

药片掰开吃,半小时后竟昏迷

医生:不是所有的降压药都能掰开服用

药片太大咽不下去,掰成两半分分开吞服。不喜欢吃胶囊,把药粉倒出来兑水吃。医生指出,这样做不可取,可能把药片变“毒”片。近日,福州的张女士就因把高血压药掰开吃导致昏迷。



1 掰开药物服用致昏迷

张女士今年40多岁,有1年多高血压史。近几周,她的血压升高。她以为是药量不够,想着再加半粒药,于是,她用牙咬断服用的降压药,吃了大半片。

服药不到半小时,张女士突然眼前发黑、冒冷汗、脚软站不住,一下子瘫在沙发上,没力气睁开眼睛,甚至

血压都测不出来了。家人多次尝试后才测到血压仅85毫米汞柱/50毫米汞柱。休息一小时后,她的血压逐渐升到110毫米汞柱/60毫米汞柱以上,家人赶紧将她送往医院。

福建省级机关医院心内科副主任林建珍接诊后,发现张女士家人带来的降压药是硝苯地平控释片。这种

药物1片相当于3片普通硝苯地平片的剂量,一旦咬碎、掰开、研磨服用,大剂量的降压药会瞬间释放到体内,导致血压突然明显下降。

张女士听完连连表示后怕,表示再也不敢随意掰开药物服用了。之后,医生根据张女士的情况给她调整了药物。

2 这些降压药不能掰开或碾碎吃

林建珍介绍,临床工作中有遇到部分病人对降压药物的敏感性高,医生在药物调整时,可能会让病人把药物掰成1/2或者1/4来服用,但并不是所有的降压药都能掰开服用。

治疗高血压的药物主要有以下几种类型:

控释片 控释片是在药物外面包裹上一层“水进得来但药出不去”的不溶性半透膜的外壳,再在外壳上打个能精准释放药物的微孔,这样能以相对均匀稳定的速度释放药物,大大消除因药物浓度波动而产生的副作用,从而能保证24小时平稳控制血

压,也减少患者每天服药的次数。随着药物释放完毕,患者会把空壳排出体外。

控释片 不可咬碎、掰开、研磨服用,否则大剂量的降压药会瞬间释放到体内,也称“药物倾泻现象”,导致患者血压过低甚至出现黑朦、晕厥等体克症状。

胶囊 胶囊剂型的降压药,不宜掰开,因掰开不能准确控制剂量,同时可能增加药物对胃肠道的不良反应。

缓释片 缓释片剂型和控释片工艺不一样,但目的一样,都是为了让

药物在体内缓慢释放,掰开会破坏它们的缓释结构,导致药物突然大量释放,可能引起血压骤降或其他不良反应。

一般可掰开服的药片上面有刻痕,如美托洛尔缓释片可沿刻痕掰开服用,但不可研磨服药。

普通平片或分散片 这类药物根据说明书或医生明确要求下,可掰开服用。此外,若药物没刻痕,不建议用手掰、牙咬、刀切等手段掰开,一来不能精准剂量,二来有误伤风险,建议购买专用的“切药盒”,可简便、准确、安全地使用。

3 这几类药物可以掰开吃

那么,哪些药可以掰开服用?药片能不能掰开或碾碎吃,主要取决于药物剂型。临床常用片剂种类繁多,可分为普通压制片、薄膜衣片、肠溶片、包衣片、舌下片、分散片、口含片、缓释片、控释片、泡腾片等。

其中,分散片、口崩片、舌下片、咀嚼片等因性质比较均一,进入人体后可迅速崩解吸收,在保证剂量准确的情况下,可按要求掰开、碾碎或咀嚼服用。

除了上述的缓释片、控释片、胶

囊外,肠溶片、包衣片、泡腾片、化疗药、靶向药并不推荐掰开、含服或咀嚼,否则可能会影响药物在体内的正常吸收、代谢,还可能会加大药物对消化道的刺激,甚至造成更严重后果。

4 服药的注意事项

哪些药不能用矿泉水?哪些药不能用热水?哪些药不能站着或坐着吃?快来看看这些吃药的正确姿势。

服药用水最安全的是温白开水。正常人体口腔温度在36.2摄氏度—37.2摄氏度,低于这个温度为“凉水”,接近这个温度为“温水”,高于这个温度为“热水”。

热水和某些药一起服用会发生物理或化学反应,失去药效,并对咽喉、食管产生刺激,比如止咳糖浆、胶囊类药物、维生素C、维生素B1、妈咪

爱、合生元等。

服药时不要偷懒,随手选择茶水、果汁、牛奶、酒、咖啡服药,甚至是矿泉水也不建议。矿泉水中的一些矿物质(如钙)和金属离子对有些药物会有影响,如四环素类、喹诺酮类抗菌等药物严禁与钙制剂一起服用。此外,矿泉水也不可用来煎中药。

服药主要采用站立、端坐和半卧位。一般而言,对大多数药物,服用时最好采用直立或端坐姿势,尤其是大药片或胶囊剂,要喝足量的

水(100毫升—200毫升)。这样的姿势服药,可使药物顺利通过食管进入胃肠道。

有些药物,最好采取半卧位含药,比如硝酸甘油舌下含片,用半卧位能使回心血量减少,利于心绞痛较快缓解,又可避免引起低血压的危险。

还有些药物,如哌唑嗪、特拉唑嗪等降压药,安眠药(如咪达唑仑、唑吡坦等),应坐位服药后立即躺卧,以免发生意外。

据环球网



每天适量吃鸡蛋 胆固醇不会升高

每天吃鸡蛋不会导致胆固醇升高。人体胆固醇主要受自身代谢影响鸡蛋中的卵磷脂有助于调节血脂,适量吃鸡蛋(每天1个至2个)对大多数人是安全的,不会增加心血管疾病风险。

——长江日报

每天坚持锻炼 为啥没有变瘦

很多人即使每天花几个小时运动也没有取得明显效果,有的甚至还可能增重。

医生提醒,不妨回想下自己的运动过程,是否存在以下几个导致减肥效果事倍功半的习惯:

运动后的补偿心理 有些人运动后往往会吃得更多,总觉得“我都运动了,不能亏待自己”。人在运动后容易产生奖励自己完成运动量的补偿心理。另外,运动后新陈代谢加快,可能会吃得更多。

计划一成不变 当从事某项运动6周一8周后,人体就能逐渐适应这一运动强度,原来的运动负荷对机体的刺激就不明显了。运动强度和时间不能一成不变,要随着运动能力的增强,及时调整运动负荷。

锻炼压力过大 运动安排不当,比如训练目标过高,难以坚持或完成时,会给人带来较大的心理压力。当人压力过大时,皮质醇的负面效应开始显现,血糖升高、食欲增加、体重上升、极度疲劳。

——生命时报

吃辣流鼻涕 原来是种病

有时一顿麻辣火锅下来,光是擦鼻涕就得用掉一包纸巾。这到底是怎么回事?原来,一吃辣、烫就鼻涕和眼泪直流,这其实是一种病。

味觉性鼻炎,又被称为嗅觉性鼻炎,是一种影响嗅觉的疾病,它的症状和我们常说的过敏性鼻炎很相似,但实际上是一种非过敏性鼻炎。

为什么有味觉性鼻炎的人,吃辣会大量流鼻涕?

辣椒里有一种名为辣椒素的生物碱,可以刺激人体的痛觉感受器,从而让人感觉到辣味以及灼烧感。体内天生辣椒素受体更多的人,对辣更敏感,就没那么能吃辣。

人的口腔和鼻腔相通,我们在吃辣时不但会刺激口腔内的感受器,也可刺激到鼻腔感觉神经末梢,神经末梢兴奋促使鼻粘膜分泌黏液,也就是鼻涕。

鼻涕的分泌其实是人体的一种保护机制,使我们免于细菌、病毒、花粉、灰尘等侵袭。

另外,有时吃辣刺激到眼睛或是热辣的气体熏到眼睛时,泪腺也会分泌出大量泪水来保护眼睛,过量的泪水也可能从鼻泪管流到鼻腔,再从鼻子流出,导致“一把鼻涕一把泪”。

——广州日报