妈妈考虑到去医院要半天时间,就拿出了家里常备的止痛药“散利痛”。

上午8点,小南吃下两片“散利痛”,直到11点,其腿疼一直没有缓解。为不影响学习,他又吃下两片“散

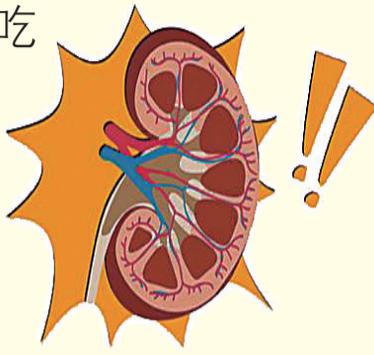
利痛”。

几天后,小南出现乏力、恶心、腰痛等症状,非常难受。家长见状非常担心,立即将他送至宁波市第一医院。

“小南被确诊为急性肾衰竭,和此前他在3小时内服下4片止痛药有密切关系。”这家医院肾内科护士长戴丽丽介绍,除了急性肾衰竭,小南还伴有横纹肌溶解症,这和他的高强度运动有关。听到上述诊断结果,小南的父母后悔不已。

幸运的是,经过一周的血液透析和合理治疗,小南的肾功能已完全恢复。

与小南的情况相似,初三学生小华(化名)发病时表现为发热、腹泻的症状。家长认为,去医院要到发热门诊就诊,还要做核酸检测等,太耽误时间,就找来家里的5种常用药,让小



华服下,其中有西药,也有中成药。两天后,小华的烧退了,腹泻也止住了,但她总感觉身子软软的,还很恶心,比发烧、腹泻时更难受。于是,妈妈带小华到宁波市第一医院就诊。

经检查,小华的血肌酐指数超标近一倍,尿检结果显示有蛋白尿、血尿。临床诊断为:急性肾间质肾炎,考虑与药物有密切相关性。

第二次剂量的镇痛剂。

医生提醒,止痛药需要在医生指导下使用,非处方用药也要留意说明书的用量、用法以及注意事项,服用后也要注意多喝水。俗话说“是药三分毒”,生病并不可怕,可怕的是乱吃药。生病就应该及时就医,寻求科学的治疗方式。

据北青网

## 2 止痛药过量后果严重

相关话题登上热搜后,网友纷纷表示:“太吓人了!”“止痛药服用一定要看剂量。”

日常生活中,有感冒、腹泻等症状,直接服用家中常备药是常见的事,但往往也有不小风险。医生表示,止痛药的用量如果过大,就有可能引起肾脏血管收缩。“如果引起肾脏血管收缩,就会造成肾脏缺血。假如短期内缺血量比较大的话,就会引起急性肾衰竭。”

记者留意到,日常生活中常见的几款处方止痛药,均已明确注明用法、用量,如24小时服用不超过3次或者4次,甚至一日只能服用2次等。这些内容,都在提醒患者,长期大量用药会导致肝、肾功能异常。

医生指出,在12小时内,如果服用止痛药的用量超过说明书的用量,就要特别小心。医生建议先小剂量服用,假如真的不能缓解,再考虑服用

健康

微观点

## 减肥前应先补营养

想把多余的脂肪“燃烧”掉,5类营养物质必不可少:

1.必要的糖类 身体里缺乏必要的葡萄糖,脂肪只能分解成酮体,而酮体会对健康造成伤害;2.B族维生素 维生素B<sub>1</sub>(硫胺素)和维生素B<sub>2</sub>(核黄素)的摄入,是保证身体运动过程中能量代谢旺盛的前提;3.维生素C 它可有效清除运动产生的活性氧自由基;4.矿物质 铁与锌保证运动过程中机体代谢的顺畅;5.优质蛋白质 优质蛋白可以促进肌肉对脂肪的燃烧效率。

——《生命时报》

## 去屑洗发水别用太频繁

头屑是表皮角质层不断剥落而产生的,是新陈代谢的产物,偶有头屑是正常现象。常见的去屑洗发水里含有表面活性剂、大分子聚合物、去屑剂。大分子阳离子聚合物在冲洗时会形成凝胶状态,包裹着去屑剂,沉积到头皮上,然后杀死头皮真菌,从而达到去屑效果。长期使用,会破坏头皮的正常菌群,反而令头屑增多。因此,有头屑的人可以一周使用一次,无头屑者可以不用。

——《生命时报》

## “熬夜+长午睡”易患脂肪肝

在美国内分泌学会《临床内分泌与代谢杂志》上的最新研究显示,熬夜、午睡超过30分钟,会增加患脂肪肝的风险。熬夜之后,很多人选择在第二天白天酣睡一场来补觉,却往往因睡得太久,造成下午醒不了盹儿的状态。午睡补觉的正确做法是适当午睡,把时间控制在20分钟—30分钟。

——《生命时报》

# 种9颗牙竟要9万元,还是“便宜价”

种牙到底贵在哪里

近日,49岁的黄曦(化名)种下9颗牙,花了9万多元。这个价格,还是她反复比较,最后选择了一家私人诊所后的“便宜价”。

“要进口的还是国产的?进口的价格较高,但质量好。”从事金融工作的黄曦清晰地记得3年前一家知名公办口腔医院牙科医生对她说的话。黄曦如果种9颗牙,且用进口材料,平均下来每颗牙就要1.65万元。另外,诊断显示,黄曦牙床骨不太好,需要添加骨粉,加上其他各种费用,总花费预计将达16万元。

因价格实在太高,黄曦经过权衡,无奈之下找到了一家私人牙科诊所。在这家诊所,采用同样的进口材料,按照

打折后的价格,每颗牙8000元。加上其他费用,总花费一共是9.2万元。

种牙到底贵在哪里?现在,国家医疗保障局发布了关于种植牙集中采购的通知,种植牙的价格会降低吗?

据央视新闻报道,种植牙是一种缺失牙修复技术,可使牙齿恢复功能,且外观与真牙接近。种植牙的价格取决于材料和医生技术两个方面。

种植体的材料大多为钛合金,但不同品牌材料各有不同,制作工艺各有千秋。总体来说,进口种植体会比国产种植体更贵,在进口品牌中,欧美种植体的价格会高于其他品牌,每颗种植牙的价格在6000元到20000元之间,相差较大。

手术和修复治疗等费用也占据总费用的很大一部分。多地口腔医院负责人表示,一台种植牙手术成功与否的关键在于医生技术水平的高低,一个专业的种植牙医生需要10年以上的学习和临床经验。

9月13日,国家医保局在其官网表示,下一步,将贯彻落实《2022年纠正医药购销领域和医疗服务中不正之风工作要点》精神,对各级各类医疗机构提供的口腔种植牙服务,启动口腔种植医疗服务和耗材收费专项整治,加强口腔种植类医疗服务价格管理,规范口腔种植类医疗服务项目和价格,降低偏高的医疗费用负担。

据《健康时报》

## 疫情期间

## 如何缓解焦虑情绪

**接纳负面情绪** 尝试着接纳焦虑、烦躁等情绪,积极的改变便会如期而至。

**正确认识疫情** 面对关于疫情的信息,应相信官方发布,不信谣、不传谣。

**适度调节不良情绪** 产生不良情绪时,不妨尝试用合适的方法去调节,比如运动、倾诉、听音乐等。

**寻求专业帮助** 如果自己或身边的人出现恐惧、无助、空虚、愤怒、失眠等症状且无法自行缓解时,就要及时向心理健康机构寻求帮助。

宗合

# 守护自己小钱包 防范意识不能少

为进一步提高消费者风险防范意识,切实做好消费者权益保护,营造和谐稳定的金融环境,交通银行沧州运河支行积极响应政府号召,主动承担社



会责任,2022年9月份组织开展2022年度普及金融知识万里行主题宣传活动。

9月1日,运河支行工作人员通过走入华海粮油公司和盐百商场,向员工及附近居民、群众发放宣传袋(包括宣传册,交行logo袋,伴手小礼品),讲解网络支付风险、常见网络支付陷阱手段及提升安全用卡的措

施,让广大居民既能享受网络支付带来的便利,又能谨慎使用确保安全。针对一线医务工作者日常工作繁忙的特点,9月13日运河支行工作人员走进沧州市沧县各卫生院,向医务工作者发放金融宣传册并讲解相关知识,并向卫健局提供部分宣传物料,用于其向市民宣传如何防范以“疫”之名的新型诈骗,扩大宣传范围。运河支行作为交通银

行河北省分行交银养老服务示范网点,积极向老年人宣传用卡安全,传播金融正能量。“这宣传来得都太及时了!家里孩子上网课,手机里下载了许多软件,还老出来好多链接,一不小心就点进去了!通过宣传我们学会防范了!给你们点赞!”9月5日,孙大爷认真听完讲解后对工作人员竖起了大拇指。作为适老网点,运河支行对老年群众的金融知

识服务非常重视。针对不法分子常利用中老年人对金融知识欠缺了解而从事诈骗活动的特征,向厅堂内外及周边社区的中老年客户发放防范金融风险宣传折页,耐心讲解常见行骗手段,提升群众对金融安全的重视意识和自我保护意识。  
交通银行沧州分行运河支行  
2022年9月15日