

这些错误用药方法 老人请远离

记者 刘威

生活中,很多老年人常多病共存,需要服用多种药物。但是,老人吃药不是“随便吞一片”的小事,每个小细节都可能关乎健康。本期,宁夏回族自治区人民医院药学部临床药师王基云盘点了老人常犯的几个用药误区,建议老人和家属要牢记。



本版制图:蔡廷(豆包AI)

误区1 药片掰开或嚼碎了吃

70岁的赵叔确诊胃溃疡后,医生给开了奥美拉唑肠溶片。他觉得嚼碎了药能更快到胃里,药效好,就每次都嚼着吃。但吃了几天药后,胃疼、烧心的情况更严重了。复诊后,了解到赵叔的吃药方式,医生指出了错误:肠溶片外面有层抗酸“保护衣”,能让药躲过胃酸,顺利到达肠道再溶解。药被嚼碎后,“保护衣”破了,药在胃里就被胃酸破坏了,不仅没法治溃疡,还会刺激胃黏膜,加重胃痛、烧心。

有些老人因为吞咽困难,就把药片掰开或嚼碎了吃;或者打开胶囊倒出药粉冲着喝……这样的吃药方式可能会直接影响药效的发挥,甚至会对身体造成伤害。

王基云具体解释,有些药物剂型必须完整吞服,不宜掰开或嚼碎服用:比如缓释、控释片和胶囊,嚼碎吃会使药物量瞬间全部释放,不仅无法达到长时间的治疗效果,甚至可使血药浓度突然升高,造成不良后果;肠溶衣片,溶解后容易使胃黏膜受到损伤,形成药物性胃炎甚至造成上消化道出血而危及生命;普通胶囊、胶丸,随意掰开倒入水中溶化服用(除说明书上特别注明)会刺激消化道黏膜。

误区2 漏吃一顿药就补双倍

家住金凤区的刘叔患有糖尿病,每天要吃降糖药。有天白天老人忘了吃药,晚上想起后,觉得“少吃一顿药得补上”,就一次吃了两倍的药量。结果半夜刘叔突然浑身冒冷汗、心慌,测血糖只有3.2(正常 ≥ 3.9),差点低血糖休克。就医后医生告诉刘叔:漏吃降糖药后补双倍,会让血糖降得太狠,严重时可能昏迷。

“漏服药后切忌下顿的剂量加倍补服。”王基云提醒,特别是降糖药和降压药,过量服用容易引起低血糖、低血压等。通常,对于那些需要严格维持治疗药物浓度的疾病患者,如癫痫,漏服对病情影响很大,应尽早补服。而绝大部分慢性病患者,因为长期服药,体内已形成了稳态的血药浓度,偶尔漏服一次对于病情的影响不会很大,这种情况只需到下次服药时按平时剂量服用即可。

误区3 用牛奶或者果汁送服药

67岁的张阿姨最近被确诊为高血压,每天早上需要吃硝苯地平控释片。她觉得空腹吃药刺激胃,就用热牛奶送服。可最近测血压,发现血压仍然高。医生了解情况后告诉张阿姨:“问题出在牛奶上,牛奶里的钙会和硝苯地平结合,形成难吸收的沉淀物,药吃进去没被身体吸收多少,自然控制不住血压。”张阿姨换成温开水送药,血压很快稳定了。

为了减少苦味,有些老人喜欢用牛奶、果汁等来送服药物。但王基云提醒,“送药的最佳选择就是白开水。有些药物用牛奶送服,会影响药效。因为牛奶中含有较多钙、蛋白质、氨基酸、酪胺。钙离子能与抗生素、铁剂、重金属离子等药物在肠道内形成不溶性络合物,会影响药物吸收,导致疗效减弱。牛奶中的蛋白质也可降低茶碱类药物的疗效。另外,果汁中富含果酸,服用布洛芬、复方阿司匹林、黄连素等药物时,饮用酸性果汁会加速药物溶解,损伤胃黏膜。”

误区4 盲目跟风用药

近日,62岁的李全(化名)血压突然飙升至180/100mmHg,头晕得站不稳。就诊后,医生细问之下才知道,原来老人最近在家测量血压有点高,听邻居说一款降压药效果好,便自行购买服用,没想到反而引发血压飙升。

王基云提醒,每个人的病情、肝功能、药物过敏史存在个体差异,即便是同一种疾病,用药剂量、种类也需“量身定制”。邻居的“特效药”也可能成为你的“风险药”。如需服药,需严格遵医嘱,不要盲目跟风。

误区5 身体疼痛随意吃止痛药

70岁的张叔,有关节疼痛的老毛病。从年初开始,张叔关节疼痛突然加重,他没去医院,而是到药店买了止痛药。吃了止痛药后,疼痛确实有所缓解,他就继续吃。但前段时间,张叔出现恶心、呕吐的症状,甚至吐出了暗红色的液体。家人赶紧把他送到医院,一检查,原来是因为长期自行服用止痛药,张叔出现了严重的胃溃疡和胃出血。

对此,王基云表示,“一些常用止痛药,如布洛芬、阿司匹林、双氯芬酸,都属于非甾体抗炎药,很多人头痛、关节痛时会自行服用。但这类药在止痛的同时,可能给身体脏器带来‘隐形风险’。长期服用或过量服用非甾体抗炎药,可能会有胃肠道损伤、肾功能损害、血液系统异常、过敏反应等危害。如果确实需要使用止痛药,一定要严格按照医生的嘱咐吃。”

误区6 自行联合用药、重复用药

今年68岁的李阿姨,曾因冠心病心脏放了3根支架。今年3月,李阿姨听邻居说“XX通胶囊”疏通血管效果好,就去药店买来吃。今年5月,李阿姨又在药店买了三七粉每天吃。结果几天后,李阿姨出现了鼻出血、尿血。就医后李阿姨才知道,原来“XX通胶囊”中的成分三七总皂苷就是从三七药材中提取的,再吃三七粉就属于重复用

药。而且,李阿姨还同时服用了抗血小板聚集的阿司匹林肠溶片,所以出现鼻出血、尿血。

王基云提醒,活血化瘀类中成药因具有改善血液循环、缓解疼痛等广泛适应证,是许多老年人常用的药物,但服用这些中成药往往也有出血风险,尤其是与具有“活血、抗血小板、抗凝”作用的药物联合使用,更易增加出血风险。

