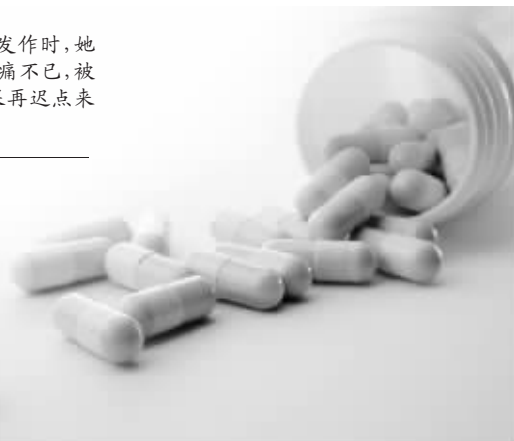


病例故事:年近70的李奶奶是一位患有类风湿性关节炎多年的患者,以前每次疾病发作时,她总是习惯性地服用一些常用的止痛药。前几天刚吃完止痛药的李奶奶突然胃部痉挛,疼痛不已,被家人送到了江苏省人民医院急诊室治疗。医生仔细查看了李奶奶的病情,告诉家人如果再迟点来可能李奶奶就会发生胃穿孔,到时候就会有生命危险。

有些镇痛药,用多了也会“痛”



胃隐痛当心药物反应

据李奶奶的家人告诉记者,老太太自从确诊为类风湿性关节炎后就经常去药店自己买来止痛药在家服用。因为老太太有胃炎,儿女们也劝老人家,到医院给医生看看不要随便吃药,但是老太太总说问过药店的药师了,这是非处方药,没关系的。类似于布洛芬、阿司匹林这些非处方止痛药长期服用后真的没事么?让我们来听听专家的说法。

长期从事药物不良反应监测的江苏省人民医院药剂科蒋宇利主任药师介绍,如阿司匹林、散利痛(对乙酰氨基酚)、布洛芬、扶

他林、尼美舒利等非甾体抗炎药物(英文简称NSAIDs)具有抗炎、抗风湿、止痛、退热和抗凝血等作用,在临床上广泛用于骨关节炎、类风湿性关节炎、多种发热和各种疼痛症状的缓解。

NSAIDs产生中等程度的镇痛作用,镇痛作用部位主要在外周。对各种创伤引起的剧烈疼痛和内脏平滑肌绞痛无效。对慢性疼痛如头痛、痛经、关节肌肉疼痛、牙痛、颈椎痛等效果较好。此类药物中的酸性成分既是治疗疼痛的有效成分,但是副作用也因此而来。这类药物可能引起的不良反应主要有胃肠道、肝脏、神经系统、泌尿系统、血液系统以及过

敏等的不良反应。长期口服非甾体抗炎药的患者中,大约有10%~25%的病人发生消化性溃疡,其中有小于1%的患者出现严重的并发症如出血或穿孔。

小剂量服用见好就要收

鉴于以上多种不良反应,专家建议,在服用这些非处方类镇痛药物时,首先应该在医生的指导下合理使用,不能自行服药。其次,尽量避免不必要的大剂量、长期应用NSAIDs。需要长期服药的患者要注意在有效控制的情况下剂量越小越好,而且一定是“见好就收”,毕竟这些药物是治标不治本的,患者应该抓紧时间就医溯

本溯源,找到病因并加以解决。

如果真的需要长期服用此类药物的话,一定要定期检查血常规和肝、肾功能,也可以在医生的指导下定期地换药。如果有以下情况应禁服或慎服NSAIDs,如活动性消化性溃疡和近期胃肠道出血者;对NSAIDs过敏者;肝肾功能不全者;严重高血压和充血性心力衰竭病人;血细胞减少者;妊娠和哺乳期妇女。最后,蒋宇利主任提醒,患者用药期间不宜饮酒,否则会加重对胃肠道黏膜的刺激。也不宜与抗凝药(如华法林)合用,因为可能增加出血的危险。

通讯员 吴倪娜 快报记者 金宁

»中医中药

抗生素滥用成肾脏新杀手

近日,现代快报和南京博大肾科医院共同主办的肾病日公益活动在南京博大肾科医院举行。著名肾病博士生导师王刚教授做的《中医药可有效延缓肾衰患者进入透析期》主题讲座吸引了两百多名听众,专家特别指出近年来滥用药物损害肾脏问题突出,如果确诊为肾衰,中西医结合治疗对控制和延缓肾衰有优势。

抗生素引起的肾损害多了

“滥用药物损害肾脏的问题现在特别突出。”王刚教授介绍,近年来抗生素广泛应用,由抗生素引起肾损害的病人越来越多。不同抗生素的药理作用导致肾损害的机制各不相同,“许多抗生素肾损害不易被发现而延误诊治,发展为不可逆的肾衰竭。”

肾衰患者进入透析的时机

王刚教授说,关于肾衰患者何时应该进入透析一直是个有争议的话题。根据肾脏病指南,进入肾衰即可以开始透析,越早开始越好。但在2010年关于血透时机的问题有了更为权威的不同意见。在2010年11月第43届美国肾脏病学会(ASN)上,学会主席ELLison教授宣布了2010年度肾脏病最具影响的研究成果之一,去年至今年的多项临床研究均显示,延迟透析时机对大多数尿毒症患者而言是安全的。

“很多病人一听说自己已被确诊为肾衰,就觉得这下完了,心灰意冷”,王刚教授鼓励大家,中

早期肾衰病人通过中医药为主,中西医结合的治疗是可以控制住肾衰发展进程的,维持十年甚至二十年都没有进入透析。甚至还有一部分已经血透了尿毒症患者,经过治疗恢复了自主肾功能,摆脱了血透。

中西医结合延缓肾衰发展

王刚教授认为,透析前期,即血肌酐在700~800umol/L以下的肾衰,国内及国际西医肾病学界尚无很好办法,目前治疗主要依靠中医药。尤其是血肌酐在200至400umol/L的中早期肾衰,中医药具有公认的优势。中医药治疗肾脏病方法包括辨证论治,多途径用药和中西医结合。专家介绍,辨证论治,多途径用药指的是有机地将辨证论治的中药内服、静脉滴注、中药保留灌肠、中药药浴、足浴结合使用。而中西医结合是指慢性肾衰病人的高血压、肾性贫血、低钙等难题,随着新的降压药物、促红细胞生成素等的应用,有了很大改观,但同时有些副作用。这时采用中药以辨证为主,从肾论治,兼顾多脏,活血化痰,清浊解毒,通腑大小便。

“药膳和饮食疗法对肾脏病也很重要”,王刚教授说,中医主张“三低二高二适当”。低蛋白、低脂肪和低磷;高热量、高必须氨基酸;适当的维生素、矿物质以及微量元素。核心是,优质低蛋白,高热量饮食。

快报记者 张弛

»活动看台 二院周五爱肝大义诊

3月18日8:15~12:00,南京市第二医院将在该院门诊广场举办第十二届“爱肝日”大型义诊活动。3月18日14:00~15:30,在门诊二楼候诊厅举办防治乙型肝炎科普讲座,由冯艳红主任医师主讲“慢乙肝抗病毒治疗新进展——细胞免疫治疗”专题。

本次“爱肝日”活动内容有:安排在肝病诊治领域内的一流专

家30名参加义诊;根据病情需要免费给予肝功能五项、乙肝二对半检查;经专家认定,对丙肝高危人群进行丙肝抗体筛查(限200人);继续为自愿加入“肝友保健之家”的成员办理手续等。3月16日、17日9:00~11:30,14:00~16:30还向患者开通肝病专家咨询热线(83626091),接受肝病患者电话咨询。 嵇旭东

二附院周三下午有讲座

3月16日(星期三)14:30—15:30,南医大二附院将在该院本部门门诊4楼多功能报告厅举办《右上腹疼痛与胆囊的

联系》公益讲座,主讲人为该院普外科副主任医师雷亿群。讲座地址:南京市下关区姜家园121号。 顾颐菲

高度近视者青光眼发病率高

上周是“世界青光眼周”。不少人以为,青光眼是老年人的“专利”。但其实,任何年龄段的人都可能发生青光眼。有家庭病史的人、糖尿病患者、高龄且患白内障的老人,以及高度近视的人,都属于高危人群。

高度近视是青光眼发病的高危因素之一。据南京爱尔眼科医院的专家介绍,眼球内有一种液体叫房水,它不断生成和排出,其生成量和排出量是平衡的,所以眼内压维持在一定正常水平,房水排出是通过前房角处的无数微孔(滤帘)

再到达静脉。而高度近视眼,这些微孔数量变少,孔径变小,并且不太通畅,这样造成房水流出阻力增加。当房水流出阻力严重到一定程度时,无诱发原因就出现眼压升高,视神经受损。青光眼的症状有很多。一部分人在初期几乎没有任何症状,偶尔感觉轻微眼球胀痛、不舒服,看到灯泡会发现周围有一圈彩虹光晕,直到末期才发现严重的视野缺损和视觉障碍。因此,35岁以上成年人应该每年进行眼部检查。

快报记者 张弛

中药、化疗“双管齐下” 缓解肿瘤病痛

目前化疗放疗仍然是治疗癌症的一个主要手段,但化疗本身带来的毒副作用却让不少患者对这种治疗手段产生恐惧心理。其实这些可以通过中医调理有效改善,如恶心呕吐、食欲不振、腹泻、乏力、骨髓抑制引起的血小板降低引发出血症状等。相反,如果置若罔闻,反而会严重影响患者的生活质量,令患者放弃求生的欲望。

资料显示,临床上大约80%—90%的癌症患者在化疗过程中会出现副作用,中医认为放化疗毒副作用的出现主要是由于病人在接受放化疗之后造成体内热毒过盛、津液受损、气血不和、气虚损伤、脾胃失调以及肝肾亏损所致。南京市中

医院肿瘤科主任、主任中医师方明治表示,癌症病人在放疗中所导致的毒副作用,中医的主要治疗原则以清热解毒、生津润燥、凉补气血、健脾和胃、滋补肝肾和活血化痰为主,主要手段为中药治疗、针灸理疗、中药穴位注射及隔姜灸等。中药、化疗“双管齐下”对减轻患者痛苦非常有效。值得强调的是,任何治疗都有严格的适应症,化疗同样也不是癌症必须选择的治疗手段,在治疗的把握上应该结合患者本身的年龄、体质、身体状况辨病辨证相结合,全面评估患者的体质状况,在体质辨证基础上寻找最适合的治疗方式。

通讯员 钱文娟 快报记者 李鑫芳

食疗古方 解决老便秘

饮食精细、运动偏少、盲目减肥等促使便秘多发,加重。环境污染毒害大,便秘是人体严重的环境污染,大量腐败毒素侵害全身,诱发加重慢性肠病。用力憋气排便,易诱发心脑血管意外。

芦荟、决明子、大黄、番泻叶等蒽苷类泻药损害肠神经,诱发肠道黑病变、息肉、癌变等。泻药伤身,便秘烦人,怎么办?

当年乾隆下江南,因舟车劳顿而便秘,御医不敢滥用泻药。一老方丈欣然开方,效果奇佳。乾隆龙颜大悦,御赐此方“御膳通”,并收归御藏。

军事医学科学院专家整理医学典籍,获此食疗通便古方,遂潜心研究科学调配,最终确定以“黑豆皮、马齿苋、芹菜叶、金银花、山楂、海藻、菊花、绿茶”8种天然食疗原

料,研制成食疗通便奇方御膳通,经国家批准,在北京研制成功。绝无任何泻药的毒副作用,老幼、孕产妇皆可安全服用。

专家评价:御膳通高效、安全,“三个一”的效果经得起检验:服用一天即可轻松畅快排便;一周可规律排便;服用一个月,即可每日清晨有规律地排便。御膳通逐步修复肠道的自主排便功能:服用量逐步减少,通便效果越来越好。

老便秘体会:便秘苦恼真烦人,服御膳通后,顺畅通便全身轻松!仅需晚餐后服几粒,次日清晨即可轻松畅快排便,一解便秘烦恼!

经销地址:南京鼓楼广场东面,工艺美术大楼4楼
健康咨询:025-57716276

免费发放健康手册、医生给居民留手机号码

八一医院妇产科 送健康进千村

近日,江苏省妇联组织开展了“全省千名妇女干部进千村、社区”活动,南京八一医院妇产科作为受邀参加本次活动的唯一一家医疗单位,抽调了多名技术过硬、沟通能力强的医护人员作为活动志愿者,将健康咨询服务免费送到了居民社区。

3月6日下午,首场活动在南京市建邺区滨湖街道明园社区展开,八一医院妇产科彭运兰医生的健康咨询台前排起了长龙。据了解,活动开展时间正值上班时间,前来咨询的居民以呆在家中的中老年妇女居多。“有的是为自己咨询,也有不少做母亲的替女儿或者儿媳咨询妇科问题的。”彭运兰医生介绍,根据八一医院多年来进社区开展免费健康咨询、义诊、讲座等慈善活动的经验,失业在家的中老年妇女因为信息渠道和生活范围的局限,健康方面的知识非常缺乏,最渴望得到专业的咨询和指导。

在健康咨询现场,一位近50岁的阿姨引起了记者的注意。这位阿姨早就排在咨询队伍里,但每次快轮到她的时候她总是很“有风度”地让后面的人先咨询。直到活动快要结束了,她才难为情地坐到彭运兰医生面前,先小心翼翼四处看看,然后才低下头和彭医生讲“悄悄话”。

据了解,即使有专业的医护人员送健康到家门口,但因为妇科问题一般涉及女性隐私,不少观念传统的中老年妇女因为害羞而失去咨询机会,进而让疾病加重,失去最佳治疗机会。为此,八一妇产科的工作人员考虑得特别周到,准备了女性健康手册免费给居民取阅。许多人家要医生的手机号码,医护人员也不怕被“骚扰”大方留下。

不过,彭运兰医生提醒,女性患者一定要尽量克服心理障碍,不管是到医院就诊,还是电话咨询,勇敢面对医生是治疗疾病的第一步,因为害羞而让病情加重实在不划算。

快报记者 张弛