

# 吃感冒药的这几个误区 你避开了吗？

记者 刘威

近期,季节交替,气温忽冷忽热,流感等上呼吸道疾病多发。很多市民感冒后,习惯自己到药店买药吃;有些人为了加快康复速度,会自行加大药量;还有些人发现吃一种药似乎没什么效果,干脆几种感冒药混搭着吃。殊不知,这些做法都可能对肝肾造成不可逆转的损伤。

感冒很常见,吃感冒药的误区也很多。本期,宁夏回族自治区人民医院临床药师王基云为大家科普了感冒药使用中的几种常见误区。



资料图片

## 误区 1 感冒药加量吃

近日,30岁的银川市民王先生感冒后自行购买了新康泰克。该药的说明书上建议每日用量不超过2粒,但为了增加疗效,王先生一天吃了6粒。3天后,他出现恶心、乏力、皮肤发黄的症状,就医后被诊断为药物性肝损伤,需住院治疗。

王基云提醒说,许多感冒药(如新康泰克、泰诺等)中含有对乙酰氨基酚(扑热息痛),如果同时使用两种或以上含有对乙酰氨基酚的药物,容易造成对乙酰氨基酚摄入过量(>2g),从而导致急性肝、肾损伤,严重的甚至会引起肝肾功能衰竭甚至死亡。

## 误区 2 感冒药混搭吃

29岁的张轩(化名)是银川一家企业的职员。前段时间,他出现鼻塞、发烧、咳嗽等感冒症状。“手头还有一些比较着急的工作没完成,想着让感冒快点好,就把快克、布洛芬、感冒通3种感冒药一起吃。”但连续3天同时服用3种感冒药后,张轩的感冒症状并没减轻多少,还出现乏力、恶心呕吐、尿量减少、皮肤黄等症状。

家人赶紧送他到医院,最后

他被诊断为严重的肝、肾功能损伤。“我们排除了其他病因,考虑患者是同时使用几种作用相似的解热镇痛药物导致的肝肾损伤。”接诊医生表示。

对于这个病例,王基云解释说,大部分感冒药都是复方成分,不同感冒药可能含有相同成分(如对乙酰氨基酚、伪麻黄碱、布洛芬等),如果几种感冒药混搭着吃,就可能造成药物成分重叠、过量,增加对肝肾功能的损害。

## 误区 3 吃感冒药能预防感冒

感冒药能够缓解感冒引起的头痛、流涕等症状,减轻患者的身体不适。在感冒高发期,或者身边有人感冒了,一些体弱的人会想着自己先吃点感冒药预防一下。“这种行为是错误的。感冒药

并不能预防感冒,而且没有任何药物可以预防感冒。只有通过提高抵抗力来预防感冒,平时多锻炼、营养均衡搭配、注意不要着凉。此外,流行性感冒可以通过疫苗注射来预防。”王基云表示。

## 误区 4 一感冒就吃抗生素和抗病毒药

也有不少市民认为,只要感冒了,吃点抗生素和抗病毒药总是没错的。然而,很多人不知道的是,感冒也分为多种类型,包括病毒性感冒、细菌性感冒、流行性感冒等,不同的分类应该使用不同的感冒药物。

例如普通感冒多由病毒引

起,一般可自愈;流感可按需选用抗流感病毒药物如奥司他韦、玛巴洛沙韦等;只有确诊合并细菌感染才需使用抗生素,比如大家熟悉的xx西林、头孢xx、xx沙星都是抗生素。不要一感冒就使用抗生素,否则可能诱导细菌耐药,还会出现各种不良反应。

建议

## 科学选用感冒药

1

● 遵医嘱服用感冒药,避免自行联合用药,尤其是有慢性基础疾病患者和需要使用中成药的患者,服用感冒药前需咨询医生。

2

● 服感冒药前注意看清楚药物成分表,避免相同成分的药物叠加超量服用。

3

● 退烧药物连续服用不宜超过3天,服用止痛药物不宜超过5天。

4

● 关注服药期间的身体信号,如出现恶心、尿量减少、水肿、皮肤黄染等症状,请立即停药就医。

小贴士

## 特殊人群 服用感冒药有讲究

肝肾功能不全患者、长期饮酒人群、有基础疾病者、孕期及哺乳期女性,使用感冒药更应慎重。例如:有“氨酚”字样的感冒药,含有对乙酰氨基酚成分,严重肝肾功能不全者禁用,有胃溃疡患者也应慎用;青光眼、前列腺肥大患者应慎用含扑尔敏、苯海拉明的感冒药,以免引起眼压增高,加重排尿困难;有“烷胺”字样的感冒药含有金刚烷胺成分,该药主要经过肾脏排泄,肾功能异常患者需要注意减量。癫痫、1岁以下儿童、处于哺乳期妇女,应禁用含有金刚烷胺成分的感冒药。

## 误区 5 中成药类感冒药可以随便吃

### 中成药类感冒药可以随便吃

中医将感冒按症状特点分为风寒感冒、风热感冒、流行性感冒、暑湿感冒、体虚感冒5种类型。故出现感冒时,应根据其症状特点选择相应中成药,切不可乱用药。

● **风寒感冒**。多见于冬春季节,症状特点是怕冷明显、低热、头痛、肢体酸痛、鼻塞、鼻痒、打喷嚏、鼻涕清稀、咳嗽、痰白、舌苔薄白。治疗可用感冒清热颗粒、荆防颗粒、通宣理肺丸等。

● **风热感冒**。多发于春秋季节,症状特点是发烧、体温较高、头胀痛、四肢无力、咳嗽黄痰、舌苔黄、舌尖红。治疗可用桑菊感冒片、双黄连口服液、板蓝根颗粒等。

● **流行性感冒**。症状特点是高烧、怕冷、寒战、头痛剧烈、全身酸痛无力、咽喉肿痛、舌红、苔黄。治疗可用莲花清瘟胶囊、清热解毒口服液、抗病毒口服液等。

● **暑湿感冒**。多见于夏季,症状特点是怕冷发热、汗出而热不解、肢体酸重或疼痛、头痛头胀、鼻流浊涕,或口中黏腻、胸闷胃胀、恶心呕吐、腹痛腹泻等。治疗可用藿香正气水、保济丸、午时茶等。

● **体虚感冒**。症状与风寒感冒类似。患者平常体质虚弱,易反复感冒。治疗可选用玉屏风颗粒、参苏理肺丸、人参败毒散等。