

服药时喝对水很重要



生病后服药,可不要小瞧喝水这个简单的动作。喝不喝水?喝多少水?这里面可有大学问。对此,潍坊市人民医院临床药学科的刘晓楠为市民进行详细解答。

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 王娜

01 服药时喝不喝水?

大多数药物都需要用水送服,但一些药物因其特殊的发挥药效方式,服用时不需要喝水。

糖浆剂:如复方甘草合剂、川贝枇杷膏等,这些药物大多呈黏稠状,服用后药物会黏附在咽喉部,直接作用于病变部位,起到消炎止咳作用。服用后为避免药物稀释,影响药效发挥,不可立即喝水。建议先饮少量水湿润咽喉部,再服用糖浆剂,等待半小时后再喝水。

含漱剂:常用的含漱剂如醋酸氯己定,主要用于牙周炎、牙龈炎等口腔疾病,含漱后至少在口腔内停留2分钟-5分钟,之后需将其吐出,不得咽下。含漱后不宜马上饮水和进食,以保持口腔内药物浓度。

含片:如硝酸甘油、硝酸异山梨酯等药物,用于缓解心绞痛,需要放在舌下含服。除此之外,还有一些口含片主要发挥局部消炎作用,这些药物含片需要含在口腔中让它慢慢溶解后发挥药效。为了保证药效的发挥,含服后30分钟内不要饮水和吃东西,尽量少说话。

02 服药时喝多少水?

一般而言,药物需要经过胃肠道消化吸收后到达全身发挥作用,服药前应先喝一小口水湿润咽喉,再在服药时饮用200毫升-400毫升水送服药物。但一些药物很特殊,需要减少或增加饮水量来更好地发挥药效。

●少量水送服的药物

胃黏膜保护剂:这类药物有硫糖铝、氢氧化铝、胶体果胶铋等,进入胃内后会变成不溶解的细小颗粒,覆盖在受损的胃黏膜表面,保护其免受胃酸侵蚀,最好在餐前半小时的空腹状态下服用,可直接嚼碎或用极少量的水送服,服用后半小时内不要喝水。

蒙脱石散:是一种常用的消化道黏膜保护剂,具有较强吸附力,可均匀覆盖在整个肠腔表面,能够吸附致病微生物,服用时将一袋蒙脱石散(3克)倒入50毫升的温开水中混匀快速喝下,服药半小时内也不宜饮水。

苦味健胃剂:复方龙胆酊是利用其苦味反射性地促进胃液分泌来增进食欲,服用后也不宜立马喝水,以免冲淡苦味而影响药效。

抗利尿药:如加压素、去氨加压素,服药期间应限制饮水,否则可能会引起水钠潴留或低钠血症症状及其并发症。

●用药期间多喝水的药物

对消化道有刺激的药物:一些药物如四环素类药物、双膦酸盐类药物因对消化道有刺激,服用时要多喝水,以减轻对消化道的刺激。若喝水不足,会导致食管溃疡等不良反应。

容易引起泌尿系统损伤的药:喹诺酮类药物、磺胺类药物、抗痛风药、抗病毒药,代谢产物容易在尿中析出不溶性结晶,可引起泌尿系统损伤,大量饮水可增加尿量,使尿液中药物的浓度降低,避免析出结晶损害肾脏,必要时应碱化尿液,使PH值保持在6.0以上,防止形成尿路结石。

解热镇痛药:感冒发烧时常用的解热镇痛药物,如布洛芬等,会使患者大量出汗,多饮水可使体内水分得到及时补充,避免虚脱,防止体内水、电解质代谢紊乱。

可能引起口干的药物:如阿托品、山莨菪碱等药物,往往会有口干的副作用,服用这类药物后要多喝水来缓解口干症状。

服药时喝对水很重要,为了保证安全,用药前请咨询医生或药师,并仔细阅读药品说明书。

术后喝水大有学问

在临床中,手术后的患者经常会说口渴,特别是全麻术后患者。研究显示,62%的患者术后会有中度口渴现象,10%存在轻度口渴。术后为什么会出口干口渴呢?怎么缓解口干的症状?来听听潍坊市人民医院麻醉一科的季雪莲医生怎么说。

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 杨舸 李宽平

什么是术后口渴?

术后口渴是患者术后因口腔、咽腔黏膜干燥,从而产生想要喝水的一种主观感觉。术后口渴是围手术期患者感觉最为强烈、临床最为普遍的症状之一。术后口渴引起的不适感常常使患者处于强烈的应激状态,从而增加心肌耗氧量和代谢负担,延缓甚至阻碍患者的康复,还可能会加重患者术后烦躁和焦虑等负面情绪,增加术后伤口裂开和导管滑脱的风险。

引起术后口渴的原因有哪些?

手术因素:口渴的主要原因是手术前后禁食禁饮时间过久(超过6小时以上)。全麻患者经口腔气管插管后,口腔长时间不能闭合,导致口腔黏膜干燥,术后发生口干;气管插管拔出后,患者可能因限制摄入量或禁饮,使饥饿、口渴等不适感增强。手术中有效循环血容量减少、血液浓缩、血浆渗透压升高等因素,均会引起术后口渴。手术环境长时间处于层流房间内,机体不显性失水增加,容易导致脱水 and 口腔黏膜干燥而引起口渴。

药物因素:手术麻醉中使用阿片类药物和抗胆碱类药物会增加口渴的发生率,导致口干的发生。

患者因素:焦虑、恐惧、缺乏安全感等情绪变化激发交感神经兴奋,机体内分泌调节系统紊乱,抗利尿激素分泌增强,腺体分泌减少。

术后口干症状怎样缓解?

刺激唾液分泌,降低口渴感。可咀嚼口香糖或把黄瓜片、柠檬片敷贴在患者口唇及口周,既湿润了口唇,同时刺激患者分泌大量的唾液。也可按摩水泉穴、鱼际穴、尺泽穴等穴位。

口腔湿润。临床上最常用缓解患者术后口渴的护理措施,优先选用温开水或柠檬水喷雾,达到湿润口唇或口腔黏膜的作用。不推荐棉签蘸水涂抹口唇,因为棉签蘸水仅仅是湿润口唇,对整个口腔并没有作用,不能激活唾液腺分泌唾液。用棉签蘸水涂抹嘴唇,水分蒸发过程中会带走更多的水分,反而会使嘴唇变得更加干燥。

术后早期少量饮水。早期的饮水安全需要由医生或有经验的护士进行评估。术后早期的饮水管理策略主要包括对水温的要求、体位摆放等要求以及初始饮水的剂量、间隔时间等关键点。全麻术后的病人需要医护人员在床旁进行监护,观察他们的生命体征、呛咳、误吸、低氧血症等情况,以确保他们能够安全地度过饮水期。建议患者饮用温开水,以避免对肠胃的刺激,糖水、牛奶、蜂蜜水等不利于胃肠道的蠕动,容易导致肠胀气和排气时间的延长。当术后病人被允许进食和饮水时,可以先喝少量的温开水,在没有恶心呕吐的情况下,再喝小米粥。



医路同行

主持人:王路欣

让我们一起守护健康

