

这个大家都要 看清楚

53种常见病一般不需要输液

这三种情况,才要输液

安徽卫计委要求,今后治疗这53种疾病,一般不采用静脉输液,确需输液的应附情况说明。

同时还要求严格掌握静脉输液使用指征。要遵循世界卫生组织提倡的“能口服就不注射,能肌肉注射就不静脉注射”的用药原则,加强对医师培训和指导。只有在患者出现吞咽困难、严重吸收障碍(如呕吐、严重腹泻等),以及出现病情危重、发展迅速,药物在组织中宜达到高浓度才能紧急处理,这三种情况下才使用静脉输液。

患病初期就输液有一定风险

昨天,现代快报记者就名单上所列的部分疾病,咨询了南京市儿童医院内科主任医师王凤鸣。

“虽然南京目前还没有类似的名单,但是在治疗这些疾病时,我们也是尽量避免给患者输液治疗。”王凤鸣介绍,例如,名单上说的“上呼吸道感染:病程3天以内,体温38℃以下,精神状态好”、“小儿腹泻病:轻度脱水可以口服补液者”等等,“这些病都是在发作初期,还不严重。这种时候,我们会给患者开口服药进行控制,尤其是儿童。”王凤鸣告诉现代快报记者,如果初期就输液,是有一定风险的,尤其是儿童,容易发生过敏反应。

王凤鸣说,列举的53种疾病中还有一些慢性病,“像支气管扩张无急性炎症者,需要长期吃药才能够逐渐治愈。想挂几次水就能告别病痛,这是不现实的。”

仅一两成急症病人需要输液

江苏省第二中医院急诊科医生王光苏告诉记者,医院每天晚上要接待近百名患者,但是真正

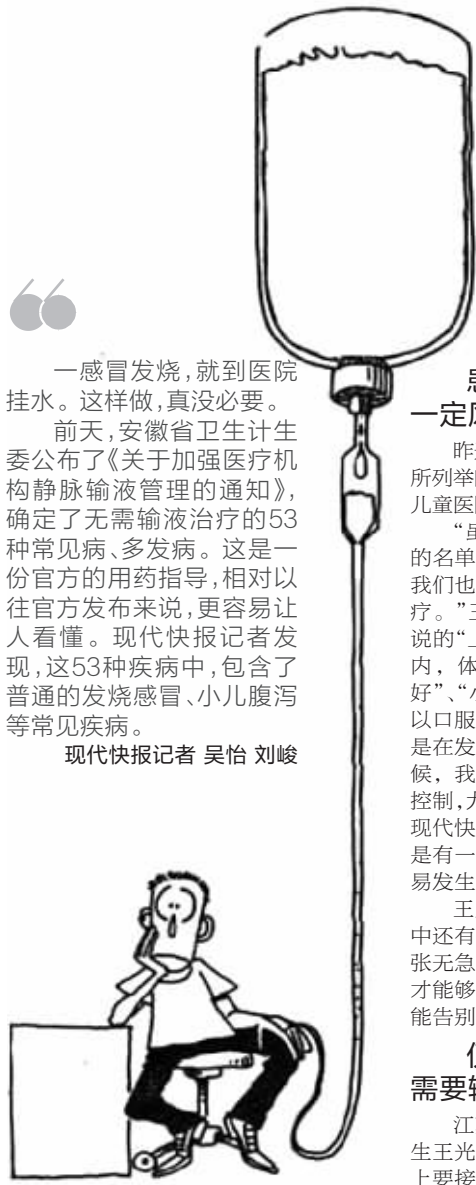
需要输液的也就一两成,其余的只需要观察或者口服药物即可。

专家表示,输液在医学上属于侵入性操作范畴,等于一次小手术。注射液中的不溶性微粒进入血液循环,极易出现肺肉芽肿、肺水肿、静脉炎和过敏反应等。因此,静脉输液是公认最危险的给药方式。专家表示,如果患者肠胃功能正常,口服药物应是第一选择。

滥输液在成年人中更常见

据《2009年国家药品不良反应监测报告》显示,注射剂占有不良反应的59%,其中输液又占绝大部分。因为药物通过静脉注射直接进入血液循环,没有经过人体天然屏障的过滤,如果有不良反应,往往更快、更严重。

“现在,滥输液的情况在成年人中更常见。”王凤鸣表示,很多成年人有了感冒发烧的初期症状后,就跑到医院里要挂水,为的是早点痊愈。“挂水次数多了,身体会产生耐药性,如果以后遇到大病,治疗的难度会增加。”王凤鸣建议,在感冒发烧等病症的初期,可以通过吃药加休息的方法治疗,3天后,如果病情没有好转,才考虑输液等深度治疗。



一感冒发烧,就到医院挂水。这样做,真没必要。

前天,安徽省卫计委公布了《关于加强医疗机构静脉输液管理的通知》,确定了无需输液治疗的53种常见病、多发病。这是一份官方的用药指导,相对以往官方发布来说,更容易让人看懂。现代快报记者发现,这53种疾病中,包含了普通的发烧感冒、小儿腹泻等常见疾病。

现代快报记者 吴怡 刘峻



新闻链接

这些疾病一般不需要输液

记者在53种无需输液治疗的疾病中,挑选了一些最常见的,供读者参考。

一、内科

1. 上呼吸道感染:普通感冒、病毒性咽喉炎
2. 急性气管支气管炎,体温38℃以下
3. 支气管哮喘处于慢性持续期和缓解期
4. 慢性浅表性胃炎
5. 无水、电解质紊乱的非感染性腹泻
6. 癫痫(癫痫持续状态、癫痫频繁发作除外)
7. 无特殊并发症的脑血管疾病的一、二级预防(脑血管疾病的非急性期)
8. 急性鼻炎、各类慢性鼻炎和鼻窦炎、过敏性鼻炎、急性鼻窦炎无并发症者
9. 急性单纯性咽炎、慢性咽炎、急性单纯性扁桃体炎
10. 急性喉炎(重症除外)、慢性喉炎
11. 急性外耳道炎、急性慢性中耳炎无并发症者、外耳道湿疹

二、妇科

1. 慢性盆腔炎
2. 慢性宫颈炎

三、儿科

1. 上呼吸道感染:病程3天以内,体温38℃以下,精神状态好
2. 小儿腹泻病:轻度脱水可以口服补液者
3. 毛细支气管炎:轻度喘息者
4. 手足口病或疱疹性咽峡炎:无发热、精神状态好,血象不高者。

这个观点

有待商榷

女性是睡神? 没这说法 失眠的女性要比男性多



调查显示 女性睡眠时间更长

近日,《2014中国睡眠质量白皮书》在上海发布。调查指出,相对男性而言,女性睡眠时间更长。男性平均入睡时间为23点08分,而女性则为22点36分。不少网友开玩笑说,原来女性天生是睡神。

据悉,这份睡眠质量白皮书,是由一家床垫公司与相关网站等机构共同发起的。

这项调查显示,除男女睡眠时间上有差别外,起床时间也不同。24%的男性6点前就起床,而女性仅有15%,更多女性还是因为尿急被迫醒来。但成为家庭主妇后,女性起得最早,睡得最晚,平均睡眠时间仅为4小时2分。调查还显示,50后到90后,越来越晚睡晚起。

鼓楼医院心理科主治医师杨海龙说,从权威研究来看,目前尚没有关于男性睡眠差的报道,所以女性天生是睡神,这个观点值得商榷。

从门诊来看,失眠的女性更多。女性由于心思缜密,抑郁症发病率要高于男性,而抑郁症的最主要表现就是睡眠差,容易早醒。

不过,调查也许有个观点说对了,那就是女性当了妈妈后,睡眠时间确实会减少。特别是刚生完宝宝大半年内,许多女性的睡眠,会比较差。由于夜晚需要给宝宝喂奶,有的白天甚至还要上班,因此十分辛苦。

值得注意的是,通常人们会认为,睡得好就是睡得多,睡得多就能精力充沛。但事实上,睡得多并不代表睡眠质量就越高,“睡眠不足”和“睡眠过多”对精神的恢复都有消极作用。

南京脑科医院专家认为,衡量睡得好不好的标准,就是第二天看这个人精力是否充沛。如果精力充沛,哪怕睡三四个小时,那也是没有问题的。

现代快报记者 刘峻

这个大家都要 看明白

秃发、血压略高活得长? 不靠谱

对于这些人为什么长寿,微博举出一些看似科学的道理。不过,现代快报记者采访发现,这些传言大多数不靠谱,个别存在争议。

这些不靠谱

1. 血压略高者长寿

微博列举的理由:芬兰医生发现,80岁以上寿星血压多在160/90左右,存活率远比血压只有120/70毫米汞柱的人高。

中大医院内分泌科主任孙志林说,高血压人群各有各的特点。80岁以上年龄的人,本身血压就高。这种说法是误导大家。

2. 秃顶者长寿

微博列举的理由:男子因雄性激素分泌旺盛,多精力充沛,平均寿命长。

江苏省人民医院皮肤科主任医师朱文元表示,秃顶的人很多,主要跟遗传因素有关,属于染色体显性遗传。一般父母有秃顶,子女都会有。女性发病率比男性低。还有一类脱发属于雄激素性脱发,因为雄激素旺盛,精力充沛是会的,但是长寿不一定。

至于稍胖者、头胎者、耳长者、多梦者长寿的说法,也被专家认

为不是主流观点。

这个有争议

B型血长寿

微博列举的理由:B型血者多温和平静,从容大度,不过分争强好胜。长寿人群中,B型血的人占83%。

中大医院内分泌科孙志林教授认为,B型血的人长寿有可能。因为脾气性格跟内在的基因有关系,B型血的人心胸豁达,想得开,所以活得长。



漫画 俞晓翔



秃发者、血压略高者、多梦者……这些平常大家认为不是非常健康的人反而寿命长? 昨天,一条关于“10类人活得长”的微博引发网友关注。现代快报记者求证发现,这些说法大多不靠谱。

现代快报记者 俞月花 刘峻

微博传言 “10类人活得长”

数项国内外研究表明,10类人最可能长命百岁:1. 身材矮者;2. 稍胖者;3. 秃顶者;4. 耳长者;5. 腰细者;6. 头胎者;7. 居住环境中多植物者;8. 多梦者;9. B型血者;10. 血压略高者。