

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 王娜

## 拉肚子到底需不需要吃消炎药

近日,家住城区的王女士突然拉肚子,想吃点消炎药缓解一下,但不知道吃哪种。经过询问,原来王女士吃了冰箱里存放了两天的西瓜。那么,拉肚子到底需不需要吃消炎药呢?记者联系到了潍坊市人民医院临床药学科的桑林涛医生。

桑林涛表示,“消炎药”是一种通俗的说法,医学上有两类药物是对抗炎症的,一类是常说的激素(如氢化可的松、地塞米松等药物),另一类是消炎止痛药(如布洛芬和对乙酰氨基酚等)。显然,王女士说的消炎药是抗生素,而非医学上的消炎药。“抗生素”一般是指细菌、真菌或其他微生物在生命活动过程中产生的具有杀灭或抑制病原体作用的一类物质,例如常见的青霉素和红霉素等。“抗菌药物”是更广义的概念,包含抗生素和其他人工合成抗菌药物(如喹诺酮类和磺胺类等)。抗菌药物不直接对抗炎症,而是杀灭导致炎症的细菌。由于细菌感染是导致炎症的常见原因,而服用抗菌药物后,随着细菌被清除,发炎及发热等不适症状也消失了,因此造成抗菌药物“消炎”的错觉。

桑林涛表示,拉肚子是民间对腹泻的通俗说法。其实,腹泻并不是疾病的名称,而是许多疾病共有的一种症状。有此症状的疾病有很多,既有感染性疾病,也有非感染性疾病。因此腹泻也有感染性和非感染性之分。非感染性一般见于受凉、消化不良、胃肠道功能紊乱、乳糖不耐受、食物过敏症以及甲亢、糖尿病、尿毒症等全身性疾病;感染性腹泻则见于细菌、病毒、真菌等病原体所引起的疾病,如细菌性痢疾、霍乱、细菌性食物中毒、病毒性肠炎等。

桑林涛提醒,身体出现腹泻后,喝下去的水分肠道无法吸收,为了防止身体缺乏水分,补水是关键,可以适当饮用温盐水,也可在医生指导下口服补液盐,通过预防脱水来治疗腹泻。饮食上尽量以偏清淡为宜,避免食用高纤维、胀气类的食物,这些食物会导致肠道蠕动加速,加剧腹泻。在摄入营养食物的同时,要保证食物不会对肠道造成影响,清淡流质的食物最为适合。此外,还要增强自身抵抗力,预防病毒细菌入侵,全方位保护自己。

对于应该如何用药,桑林涛认为,有些腹泻需要服用抗菌药物的,如菌痢、霍乱、婴幼儿沙门菌肠炎、各种重症腹泻、免疫功能低下人群的腹泻。

那么,在大便化验结果报告未出来、诊断还未明确之前,如何大致判断是否需要用抗菌药物呢?桑林涛建议从以下几点入手:看大便性状,如果大便带脓血,一定要用抗菌药物;12岁以下的腹泻患儿,如果出现突然发热、面色苍白、四肢发凉、肌肉发紧的症状,一定要用抗菌药物;一些特殊人群的腹泻患者,如严重糖尿病、白血病、肝硬化、晚期癌症病人及老人,也要用抗菌药物。一般可选的抗菌药物有喹诺酮类、复方新诺明、第一代和第二代头孢菌素等。应该服用哪种药物、怎样服用,都需在医生或药师指导下进行。

由于王女士吃了长时间存放在冰箱里的西瓜,不排除细菌性腹泻,桑林涛建议她尽快到医院就诊,在医生的指导下服药。

## 老鼠药竟成治病良药?

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 姜婷婷

华法林是一种常见的口服抗凝剂,常用于预防和治疗血栓性疾病。但您是否知道,华法林原先是一种老鼠药,它是如何变成良药的?虽然华法林可以预防和治疗血栓性疾病,但它也有一些潜在的副作用和注意事项,这些您知道吗?对于这些问题,潍坊市人民医院神经内四科的张跃其医生进行了详细解答。

张跃其表示,事实上,华法林的故事可以追溯到上世纪20年代,当时科学家发现,老鼠在摄入华法林后会出现内出血并死亡。这一发现激发了科学家的兴趣,并开始研究华法林的血液凝固作用。经过多年的研究,科学家们发现华法林可以抑制血液中的凝血因子,从而阻止血液凝结。这意味着,华法林可以被用来预防和治疗血栓性疾病,如深静脉血栓和肺栓塞。尽管华法林最初是一种老鼠药,但经过科学家们的努力和研究,它变成了一种重要的良药,可以保护人类免受血栓性疾病的侵害。它的发现为临床医学带来了重大突破,并对改善患者的生活质量产生了积极影响。

华法林也有一些潜在的副作用和注意事项。张跃其提醒,首先,患者使用华法林时要定期监测血液的抗凝效果,医生会根据患者的具体情况来调整剂量,以确保达到合适的抗凝作用。因此,患者必须遵循医生的建议,定期进行血液检查。其次,患者在使用华法林期间需要密切关注自身的身体状况。任何异常的出血或瘀伤情况都应及时报告医生,不要轻视这些细微的变化。如果出现剧烈的外伤或手术需要,在事前告知医生,可能需要调整华法林的剂量或停药。此外,患者在使用华法林期间要避免一些与之相互作用的药物,特别是某些抗生素和非处方药。这些药物可能影响华法林的抗凝作用,增加出血风险。因此,在使用新的药物之前,应咨询医生,了解其对华法林的相互作用及可能的影响。最后,患者还应注意饮食中维生素K的摄入。维生素K是促进血液凝结的营养物质,而华法林的作用则是抑制凝血,过多或过少的维生素K摄入可能会影响华法林的效果。患者在使用华法林期间应保持饮食的一致性,避免大幅度改变维生素K的摄入量。

总的来说,华法林是一种重要的药物,在预防和治疗血栓性疾病方面发挥着重要作用。然而,使用华法林需要密切监测和遵守医生的指导,并注意一些可能的药物相互作用和饮食注意事项。只有在医生的指导下正确使用华法林,并注意潜在的风险和注意事项,才能确保其安全性和有效性。



## 这些安全用耳常识您知道吗

垢沾水后湿润膨胀,不易排出而形成耵聍栓塞。所以,耳道进水后,可将头偏向进水的一侧并跳动数次,让水自动流出;或用消毒棉签拭干,避免引发中耳炎。

**给婴幼儿喂奶饮水时防止呛咳** 婴幼儿的咽鼓管短、粗、直,且位置低,故喂奶饮水时不能操之过急,头位不要太低,否则容易发生呛咳。分泌物和奶液容易经咽鼓管进入中耳腔,造成感染,影响日后听力。故喂奶时要特别注意,千万别让奶水流入婴幼儿耳内。

**预防药物中毒性耳聋** 许多药物或化学物质具有强烈的耳毒性,长期使用一次性大剂量或患者对该药具有高敏感性,均可导致感音神经性耳聋。这样的药物或化学物质有:奎宁、链霉素、新霉素、卡那霉素、庆大霉素、双氢链霉素、水杨酸盐、磺胺类药物、重金属(如铅、砷、汞)制剂、苯胺或苯胺染料、一氧化碳等。这些药物所致耳聋,一般属于感音神经性耳聋,难以自行恢复。但也有个别病例在耳聋发生前出现其他症状,如耳鸣等,停药后,大多有恢复之望。

**防止耳朵冻伤及外伤** 耳廓暴露于头颅两侧,除耳垂外均为可动软骨及皮肤构成,血供不良,冬春季节及寒冷地区容易发生冻伤,应注意保暖,冬季出门可戴耳罩,围好围巾。一旦冻伤,不能马上热敷或者按摩耳廓,要在逐步缓解1小时-2个小时后再进行热敷。如果局部皮肤没有破损,可以涂抹冻疮膏;如果皮肤已破损,则需尽快用新霉素软膏涂抹,防止感染。

此外,上呼吸道传染病,如流感、百日咳、猩红热等,极易诱发急性分泌性中耳炎,化脓性中耳炎及迷路炎等,严重者还可引起耳聋。有些全身性疾病,如流行性腮腺炎、流脑、败血症、白血病以及再生障碍性贫血等,都会损害听力,应该及时治疗。

潍坊市人民医院耳鼻喉科 杨树芹 孙晓燕



耳朵是人体五官中的一个重要器官,有着非常重要的听觉和位觉(平衡)等生理功能。所以,爱耳、护耳就显得非常重要。在日常生活中,我们该如何保护耳朵呢?

**纠正挖耳不良习惯** 外耳道的皮肤有一种特殊的腺体叫耵聍腺,分泌耵聍,俗称“耳垢”,俗名“耳屎”,它对外耳道皮肤能起到保护作用,随着下颌关节的运动,耳垢能够自动向外排出,不需要特别清理,每天只要清洗耳廓便可。有的人习惯用发夹、耳勺、火柴柄、手指等挖“耳屎”,这样很容易造成外耳道皮肤损伤,感染后易发生脓肿及软骨膜炎。挖耳时被别人碰撞,还易造成鼓膜破裂,感染后引起中耳炎,甚至耳聋,影响听力。

**防止噪音伤耳** 因工作中的噪音(大于85分贝)引起的听力下降已成为最常见的职业病之一。长时间使用耳机且放大音量,或在迪厅、音乐厅听摇滚乐,观看激烈的体育比赛等,也会导致耳内微血管痉挛,供血减少,造成噪音性耳聋。爆震巨响或大气压剧变,可引起内耳损害引发爆震性耳聋。

**改变不良的生活方式** 节假日,有些人去各种娱乐场所,如迪厅、卡拉OK,或者通宵达旦地玩麻将,熬夜不睡觉,这样极易引起突发性耳聋,使听力突然下降,并伴有耳鸣、眩晕。轻者经休息能自愈,重者要经医院治疗才可痊愈。因此,要改变经常熬夜的习惯,避免过度紧张、劳累;必须上夜班者,白天要休息充分,防止突发性耳聋的发生。

**防止蚊蝇昆虫入耳** 夏天在室外活动时,常有小昆虫、蜈蚣等误入耳道,尤其是中耳炎患者耳朵流脓带有腥臭味,更易引诱苍蝇入耳,应注意防护。一旦发生上述情况,可用油类或麻药滴耳,让其窒息死亡,然后再仔细取出,并根据病情进行治疗,以免感染严重引发耳聋。

**防水呛入耳鼻** 人们在游泳时,常因嬉戏、跳水或潜水而致鼻腔进水发生呛咳,水经咽鼓管进入中耳腔,容易引起中耳炎。洗澡时如不小心,耳朵也容易进水,使耳