

# “顿服”，不是一天三顿都要吃

## 药品说明书让人看不懂，专家教你读懂关键词

拿到手的药，却看不懂说明书。市民王先生自嘲说：“中英文都懂，但还是差点就吃错了药。”问了三四个人，最后到医院问了药剂师，才知道“顿服”，不是顿顿要吃的意思，也不是吃饭的时候吃药。他搞不明白，为什么药品说明书不能写得简单明了一些呢。

□快报记者 刘峻

### “顿服”，就是做一顿服

王先生感冒咳嗽，买了阿奇霉素回家吃，没想到打开说明书，却让人犯难，上面写着：第一日2-3片，顿服；第二日1片，顿服。

“顿服”，啥意思？王先生很费解，问了同事，回答也是不尽相同。有的人认为顿服就是“吃饭的时候服用，这样药效果好，容易和饭一起消化。”还有的人认为“只要吃饭了，就要吃药，一天三顿每顿都要吃”。但是王先生说，这样算来，第二天就不止吃1片了啊。

最后还是朋友回答靠谱点，“顿服，可能是指一顿服用2-3片，但是如果真是这意思，直接写‘每日一次’就行了啊，干吗这么拗口？”

市中医院药剂科专家证实，最后一位朋友的猜想是对的。他

介绍，一盒阿奇霉素一般是5-7天的量，第一天吃两片，首剂量大在于控制病情，第二天开始一天吃一片。“顿服”就是一次性服用一天的量。另外，没有什么一边吃饭一边服药的说法。

一位专家告诉记者，这还好的，还有的阿奇霉素说明书更“绝”，“第一日，0.5g顿服；第二-5日，一日0.25g顿服；或一日0.5g顿服，连服3日”，看来，不仅要会“文字理解题”，还要会“计算题”才能搞明白一天吃几片。专家也不明白为什么厂家搞出这么个新鲜的词。

### 虽不违反规定，但太费解

南京药学会专家告诉记者，我国《新药审批办法》中对药品说明书规定应包括以下内容：药品名称、结构式或分子式、作用与用途、用法与用量、毒副作用、注意事项和禁忌症、包装（规格、含量）、贮藏条件、批准文号、生产批号、有效期或失效期等。但这个《办法》中，并没有说“顿服”等专业性较强的词语不能用，因此，“顿服”并不违反相关规定。

国内有的药品说明书“专业性”太强，字体还偏小，很多人都看不懂。相比之下，在西方发达国家，说明书却十分通俗易懂，有时甚至还会配漫画式的说明书。

### 专家说

## 吃药前 先要读懂这些词

专家告诉记者，其实在药品说明书里，除了适应人群、不良反应外，还有一些常见的容易“误读”的地方。所以，吃药前，须先读懂这些字。

当然，如果你对药品说明书中还有不明白的问题，应及时请教医药专业人员，不要随意用药。用药后一旦出现不良反应要及时到医院就诊。

### 吞服 不等于干咽

一般说明书上的吞服是指用40℃-60℃温开水送服，不应用水、牛奶、酒等送服，也不能干吞；饭前服是指饭前30-60分钟服；饭后服是指饭后30分钟服；睡前服是指睡前15-30分钟服。

### 嚼服 嚼碎服下

嚼服，这是说药品一定要嚼碎服下，至于是否要喝水则不一定，视个人情况而定。

### 药理、毒理 不等于很“毒”

很多市民都看不懂这个专业术语，甚至看到“毒理”的字眼就特别紧张，其实药品说明书上这一栏是为医生准备的，患者只作一般了解即可。药物毒理包括临床药理、体外实验、动物实验、致癌性、毒性



作用等。另外，还有个常见的名词为药代动力学，它是研究药物在体内吸收、分布、代谢和排泄的变化规律，市民也无需过多关注。

### 慎用 不等于禁用

这是很多人容易紧张的字眼，很多市民看到，以为这种药孕妇和儿童不能用，其实不然。慎用，就是指使用该药时要小心谨慎，注意观察，特别是对婴儿、12岁以下儿童、60岁以上老人、孕妇及心肝肾功能不良等患者，提出不同用药要求。

### 一日一次 要在同一时间

每日一一次是指每天应在同一时间服用。每日服用两次是指早晚各一次，一般指早8时、晚8时。每日服用3次是指早、中、晚各1次，一般间隔8小时。



### 小编开通微博 陪你韶天气

你的心情会受天气影响吗？你的生活会因天气而改变吗？开心的，不开心的，欢迎一起来韶韶。每周我们都会评出一个最积极参与奖，30元话费等你拿！

### 互动通道

新浪微博，关注“大家天气”  
移动用户发送短信到1065830096060  
电信用户发送短信到10659396060  
联通用户发送短信到1065596060  
你也可以投稿到djsjq@hotmail.com

### 抵抗寒冷，有资本

读者王恬11月8日发来短信：老天真给面子，看我们家没换空调，最近一直挺暖和。家里今天换了新空调，3匹的，今年冬天，任凭它北风如何呼啸，我们也可以缩在暖暖的小屋里，顽强抵御寒冷了。

读者宋菊11月8日发来短信：好的天气带给了我们好的心情，沐浴着温暖阳光，欢乐乐曲轻轻歌唱！阳光笑容满面绽放，阳光生活蓬勃向上！品味阳光的味道，真是爽极了！



### 着装厚度指数

5级

以衬衣加西装或毛衣类服装为主。

## 门诊故事

小小故事给人启发很大

### 能吃能喝也查出癌 体检，真重要了

快报讯（通讯员 徐骏 记者 安莹）近日，不惑之年的胡先生因膀胱癌收治住院接受手术，在单位引起轩然大波。“老胡能吃能喝，精神状态那么好，怎么可能患上癌症呢？”

胡先生自己也没想到会患膀胱癌。因为他身体一直都正常，抽烟一天至少一包，喝酒半斤以上，就这样也从没觉得身体有任何不适症状。最近，单位组织全体员工到南京市第一医院体检。可令他万万没想到的是，竟被查出膀胱右侧长了个直径约1.2cm×0.9cm大小的肿瘤。幸亏发现较早，手术后胡先生体征平稳，现已出院。

据该院体检中心凌龙主任介绍，近10年来，很多三四十岁的中年人患上肿瘤。目前早期癌症患者发现少，中晚期、复发的占了大多数，一些患者认为自己还年轻或是没有任何不适症状，因此不少人失去了最佳的治疗时间。凌主任提醒说，癌症发病率与生活习惯有关。通过改变不良的生活习惯，特别是调整饮食结构，三分之一的癌症是可以预防的。不吸烟，少饮酒，饮食当中多吃含有维生素的新鲜水果、蔬菜，这些对肿瘤有很好的预防作用。

虽然癌症的发病率近年呈上升趋势，但是由于普通的体检对早期发现癌症缺乏针对性，到医院就诊的癌症患者大多已是晚期，医学界一直提倡癌症早发现、早诊断、早治疗，如何实现早期发现呢？因而一种“防癌体检”即高肿瘤标志物筛查应运而生。尽管如此，专家建议高危人群应在普通健康体检时，再增加高肿瘤标志物筛查。

### 许多人还想不到要保暖

立冬了，秋天却还在延续

## 洗衣店冬衣“赖”着没人取

中秋节刚刚降温的那一会儿，一天降温能达18℃。加上“千年极寒”的谣传开始流行，10月底之后，不少商家早早把新款羽绒服摆在柜台最显眼的地方。但就在商家等着降温大赚一笔的时候，江苏却一直处于温暖的秋季，没有人冬的意思。

“老天爷”仿佛跟江苏开了个玩笑。根据10月份江苏的气候评价，全省平均气温为16.8℃，较往年同期偏高0.1℃。而在11月中上旬，南京竟然有好几天的最高气温达到20℃以上。从这几天的平均气温来看，冬天还是遥遥无期，这个秋天还很漫长。

### 羽绒服：销售还没开始呢

提前上柜的羽绒服，无人问津。还没撤柜的秋季小皮衣、风衣反而卖得俏。

在新街口莱迪地下商城，主打羽绒服的一家小门面，营业员显得没精打采。“您看中哪一款？”见记者有兴趣买羽绒服，她们立即热情招呼。“我们都有

备货，每个批号的羽绒服都有适合您的型号。”据营业员透露，自从上个月起，店里改了换季商品后，生意就下滑了不少。听说今年冬天会很冷，谁知道由于气温下降不给力，目前的冬季服装销售只能说还没开始。

小门面的冬衣销售还没开始，而大商场的冬衣已经开始促销。在新街口某服装品牌专柜，几乎所有“模特”都穿了羽绒外套。据营业员透露，第一批新到的羽绒服比往年早了半个月，但是没什么人买。“一般我们品牌不打折，但是您真想可以打九五折。”营业员向记者促销。但是记者转而想买秋天的风衣，却被告知没有任何优惠。

### 洗衣店：冬天没来，冬衣没人取

往年虽然秋天来得晚，但是一旦进入秋天，天气也凉得快。冬天是干洗店的旺季，洗衣店的生意很快就好起来了。但是今年，立冬已经到了，洗衣店的生意却跟夏末秋初的淡季差不多。

### 但已有人开始忙着取暖了

## 热水袋上架 有人被“温柔”烫伤

快报讯（记者 刘峻）随着立冬的到来，南京各大超市的热水袋等冬季日常保暖用品纷纷上架。记者发现，今年刚上市的热水袋一般体积都比较大，并且新版热水袋大都带有一个外套包裹。但是，不少市民为了最大限度地获取热水袋的热量，注入开水后，往往对外面的套子弃之不顾。专家提醒，使用热水袋要当心被“温柔”烫伤。

小王是一名来自南方沿海城市的大一新生，最近南京晚上气温偏低，小王感觉很不习惯，第一次在外地过冬天的他，上周末到超市买了一个热水袋，想晚上放到被窝里保暖。昨天早上小王起床穿鞋的时候，发现自己的右脚踝附近出现了一个水泡，行动起来很不方便，走得快一点起水泡的地方就会隐隐作痛。昨天上午，小王来到学校附近的南京市中西医结合医院皮肤科就诊，被诊断为低温烫伤，而“罪魁祸首”就是他新买的热水袋。

南京市中西医结合医院皮肤科刘明珠医师介绍，很多读者朋友通常认为，只有上百摄氏度的高温才会造成烫伤，其实不然。导致烫伤的因素有两个，一个是热力，而另一个则是作用时间，所以即使物品的温度不高，但皮肤接触的时间过长，同样会造成烫伤，这种烫伤叫低温烫伤。当皮肤接触到70℃的温度持续一分钟左右，可能就会被烫伤。

### 省妇科高级专家公益亲诊

<b>王淑玉教授 主任医师</b> (每周四上午)◇省人民医院妇科高级专家，治疗各种妇科肿瘤、疑难杂症经验丰富。
<b>梁月琴教授 主任医师</b> (每周三上午)◇省人民医院妇科高级专家，在国内治疗不孕症技术、经验等方面均具有领先优势。
<b>张义文主任 副主任医师</b> (每周二下午，周五上午)◇江苏省妇科保全子宫、输卵管绿色手术示范专家。擅长治疗子宫肌瘤、不孕症等。

高级专家公益亲诊期间，均按普通医生挂号，免50元高级专家挂号费。

**应诊范围：**子宫肌瘤、卵巢囊肿、不孕症、子宫内膜异位症、无痛人流、宫颈糜烂/原位癌、阴道炎/盆腔炎/尿道炎、月经不调、处女膜修复、阴道紧缩、泌尿生殖道感染等。

**温馨提示：**参加生育保险的女性均可凭证在总队医院进行妇科免费专项检查。未参保的妇女也可通过电话申请妇科相关公益普查。

**江苏总队医院妇科**  
国家大型公立医院，省文明单位  
省市医保定点医院，节假日不休  
咨询电话 | 025-85551626  
网络咨询 | www.wjnjjy.com  
QQ咨询 | 619133666  
医院地址 | 和燕路东井亭·红山动物园地铁站旁。