

家长注意了

儿童用成人药,剂量这么算

计算:儿童吃成人药,参考这个计算公式

小儿药物剂量计算方法很多,包括根据体重、年龄、体表面积计算等,或按照成人剂量折算。其中,体表面积算法是最广为推荐的方法,一般认为此方法的科学性最强,既适合于成人又适合于各年龄组的儿童。

使用体表面积算法,首先要知道用药者的体表面积大小:

① 体重≤30kg,小儿体表面积(m^2)=(体重×0.035)+0.1

② 体重>30kg,小儿体表面积(m^2)=(体重-30)×0.02+1.05

根据成人剂量和小儿体表面积,可算出儿童剂量:

儿童剂量=[成人剂量×小儿体表面积(m^2)]÷1.73(m^2)

在给孩子服药时,家长要选择合适的药品及用量,最好询问医生,遵医嘱用药,千万不能为了让孩子的病快点儿好,而擅自给孩子增加服药的剂量和频次,这是一种非常危险的行为。婴幼儿身体系统发育尚未成熟,过量服用某些药物易危害身体健康,对孩子造成不可逆的伤害。

提醒:儿童用药最好还是请医生决定用量

王菲提醒家长,孩子生病时,家长担心是可以理解的,但实在很多情况下,孩子生一些小病不需要吃药。比如说普通的感冒发烧,不用一开始就立即用药,有的时候多喝水、多休息、洗个热水澡,可能就能解决问题,预防性用药更是没有必要。如果确实需要用药,儿童专用的药物是首选,一般以颗粒剂、散剂和溶液剂为主,要注意的是,很多

药是复方制剂,不可擅自混用,以免造成药物服用过量。另外,用药后一定要仔细观察孩子的反应,一旦发现问题,必须及时就诊。

要特别提醒爸爸妈妈们,小儿用药量计算方法虽然不难,但由于疾病不同、体质不同,每个人对药物的敏感性不同,也有个体差异,所以请医生决定用量,按照医嘱用药才是最安全的。

孩子生病了,很多家长都会对着药品说明书计算着服用剂量。那么,当儿童用成人药的时候,该如何正确计算剂量?

从外表上看,儿童是成人的缩小版,但是从生理上看,可不是那么简单了。与成人不同,儿童的各脏器和身体机能都处在不断生长和完善的过程中,不同年龄段对药物的吸收、分布、代谢、排泄等也会产生差异。他们的药物反应比成人敏感,也更易受到伤害。南京市妇幼保健院药事科主任王菲介绍,原则上,儿童应该使用专门的儿童药,但市面上销售的儿童药品存在品种少、规格少、剂型少的问题,很多药物并没有专门的儿童版。如果不得不使用成人药,家长一定要仔细查看药品禁忌症,属于儿童禁用的坚决不能使用,属于儿童慎用的建议严密观察用药后症状。

通讯员 丁煜轩
现代快报+ZAKER南京记者 安莹

医院门口竖了块牌子 提醒脑卒中“救命口诀”



南京总医院门口的卒中提示牌
现代快报+ZAKER南京记者 安莹 摄

快报讯(通讯员 杨晨 侯华娟 记者 安莹)脑卒中偏瘫后,究竟怎样才能重新站起来,回归到正常的生活?近日,在解放军南京总医院开展的“预防脑卒中”义诊活动现场,医院门口一块普通的牌子吸引了很多患者的注意,不少人都掏出手机拍了下来。原来这是“南京总医院脑卒中绿色通道(急诊)”的提示牌,上面公布了急救手机和“救命口诀”。

现代快报记者来到了南京总医院,在中山东路的门口,远远地就能看到两块“急救牌”,牌子底色是绿色,十分显眼。一位刚从地铁出来的小伙子看到了这个牌子后,立即掏出手机拍了下来。

据了解,在我国每12秒就有一个人发生卒中,每21秒就有一人死于卒中。头晕、口角歪斜、言语不利、视物不清、突然跌倒等症状实际上都在提示脑卒中的发生。尽管起病急,但是卒中还是有迹可循的,脑卒中的发病人群也有很大的普遍性。

记者看到,牌子上面除了有“南京总医院脑卒中绿色通道(急诊)”的标志外,还公布了急救手机,号码为15062273313。除此之外,红色粗字的“FAST”脑中急救法则也格外引人注目。该院神经内科主任刘新峰解释,“FAST”是国际通用的快速识别脑卒中评估法,F(Face 脸):指面瘫或口歪眼斜;A(Arm 手臂):肢体无力;S(Speech 语言):言语不清;T(Time 时间):迅速救治,要立即拨打120急救。数据显示,凌晨3点到5点是脑卒中的发病高峰,通常要占到50%以上。而卒中发病后6个小时内得到及时抢救的病人存活率在60%以上,一旦超过6小时,存活率将大大降低,致死率高达90%。

对于中风(脑卒中)患者来说,时间就是生命。刘新峰介绍,发生中风后,每分钟有两百万脑细胞死亡,若不及时恢复血流,大量脑细胞将发生不可逆性死亡。随着医疗技术进步,静脉溶栓、动脉取栓以及康复的跟进正让大批患者获益,致残率已从70%以上降至40%左右。

卒中中发生的另一个趋势却让刘新峰教授表示担忧:以往入住神经内科病区的患者大多是上了年纪的,现在年纪轻轻就中风的患者不再是个例。刘新峰分析,工作压力大、生活方式不健康,或是致病危险因素没有得到很好控制,导致年轻化越来越明显。“我国最常见的脑卒中致病原因就是高血压、糖尿病、代谢综合征以及心脏瓣膜病变,只要有一个因素存在,都会使中风的发生率成倍增加。如果多个因素叠加,发生率更是几何级数增长。”

防癌那些事:你对香烟知多少?

健康最前沿

上海细胞治疗工程技术研究中心推荐

2018年2月,国家癌症中心发布了最新一期的全国癌症统计数据。2014年间,我国恶性肿瘤新增人数380.4万人,相当于平均每天有超过1万人,每分钟就有7人被诊断为癌症。随着癌症发病人数日益增加,癌症已成为萦绕在千家万户心中的“噩梦”。

《黄帝内经》中说到“上工治未病,不治已病,此之谓也”。最好的医生应该是治未病,也就是未雨绸缪,阻止疾病的发生。

在癌症的治疗过程中也是同样的道理。1/3的癌症都可以通过早期诊断早期治疗达到治愈,更有1/3的癌症其实都可以通过有效的预防措施,如饮食营养均衡、适量的运动以及远离各种致癌物质而避免。

近日,全球影响因子排名第一的期刊《CA: A Cancer Journal for Clinicians》就公布了一篇如何预防癌症的指南,其中明确指出了香烟、酒精、肥胖、饮食、运动、病毒感染、紫外线以及辐射等对癌症发病率的影响。

今天,我们就来详细说说防癌那些事中的:香烟。

30%的癌症死亡由吸烟造成

烟草和燃烧的烟雾中含有8000多种化合物,其中已有70多种被国际癌症研究机构(IACR)认定为致癌物。同时,吸烟还可导致数十种癌症的发生,如肺癌、口腔癌、鼻咽癌、口咽癌、下咽癌、鼻腔鼻窦癌、喉癌、食管癌、胃癌、膀胱癌、输尿管癌、肝癌、胰腺癌、胃癌、子宫颈癌、结肠癌、直肠癌和髓系白血病等。

根据美国2014年的癌症统计,主动吸烟以及二手烟导致的癌症占所有确诊癌症中的19.4%,占所有癌症死亡人数的29.6%。

同时,美国吸烟率从1965年的35%下降到2016年的13.5%。使得1991年起癌症死亡率下降了26%。不得不说,其中有一半的功劳得益于吸烟率的下降。



视觉中国 供图

任何年龄段戒烟都有好处

在很多烟民的认知中,抽烟就如泼出去的水,脱缰的野马一去不回返。即使是戒烟,对于身体造成的伤害也无法挽回,因此他们宁愿一错再错,不愿回头。

但真的是这样吗?《CA》在指南中提出观点:戒烟对任何年龄的人都有好处。

虽然吸烟会导致十多年的生命损失,但只要能在40岁前成功戒烟,就可以挽回吸烟造成的大部分危害。戒烟5年就可使肺癌的风险降低39%,戒烟10~15年后肺癌的发病率相当于终身不吸烟者。

除了肺癌以外,戒烟1~10年后,冠心病、中风以及患口腔癌、喉癌、食管癌、膀胱癌、肾癌、胰腺癌、胃溃疡的风险都会降低。

戒烟的这些误区你了解吗?

1. 辅助戒烟不靠谱

研究显示,超过三分之二的吸烟者表示有兴趣戒烟,每年有超过一半试图戒烟;然而,只有7%成功戒烟。单靠个人的力量打败烟瘾真的太难了,因此,需要医生的生理、心理干预和药物的辅助治疗才能减轻戒断症状,提高成功戒烟的概率。

2. 药物戒烟会染上药瘾

药物戒烟是综合戒烟策略的一部分,并非所有人都需要使用药物戒烟;其次,服用药物戒烟时间短且疗程因人而异;最后,药

物戒烟是一种安全、有效的治疗方法,人体对戒烟药物并无依赖,无成瘾之说。

3. 吸电子烟可以两全其美

虽然理论上电子烟的危害应比普通卷烟略小,但依然含有尼古丁,具有高度成瘾性和依赖性。此外,市面上的电子烟质量参差不齐,成分不清,不仅危害性难以估计,而且很难达到戒烟的目的。

美国也有研究发现,吸食电子烟一样会成瘾,且电子烟的烟油成分仍未受管制。“其实,吸电子烟跟卷烟一样,还是保持吸烟的行为习惯。习惯没有改变的话,彻底戒烟很难。”

4. 尼古丁是致癌物

尼古丁并非致癌物,而是成瘾物,真正让烟草成为健康杀手的是烟草被燃烧时产生的有害物质,如焦油、一氧化碳和多种其他金属化合物等。

国际上,甚至将尼古丁作为戒烟的药品,将其制成贴片、含片、口香糖等,让使用者既能感受到那种类似吸烟的“过瘾”的感觉,又不会导致癌症。

5. 低焦油等于低危害

低焦油量香烟的危害并不比普通的香烟低,焦油降低不表明其他致癌物也降低,毒理学研究证明,焦油量下降时,焦油中的某些强致癌物并未减少。此外,焦油降低后,吸烟者为了维持血液中尼古丁的浓度,会采取“补偿行为”,吸得更深、吸的量会更多。随着吸烟次数和量的增加,吸入烟草中的其他有害物质也会增加。

(内容部分摘自中国控制吸烟协会)