



鹤壁市健康教育中心、保健与健康讲座

家庭药箱 安全度夏

核心提示

过了夏至,一年中最热的时候就到了。气温高、湿度大、光线强,在这种环境下,药品很容易变质。赶紧打开家里的小药箱,看看哪些药喜凉怕热,给它们找个安全“避暑”的好地方吧!

药物保存不当危害大

不同药物有不同的“环境天敌”,空气、温度、湿度、紫外线、包装容器和昆虫、微生物是主要的“捣乱分子”。

片剂最怕湿。片剂中含有淀粉等辅料,容易吸湿而产生碎片、潮解和粘连。糖衣片吸潮后会出现花斑、变色,甚至发生膨胀和霉变,不仅让药效大打折扣,有时还会出现毒副作用。比如阿司匹林,吸潮后会分解成水杨酸和醋酸,具有高浓度的酸性,变质药品会散发醋酸味,对胃肠道刺激很大,可能会诱发胃黏膜出血。易受潮的还有酵母片、葡萄糖酸钙等。

[建议]密封保存,每次服用完,要把盖拧紧。如果环境潮湿,可以用软木塞塞住瓶口,也可用空调、吸湿剂等除湿。

维生素类怕光。西药基本都是化学制剂,阳光中的紫外线会加速其变质,药效也会降低。比如常用的维生素C和鱼肝油遇光后药效会降低;硝酸甘油作为心脑血管疾病患者的急救药物,如果不避光避热保存,会失去药效而延误病情;还有抗生素类、注射剂药品等也是如此。

[建议]这些药品需要避光储存,避免放在窗台等阳光直射的地方。

胶囊怕热。研究发现,药物的化学反应会随温度的上升而加快,温度每上升10℃,化学反应速度就加快2倍~4倍。胶囊受热会出现软化、粘连等现象;眼药水会产生絮状物、霉变、结晶等;冲剂受热容易发黏、结块、生虫;栓剂多用于插入肛门和阴道中,在人体37℃的体温下逐渐被吸收,在酷暑中很容易发生变质;一些特殊药物,如胰岛素、丙种球蛋白等,应该放在2℃~10℃的冰箱中冷藏。

[建议]怕热药品要严格按照说明书上的储存条件进行保存。室温一般是指10℃~30℃;阴凉处指不超过20℃,冷处是指2~10℃。药品一旦发生颜色或形状的改变,就别再服用,但栓剂在高温下软化后,冷藏冰箱中还能用。

糖浆怕冷。把糖浆放在冰箱里,会使其出现沉淀、结晶,让药物浓度不均匀,服用时剂量不准确,还会影响疗效。如果是皮肤外用乳膏剂,一旦温度过低,会导致基质分层,影响药效。

[建议]这些药都放在室温下保存即可。开封的糖浆一定要盖好盖子,以防产生微生物,用多少取多少,只能倒出,不要往回倒。

中药最怕虫。中药多为膏、丹、丸、散类制剂。制作这些药物时常添加蜂蜜,所以特别招虫子。

[建议]按照医嘱保存,注意防潮、防霉,冰箱如果没有控湿功能,不宜存放中药材。

药物变质的信号

- 胶囊剂:**出现软化、粘连、变形、破裂、产生气体等;
- 片剂:**出现裂片、花斑、暗影、异物斑点、变黄、发霉、松散、粘连、有异味等现象;
- 散剂、冲剂:**粉末气味异常,有吸潮、结块、发霉、变硬等现象;
- 丸剂:**有变形、变色、裂缝、霉变、虫蛀等现象;
- 合剂、糖浆剂:**出现酸败、异臭、浑浊、沉淀、变色、颗粒等现象;
- 生物制品:**液体的有变色、异臭、摇不散的凝块或异物,冻干生物制品有融化现象;
- 软膏剂:**变得不均匀、不细腻,有霉变、酸败、分离等现象;
- 注射剂:**出现变色、生霉、沉淀、白点或结晶析出等现象。

药品储存四大误区

药品储存绝不是简单地把它们堆放在一起,而是需要分门别类、妥善保存。储存药品要避开以下四类误区。

- 1.不看说明书。每一种药品都有特定的储存条件,看说明书时,要特别注意“室温、阴凉、冷处”等字眼。
- 2.不同药物堆放在一起。每一种药品的包装材料和容器都经过了严格测试——阻隔性能好、让药品安全无毒。但有些老人为了吃药方便,喜欢把一天或一个礼拜的药拿出来,放在一个小药盒里,但这种小药盒不能达到安全标准。因此,

尽量不要丢弃药品原来的包装。

- 3.药物只要在保质期内即可放心服用。即使在保质期内,吃药前也得看药品是否变质。很多药品一旦开封,保质期就会缩短,比如眼药水,一般建议最多保存1个月。
- 4.药品在家中随意放置。药品保存首要原则就是避光、避湿、避热,因此厨房和卫生间都是不适合的保存场所。另外,药品与杀虫剂、清洁剂等化学用品不能一同储存,应该将其放在孩子不能伸手拿到的地方,以免误服。

小贴士

同一种药,也得看标签

影响药物稳定性的因素除了药物本身的理化性质,还包括药物的晶型、处方工艺、辅料等,所以同一种成分的药物常常会有不同的包装和储存条件。比如抗血小板药物氯吡格雷分为晶型I和晶型II。晶型不同,药物热力学稳定性不一样。I型在阴雨天容易返潮发黄,一定要做好防潮。因此,即使购买同一种药,也要看清标签。

建药品档案

建一张药品明确卡,将药品分门别类。可先将储备药品分内服、外用两大类;再按药品名称、用途、用法、用量、注意事项、失效期等制成表单,一旦需要即可查表,方便又安全。

3个月整理一次药箱

经常查看药品是否过期或变质。每隔3个月左右,最好将家庭药箱检查一遍,一旦发现药品变质、潮解、霉变或过期,需及时清理。

(据《生命时报》)



上海抗肿瘤新药 广受好评

近期,上海成功研制出首个可替代手术和放疗的抗肿瘤中药新药——枫苓合剂的消息见报后,读者反响强烈。据那些服用新药的患者反映,其疗效实在令人折服。

上月,郑州咨询中心又传来好消息:肝癌患者林天宏的肿块又缩小了,现在只有5.0cm×4.5cm。

今年51岁的林天宏,2004年因肾衰竭做了肾移植手术。然而,命运对他的考验远没有结束,2010年1月,经省肿瘤医院MRI检查,林天宏右侧肝脏有6.5cm×6.0cm的肿瘤。经分析对比,林天宏开始服用上海医保抗肿瘤新药枫苓合剂。1个疗程后,经医院肝CT复查,林先生肝内的肿块为6.8cm×5.7cm,病情已经得到控制。接下来,林天宏坚持按时按量服用。服完两个疗程后,B超显示,林天宏肝内肿块正进一步缩小。

林先生开心极了,原来同病房的病友在他的鼓舞下,也纷纷用上了这种药。

相关链接

据悉,枫苓合剂可以治疗肝、肺、胃、胰腺、食道、贲门、直肠、鼻咽、乳腺、膀胱、前列腺、宫颈、卵巢、肾等处的肿瘤,效果非常好,许多患者使用后,肿瘤很快缩小了。

为了让患者能尽快用到此药,安阳市春霖大药房(海鑫购物广场南侧)已成立枫苓合剂专家咨询服务处。

专家预约热线:0372-5065712



慢性肾衰患者饮食上注意什么

健康周刊QQ群网友“身未动,心已远”问:我妈妈患有慢性肾衰,饮食上应注意什么?

京立医院肾内科主任医师聂玉清答:肾病患者应摄入低脂、低盐、低蛋白的食物,尽量不要摄入植物蛋白,如豆类等。动物蛋白的摄入量也应控制。
晨报记者 范丽丽

针灸能治愈股骨头坏死和强直性脊柱炎吗

健康周刊QQ群网友“秋雨”问:针灸能治愈股骨头坏死和强直性脊柱炎吗?

鹤壁总院骨科主任李成祥答:强直性脊柱炎是免疫性疾病,股骨头坏死是世界性难题,仅靠针灸疗效欠佳。建议患者去正规医院就诊。
晨报记者 范丽丽

久待空调房为何关节疼

健康周刊QQ群网友“天气影响心情”问:我经常感到膝关节疼痛,做了类风湿检查,结果正常。但在开着空调的房间里待久了,膝关节就会疼,这是怎么回事?

鹤壁总院骨科主任李成祥答:引起膝关节疼痛的原因有很多,比如膝关节退行性病变、半月板损伤等,建议到我院骨科就诊,对症治疗。
晨报记者 范丽丽

去哪儿购买米氮平片

市民蔺先生患抑郁症多年,需长期服用米氮平片,因该药限量购买,他要多次去新乡买药,十分不便。小丽咨询了我市多家药房均无该药,哪位读者知道何处有卖此药,可拨打电话3322234与小丽联系。
晨报记者 范丽丽

您有什么健康方面的疑问和问题?您想了解哪家医院的专科水平?都可以拨打鹤壁日报社医疗健康新闻部的电话3322234或者加入《淇河晨报》健康周刊QQ群(群号:135790073)进行提问,小丽帮您解答。已经咨询过小丽并去医院治疗过的读者,欢迎来电或者加入QQ群反馈您的治疗效果,与广大读者分享。