

每年季节交替是感冒高发期,流行病学显示,成人平均每年患感冒2-6次,儿童则达6-8次。感冒的危害众所周知,不仅会导致误学、误工,而且有可能并发严重疾病,威胁健康。面对感冒,大众疑惑不少,感冒了该不该吃药?感冒药如何选择?含伪麻黄碱成分的感冒药能吃吗?针对这些疑惑,专家指出:普通感冒虽然是最常见的急性呼吸道感染性疾病,但普通感冒并不“普通”,感冒症状不仅会严重影响我们的日常工作和生活,也有可能引起其他严重并发症。感冒的治疗原则是对症治疗、缓解感冒症状为主。其中,盐酸伪麻黄碱是多种常用感冒药中的重要有效成分,可有效缓解感冒的主要症状鼻塞、流涕、打喷嚏等症状,帮助减轻感冒造成的身体不适,按说明书推荐剂量服用安全性良好。现代快报记者 张弛

# 普通感冒并不“普通”

## 关于感冒你应该知道的N个疑问

### 疑问1:感冒了,不吃药能扛过去吗?

专家解析:治疗感冒应对症治疗,莫硬扛

很多人认为感冒只是小病,不用吃药,扛几天也就过去了。对于这一观点,专家强调:普通感冒不普通,小感冒可能带来大危害,尤其是由感冒引起的心肌炎、肺炎等严重并发症如不及时救治有可能危及生命。2012年发布的《普通感冒规范诊治专家共识》(以下简称《专家共识》)明确指出:感冒治疗原则以对症治疗为主,通过迅速改善或消除感冒症状来缩短病程,减轻感冒的危害。

及时治疗,缓解感冒症状如:鼻塞、流鼻涕、打喷嚏等,不仅自己感觉舒服了,同时也减少了感冒病毒传播到周围空间的机会,减少了感冒传染给他人的风险。

### 疑问2:感冒药种类这么多,如何正确选择?

专家解析:学看成分,对症选药

感冒了,看着药店各种各样的感冒药,很多人不知哪种适用于自己的症状,常常无所适从。专家表示:患者可针对症状选择药物,如出现鼻塞、流涕等症状可选择含盐酸伪麻黄碱的感冒药;若发烧或头痛的话,可用含对乙酰氨基酚、布洛芬的感冒药;打喷嚏可选扑尔敏、苯海拉明等;咳嗽可选右美沙芬或那可丁等。其中,伪麻黄碱与扑尔敏的复方组合是《专家共识》推荐的经典组合,对于早期仅有鼻部卡他症状的感冒患者,治疗四天可显著改善90%左右的鼻部症状。

### 疑问3:含伪麻黄碱类感冒药能吃吗?

专家解析:伪麻黄碱迅速缓解鼻部症状,有效和安全性良好

近年来频频爆出不法分子提取感冒药中的伪麻黄碱制造冰毒的新闻,使得不少感冒患者产生疑惑:“含伪麻黄碱类感冒药能吃吗?服用含有伪麻黄碱的感冒药会不会上瘾?”对此,专家表示:“感冒药中的伪麻黄碱与冰毒的主要成分去氧麻黄碱有着本质的不同。

虽然都来源于麻黄,但伪麻黄碱却能选择性地收缩鼻部血管,快速减轻鼻塞、流涕、打喷嚏等感冒症状。而且伪麻黄碱口服后经由胃肠道吸收,由肾脏经尿液排出,尿液中的伪麻黄碱结构绝大部分没有改变,会以原形排出,也就是说伪麻黄碱在体内也不会转换成去氧麻黄碱。

作为感冒治疗的主要成分,伪麻黄碱在临床上的使用经验已超过了百年;但是,冰毒的主要成分去氧麻黄碱的中枢神经兴奋作用强,会加快心跳、升高血压。人体服用

后容易产生幻觉,易成瘾,对健康危害极大。”

专家澄清:“作为治疗感冒的主要成分,伪麻黄碱经过了长期大量的国内外临床研究和广泛的临床应用,可快速缓解感冒鼻部症状,安全性良好。它本身并不是毒品,因此大众不必过分担忧。”

### 疑问4:几种感冒药能一起吃吗?

专家解析:复方感冒药只应选一种服用

为快速消除感冒症状,感冒患者常会同时服用几种感冒药,对此,专家指出:目前感冒药大多都是复方制剂,其组方成分相同或相近,药物作用大同小异。同时服用可能导致重复用药、过量用药,出现不良反应的风险可能随之增加。复方抗感冒药只选一种服用即可,联合用药应在医生指导下进行。

## 美迪西医药 结缘南京长江医院 “金匮助孕方”获专利,开启不孕症新篇章

5月19日下午,南京长江医院“金匮助孕方”获国家专利暨美国美迪西医药公司专利合作签约仪式新闻发布会在曙光大酒店隆重举办。南京市医疗机构协会副会长龚心永、美国美迪西副总裁汪俊博士、江苏省中医院博士生导师王旭等列席了此次新闻发布会,共同见证南京长江医院此次在不孕症治疗领域取得的重大成就。

多年来,长江医院专家团队根据博大精深的传统中医药理,针对月经紊乱、内分泌失调、排卵障碍造成的不孕症总结出独特中医配方——“金匮助孕方”。值得一提的是此方在国家专利局的严格审核下,成功申请国家发明专利。

据了解,“金匮助孕方”是南京长江医院上万案例成功治疗经验的沉淀,它针对女性生理特点,重在调理心—肾—子宫轴,改善内分泌失衡和子宫内环境状态,促进卵泡的生长与发育,使孕育成功。在临床研究中也发现金匮助孕方诊疗组在症状改善上、治疗成功率上均明显优于西药治疗组,相关研究数据也得到权威专家的认可。

据了解,美国美迪西医药公司是一家综合性生物医疗研发服务公司,2012年2月被福布斯杂志评为最具发展前景的100强公司之一。南京长江医院与美国美迪西医药公司签订“金匮助孕方”专利合作协议,意在通过强强联合,发挥各自优势,让“金匮助孕方”为不孕症的治疗做出更大的贡献。张弛

## 四个家庭的抗癌之路(四)

# 能否在绝境中幸存 有时取决于你如何看待死亡

一个人,出生了,这就不再是一个可以辩论的问题,而只是上帝交给他的一个事实;上帝在交给我们这件事实的时候,已经顺便保证了它的结果,所以死是一件不必急于求成的事,死是一个必然会降临的节日——在《我与地坛》中,史铁生这样平淡地看待死亡。

一直以来,我们接受的都是关于“生”的教育,如何出人头地地工作,如何体面稳定地活着。而如何认识死亡,接受死亡,却很少有人向我们提及。因为在传统文化中,死一直是个忌讳的存在。但事实上,死亡教育却是整个生命教育中不可或缺的环节,如何看待死亡,有时会成为你能否在绝境中幸存的关键。这一点很多癌症病人应该深有体会。

每一年都有新的家庭要加入与癌症抗争的行列,虽然大家的处境各不相同,但面对疾病时的焦虑无助却是相似的。奇迹需要建立在信心上,交流得越多才越有战胜病魔的信心。最后一期故事,我们将一起分享一位老者的对死亡的思考,希望这样的思考能帮助更多人走出困境。

### 他经历了比别人更多的波折 年轻时胃出血切掉部分胃,50年后又患胃癌

1960年9月5日,还在工厂上班的李心敏因胃出血被送进医院,当时医生切掉了他2/3的胃。几十年后,他因胃癌,把仅剩的那部分胃全切了。“其实2010年,我就发现有胃癌了,因为体重急剧下降,半年内从128斤降到了98斤,我才去做的胃镜。”虽然已经77岁高龄,但说起生病的事,李心敏仍记忆犹新,每一步治疗他都能说出准确的日子。确诊后,医生和家人并没有告诉他实情,但住院的第二天,李心敏还是从病理报告和化验单中知道自己患的是胃癌。“知道结果后,我脑子里一片空白,有种深深的恐惧和迷茫,我接受不了这个现实。”虽然2011年,胃癌又复发,但李心敏说,那次带来的打击远没有第一次厉害,第一次的确诊差点让他崩溃,“那时候人是一种绝望的状态。”

### 治疗不顺利,不到一年做了三次剖腹手术

最初李心敏的运气一直不好,治疗并不顺利。不到一年的时间,他住了12次院,做了三次剖腹手术。“2010年9月第一次做胃癌根治术,之后用紫杉醇注射化疗,但

副作用很大,头发脱落,连喝水都会吐。”即便如此,李心敏还是咬着牙坚持做了8个周期的化疗,他说刚患病时几天几夜睡不着,但后来经过思想斗争,自己也想通了,人终有一死,有病治病,听医生的话就行,“我们小时候都是经历过战争的,能活到现在已经知足了。”尽管李心敏一直不停为自己打气,但老天并不厚待他。2011年7月复查,医生发现残胃又生出了2个肿瘤,随后他又做了手术把胃全部切除。“事情到这里还没结束。术后没多久,我又出现大出血,但医生找不到出血原因。”于是在胃癌手术的第三天,李心敏又做了一次剖腹手术,开胸找出血点。“当时没有起搏器,麻醉师告诉我,有可能下不了手术台。”肚皮被剖开,可出血点却没找到,前后观察了共40分钟,没有发现任何问题,医生又缝合回去,总共35针。

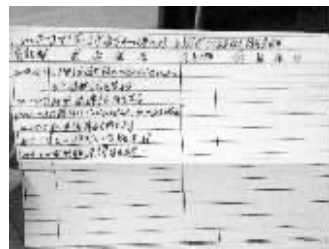
### 手术让他元气大伤,医生说只有三个月生存期

三天连续做了两次剖腹手术让李心敏元气大伤。2011年9月16日,他去复诊发现已经肝转移。医生告诉家人,只有三个月的生存期了,回家尽量满足病人的一切需求。这对李心敏的老伴来说是晴天霹雳,短短几天时间她就白了很多

头发。“她瞒着我,装作没事,但经常背后哭泣。”在强装笑脸的同时,老伴也在四处打听救命方子,“后来在一个同事的推荐下,她买了中科灵芝孢子油和爱特。我当时并不相信,因为我以前也吃过灵芝产品,没感觉有多大作用。”虽然抱着怀疑,但在无药可医的情况下,李心敏和家人还是决定试试。而结果让他们很意外,1个月复查,肝胆脾胰未见异常,连医生都很惊奇。不懈的坚持让病情出现逆转。“后来我一直坚持吃中科灵芝孢子油和爱特,经过4次彩超检查都未发现异常,再后来多次抽血,白细胞、血小板、肝肾功能都逐渐恢复正常,可以正常化疗了。”于是从2010年9月25日至今,李心敏已经坚持进行了27个疗程的化疗,而他也比其他病人少了很多不适。如今见到他的人,不会相信他是一名癌症病人,除了体型较瘦外,他面色红润。

### 他比别人多了一份淡定 将病历资料分门别类装订好

见过李心敏的医生,都会钦佩他的细心。患病至今的所有检查报告,他都会分门别类装订好。而病历本上,还黏贴着一张张自制的表格,记录了他的不同时期的手术情况,不同阶段CT、彩超等的复查结果,让人一目了然。日期等关键词



李心敏自己整理的病历资料

他都用记号笔做出了标记。他说这样能节约医生的时间,能让对方更好地了解自己的病情进展,“只有你对自己负责,医生才能对你负责。”

### 人固有一死,活着就享受当下

虽然之前的治疗一直不顺,但李心敏没有放弃,尤其是第三次剖腹手术后,他插着7根管子躺在病床上,连翻身都不行,生活质量都没有。“我没想过会不会治好,生病不是我能控制的事,所以我就全部听医生的,他叫我怎样就怎样。”出生在战争年代的李心敏认为,不管周围人如何关心鼓励你,最后真正起作用的还是源自你内心的力量,良好的心态加上适合自己的良药才是治疗的重中之重,就像他选择中科灵芝孢子油后情况慢慢好转,现在才能精神矍铄的与广大病友们分享自己的经验与感悟。