

# 家中急救药品 如何正确储存



家庭药箱中常常需要配备急救药品来紧急处理突发疾病,可能某些药品的使用频率不高,但储存方式很重要。如何正确储存急救药品,在关键时刻发挥作用?4月4日,潍坊市第二人民医院药学部副主任王凯对急救药品的保存作出详细说明。

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

## 硝酸甘油遇空气、光线或高温,有效期会缩短

硝酸甘油片是家庭常备的急救药品之一,市面上的硝酸甘油片标准含量为0.3%,它可以在短时间内通过扩张全身血管降低血压,防止血压短期内急剧升高造成一系列重要器官损伤。当家人出现胸闷胸痛的症状时,应立即舌下含服硝酸甘油片来扩张冠状动脉,快速缓解心绞痛和心肌梗死等急性疾病的症状。

然而,硝酸甘油的性质极不稳定,遇空气、光线或高温就会慢慢挥发,药效降低。硝酸甘油在未开封时有效期是1年,但如果经常开启瓶盖,有效期会缩短至3个月-6个月。有研究显示,在温度高、湿度大的夏季,硝酸甘油片打开瓶盖后放在25℃的空气中,有效期仅有4天-7天。作为急救药,硝酸甘油片说明书中的保存要求极其严格:避光、封闭、阴凉处(不超过20℃)。

如何判断家里的硝酸甘油是否失效了?王凯表示,硝酸甘油片正常情况下是白色、光滑、干燥、质地较硬的圆形片剂,应每3个月-6个月检查一次药品,当药片出现泛黄、潮湿松散、表面碎裂等现象,或者舌下含服没有灼热、麻痛、面部潮红、头胀等感觉时,就说明它已经失效了。

硝酸甘油片的正确保存方式为:不用时不要打开瓶盖,密封能减少挥发;尽量选购小包装的硝酸甘油剂型,缩短使用时间,避免药品浪费;如果是100片的大瓶包装,可以先取少量药片分装在棕色封闭的小瓶内,减少大瓶药品的开启次数;不要贴身携带,体温和汗水也会加快硝酸甘油的挥发;外出旅游时间较长时,没用完的药品要丢弃;每3个月-6个月检查一次药品,建议6个月更换一次家中的硝酸甘油。

## 阿司匹林遇水后分解出游离水杨酸可能使人过敏

阿司匹林是治疗冠心病的常用药,也是家中常备的急救药品。人在出现急性心肌梗死时,立即嚼服300mg阿司匹林,可以减少血管的狭窄程度,大大降低死亡风险。

阿司匹林特别“怕水”,遇水后会分解出游离水杨酸而失去药效。有研究显示,在室温40℃、湿度为75%的条件下,阿司匹林中的游

离水杨酸含量明显增加,水杨酸的增多还会使人体产生过敏反应。

阿司匹林药品说明书中的贮藏条件也是避光、封闭、阴凉的环境。阿司匹林肠溶片有铝塑的独立包装,因此药品保存相对容易。王凯提醒市民,尽量每3个月-6个月检查一次药品,当药片出现变质时,就不要再使用了。

## 沙丁胺醇气雾剂“怕漏气”,温度太低太高都不行

沙丁胺醇气雾剂可缓解支气管痉挛,起到快速改善气促憋喘症状的作用,防止患者窒息或者因长时间缺氧造成脑供血不足。气雾剂由药品和高压气体两部分组成,未使用时是一个密封良好、单向开放的出药系统。使用过程中,高压气体从瓶中喷出,将药品带到作用部位发挥作用。

虽然气雾剂是个密封体系,但是随着时间的推移,里面的高压气体还是会从出药口慢慢

漏出。因此,也需要每3个月-6个月定期检查药品。如果发现按下阀门没有明显气体喷射或按压感,而且吸入后症状没有丝毫缓解时,这个药品可能没法在关键时刻“救命”了。

根据说明书显示,沙丁胺醇气雾剂要求在30℃以下保存,并且要避免冰冻和阳光直射,不能将瓶身弄破、刺穿和火烤。因此,在家中保存沙丁胺醇气雾剂时,应远离冰与火,放在室内保存,用完后盖紧盖子。

# 维生素C 你真的了解吗?

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 季晓琳

维生素C作为人体所需的一种营养元素,有哪些作用,你了解过吗?对此,记者采访了潍坊市人民医院静脉用药调配科医生赵志明。

## ●维生素C有哪些作用

### 1. 提高人体免疫力

维生素C可以增强人体内中性粒细胞的趋化性和变形能力,从而提高它的杀菌能力;促进淋巴母细胞的生成,提高机体对外来和恶变细胞的识别和杀灭能力。

### 2. 保护细胞及肝脏

在人的生命活动中,谷胱甘肽和酶在保证细胞的完整性和代谢中起着重要作用。人体内维生素C含量充足时,谷胱甘肽和巯基(-SH)就能形成有力的抗氧化组合,帮助人体清除自由基,阻止脂类发生过氧化及某些化学物质对人体的毒害,从而保护肝脏的解毒能力和细胞的正常代谢。

### 3. 参与胶原蛋白的合成

胶原蛋白占身体蛋白质的1/3,参与组成结缔组织,构成身体的支架。维生素C在合成胶原蛋白的过程中起到重要作用。缺乏维生素C,会导致细胞连接障碍,微血管容易破裂,血液流到邻近组织。这种情况发生在皮肤时,会产生淤血、紫癜;在体内发生时会引起疼痛和关节肿痛;情况严重时,在胃、肠道、鼻、肾脏及骨膜下均可有出血现象,甚至死亡,故被称为坏血病。包裹牙齿的牙龈软组织的主要成分也是胶原蛋白,当缺乏维生素C时,易导致牙龈萎缩、出血。另外,人的皮肤也会因为胶原蛋白减少变得粗糙、没有弹性。

### 4. 参与胆固醇的代谢

维生素C可促进胆固醇的羟化和排泄,防止胆固醇在动脉内壁沉积,发挥预防动脉硬化的作用。

### 5. 促进铁的吸收

食物中的铁分为血红素铁和非血红素铁。血红素铁是二价铁,吸收率较高。非血红素铁是三价铁,需在体内转化成二价铁才可被人体吸收。维生素C可将三价铁还原成二价铁,促进铁的吸收。血红素铁在动物肉类中占40%,人体吸收率可达20%-25%,植物性食物中的非血红素铁,吸收率仅约1%-3%。因此,多吃富含维生素C的食物是防治缺铁性贫血的好办法。

## ●如何科学补充维生素C

健康成人每天需摄入100mg维生素C,最高不超过2000mg。有数据显示,我国居民人均维生素C摄入量为80.4mg,并未达到推荐标准。对此,营养师的建议是:优先选择食补,荤素搭配,均衡饮食,多数都能满足身体所需。

### 1. 多吃水果和蔬菜

水果中,酸枣、猕猴桃、沙棘、山楂、草莓、木瓜、荔枝、葡萄柚、橙子的维生素C含量较高。拿酸枣举例,每100g酸枣中维生素C含量高达900mg,1颗-2颗酸枣就能满足人体每日所需的维生素C量。蔬菜中,辣椒、西兰花、菠菜、甘蓝、苦瓜、苜蓿菜、白菜、水萝卜的维生素C含量都较高。这些蔬菜中,每100g里就含有45mg以上的维生素C,每天食用500g就可以保证身体中维生素C的需求量。

### 2. 按需选择补充剂

如果饮食中不能摄入足够的维生素C,可通过维生素C补剂来补充。

## 分类广告

订版电话:8888315

13953667072

字画/酒水/礼品回收

商务/房产/婚介/招聘

专业拆除砸墙拆瓷砖15095149788

潍坊幸福佳缘大型婚恋公司  
红娘电话:8731886 微信:15689225798  
女23文职26公务员28在编教师30个体房车  
女35短婚护士38开厂45电业局52机关房车  
男24国企27大学教师29军官房车33  
公务员38开公司豪宅豪车42民企  
男47在编教师房车52机关房车58机关干部

提示:请交易双方妥善查验对方相关有效手续及证件,本刊信息不作为承担法律责任的依据。

## 吉房出售

四楼带电梯商业用房,  
建筑面积1167.95平方米,低  
价出售。位于潍坊火车站北  
广场东临北方茶都11号楼。

电话:13905366207