

饮水对药的影响

吃药喝水是再自然不过的事,但仅喝两三口水的服药方法是错误的,正确的方法是用两百毫升温水送服药物,饮水量相当于喝1杯水。但服用解热镇痛药、抗生素、抗结核药这三类药物时,需要喝更多的水,以免造成肾损伤。

解热镇痛药——喝水“稀释”药物毒性

服用快克、百服宁等含解热镇痛成分的抗感冒药,或服用芬必得等抗炎镇痛药的患者,如需要大剂量或是长期服用,可能会造成部分患者肾损伤,此时就要通过多喝水来“稀释”药物毒性。

抗生素——治腹泻时喝点盐水

庆大霉素、阿米卡星等抗生素常用于治疗腹泻,服用这些药物时同样应该多喝水。需要强调的是,如果因发烧、拉肚子造成体内缺水,可在饮用水中加点盐,补充体液及血容量。尤其是老年人和儿童,由于他们的生理性肾功能衰退或发育不健全,要减少用药,增加日常饮水量。

抗结核药——多喝水避免尿液结晶

氨基水杨酸、利福平等抗结核药,很容易在尿液中析出结晶从而损害肾脏,因此服用这类药物时也需补充大量的水分。另外,用于治疗水痘、疱疹等阿昔洛韦之类的抗病毒药是经肾脏由尿液排出体外,如果药物排泄障碍会加重肾脏负担,严重时还会出现蛋白尿等症状,同样需要患者多喝水,以免引起药物不良反应。

绿茶送服降压药更有效

虽说通常的服药方法是用温水送服,但以下特殊情况用不同的汤水送服药物,反而有助于药效发挥:

- 绿茶水送服降压、利尿的西药;
- 淡盐水送服六味地黄丸、杞菊地黄丸等中成药;
- 热姜汤送服藿香正气丸、香砂养胃丸等中成药;



● 热米粥送服调理脾胃的中成药。

饮料送服药物很危险

牛奶、果汁、可乐等饮料会与药物发生相互作用,影响疗效,而且很危险。例如,用果汁或酸性饮料送服复方阿司匹林等解热镇痛药和黄连素、乙酰螺旋霉素等糖衣抗生素,会加速药物溶解,损伤胃黏膜,重者可导致胃黏膜出血;送服氢氧化铝等碱性治胃痛药,会使酸碱中和,导致药物完全失效;送服复方新诺明等磺胺类药物,则降低药物的溶解度,易引起尿路结石;若用茶送服治疗贫血的铁剂,茶中的单宁酸就会与铁结合,减弱药效。

(据《家庭保健报》)

本版主持人
医疗·健康新闻部主任:王淑云
电话:13939258016
E-mail:yjkkwb@163.com



宫颈糜烂 须及时治疗

患者问:我43岁了,最近腰酸酸痛,白带增多、颜色发黄,医生说是患了宫颈糜烂,请问有什么好的治疗方法?

爱民医院妇科专家张淑利答:宫颈糜烂是女性常见的一种生殖器官炎症,已婚和未婚女性都可患上宫颈糜烂。曾有一位患中度宫颈糜烂的患者,用了激光、冷冻、微波诸多治疗方法都没彻底治愈,她因此害怕自己患上宫颈癌。其实,发生癌变的原因一是遗传因素,二是炎症长期不愈导致癌变。激光、冷冻等都属于早期的物理治疗方法,它们只能将表面的病变组织清除,而深层的病灶还留在宫颈内,不但会复发,无法彻底治愈。此外,患者年龄偏大,抵抗力和身体机能减弱也是造成宫颈糜烂难以治愈的一大原因。宫颈糜烂不及时彻底治疗会发展成重度宫颈糜烂,是极易诱发癌变的。

市爱民医院拥有先进的微米光和LEEP刀技术,治疗中度、重度宫颈糜烂仅需十几分钟。LEEP刀技术不仅治疗时间短、副作用小、无须住院,且不会改变宫颈的原有生理状态,即使未生育的女性一样可以放心使用,治疗时还可取标本做TCT宫颈防癌细胞学检查,TCT宫颈筛查是目前国际上对宫颈病变及宫颈癌早期检测、诊断的最新技术。

专家提醒:全世界每年有20多万名妇女死于宫颈癌,成年女性每年至少应做一次全面妇科检查,98%以上的宫颈病变患者体内都能检测到HPV。宫颈细胞变异发展为宫颈癌一般需要6年至8年,患者一般无明显症状,常在治疗时被发现,但往往已是晚期。因此,女性朋友应该定期检查,及早发现、及时治疗。

专家热线:3326120

应高度警惕 乳房肿块及红肿疼痛

今年46岁的张女士,因患乳腺癌不得已将一侧乳房切除,这使爱美的她痛苦不已。她对此疾病能发展到这样的结果,十分后悔。当初,她发现乳房上有一个小疙瘩,以为是乳腺结节属正常现象,没有重视,更不要说去医院检查了,等她感觉到乳房疼痛后,才去就诊。经检查,其乳腺肿块已发展到乳腺癌中晚期,她不得不接受乳房切除的乳腺癌根治手术。

爱民医院外科乳腺专家柴文豪介绍,如今患乳腺癌疾病成为女性最大的“健康杀手”。我国每年有50多万名妇女患乳腺癌,20多万妇女死于乳腺癌,特别是25岁~35岁的患者大幅增长。除乳腺癌外,其他常见的乳腺疾病有乳腺囊性增生、乳腺纤维腺瘤、乳腺炎等,且发病率很高。造成这样的原因有许多,如女性承担的压力越来越大;生活无规律;女性生育年龄偏大、产次下降;环境污染和激素、农药在食品上的残留物影响等,这些都使乳腺癌的发病率和死亡率猛增。

爱民医院从关注女性健康出发,购进先进的用于乳腺检查的钼靶机,开设乳腺病专科门诊,实行专病专治。女性朋友们,关爱自己从关爱乳房开始,不要忽视乳房疾病导致的严重后果。

专家提示:女性要注意乳房情况,要对自己乳房大小和形状变化,如静脉过分突起、肿块及红肿疼痛、乳头有分泌物或是皮肤起皱等情况保持警惕。如果发现任何异常,应立即就医。

专家热线:3326120

鹤壁市健康教育中心
保健与健康讲座

滋阴润燥“秋滋味” ——为您推荐秋季养生食谱

金秋时节,随着气温下降,人们烦躁的情绪也随之平静。秋季是人体抵抗力较弱的时候,也是养生保健的重要季节。

秋季养生重在滋阴润燥,通过饮食就能达养生目的,下面就为您介绍适合秋天吃的美味佳肴。

养阴——山药炒木耳

俗话说:“春夏养阳,秋冬养阴。”秋时阴收,冬时阴藏。秋冬之时燥邪为患,易伤阴,故秋冬之时宜服用滋阴之品。

辛辣之物易生内热,酒易生湿热,饮食过多则伤阴。因此,秋冬既要避免燥邪,又要避免吃太多辛辣食物和过量饮酒,以防伤阴。

原料:山药1段,水发木耳5朵,蒜2瓣,盐、鸡精、油少许。

做法:将山药去皮、洗净,切片备用;水发木耳洗净,摘小朵备用;把蒜剁成末;烧一锅水,然后将山药片放入,焯30秒后捞出备用;热锅倒油,放入蒜末爆香后,加入焯好的山药片炒半分钟,加入木耳一起炒熟,加盐、鸡精调味即可。

滋补——鲫鱼豆腐汤

秋季滋补适合吃营养高的“厚味”佳肴,但要注意,不要选择胆固醇含量过高的食材烹饪,清补更可取。

原料:鲫鱼1条,豆腐1块,姜3片,葱2段,油、盐、胡椒粉、料酒、鸡精少许。

做法:鲫鱼收拾干净,用盐和料酒稍腌待用;豆腐切成1厘米厚的方块,将砂锅烧热,放入少量油,将鲫鱼放入,煎至两面呈金黄色,放入葱、姜,倒入适量的开水,加盖,烧开后转小火煲40分钟,加入豆腐,再煮5分钟左右,加盐、胡椒粉、鸡精调味即可食用。

润肺——银耳莲子羹

秋季万物收敛,肺气内应,养生应以养肺为主,选择食用生津润肺的食物,可补充人体水分,达到润肺止咳、清心安神的功效。

原料:干银耳15克,莲子50克,枸杞5克,冰糖100克。

做法:干银耳泡水2个小时,拣去老蒂后撕成小朵,加4杯水蒸30分钟取出备用;莲子煮熟;将银耳、莲子、枸杞加入开水放入

炖盅中,加冰糖放蒸半个小时即可。

润燥——番茄烧菜花

秋季是气候由潮湿向干燥过渡的阶段,食养贵在润燥。

原料:菜花500克,番茄1个,番茄酱2大勺,葱花、盐、白糖、水淀粉少许。

做法:菜花去根切成小朵洗净;番茄洗净切丁;锅中放入适量热水,大火烧沸后将菜花放入焯2分钟,捞出沥干待用;中火将油烧至六成热时,将葱花放入爆香,随后放入番茄丁翻炒片刻,再加少许清水大火烧沸,小火将番茄炒至软烂,将焯好的菜花放入锅中,翻炒均匀,调入番茄酱翻炒几下,然后放盐和白糖翻炒均匀,最后勾少量水淀粉,待汤汁收稠后即可。



梦幻可视无痛人流术3分钟 轻松解决意外怀孕烦恼

可视 无痛 微创 安全 快捷 保宫

该技术具有定位准确、安全性高、手术时间短等优点,是迄今为止对身体伤害最小的人流术,并可提前10天终止妊娠,是目前摆脱意外怀孕烦恼的首选方案。

不伤宫颈,身体恢复快,不影响工作和学习;术后采用短波治疗,迅速恢复子宫肌理,不影响生育。
开展处女膜修补术、阴道紧缩术。

爱民医院 24小时
意外怀孕援助热线: 3326120

无痛包皮、包茎环切术

让男人从此“抛头露面”摆脱束缚

微创·无痛·恢复快·费用低

包皮过长和包茎是先天的发育异常,包皮过长是指包皮遮盖阴茎头部,只有用手将包皮上翻,或当阴茎充分勃起时阴茎头和冠状沟才能露出来;包茎是指包皮口过小、过紧、不能上翻或勃起时不能露出龟头和冠状沟。

微创包皮、包茎环切术的优势:

1. 手术只需几分钟,安全、无痛、微创、手术效果好;
2. 随治随走,不用住院,不影响正常工作和生活;
3. 一次治疗,“性福”一生,术后有效提高性生活质量;
4. 有利于防止性传播疾病感染,并对早泄有一定的辅助治疗作用。

专家康复热线:0392-3326120

治疗痔疮不开刀 十分钟轻松除痔

【微创 微痛 愈合快】

由经验丰富的主任医师张志刚亲诊

诊疗范围:痔疮、肛瘘、便秘、肛乳头瘤、肛周脓肿、直肠脱垂、肛乳头肥大、结肠炎、直肠息肉等疾病。

爱民医院引进目前先进的等离子肛肠治疗仪,微创技术,治疗时间短,出血少,几乎无痛,恢复快,无后遗症,治疗效果良好。

爱民医院咨询电话: 3326120