

这些药千万不要混着吃

近日,我遇到患者陈先生,他的血液循环不佳,为避免栓塞,遵医嘱服华法林片;因为感冒头痛,又自行吃了阿司匹林片,结果出现血便,被确诊为胃溃疡出血。其原因是他所服用的两种药都有阻止凝血的作用,人为增加了药效,损伤了胃部。为尽可能避免混合用药造成的危害,我结合临床经验,总结了几个最常见误区——这些药千万不要混着吃!

抗凝药+止痛药 抗凝药物会阻止凝血因子合成,预防血栓;止痛药可避免血小板细胞聚集。二者作用类似,前者是阻止凝血,后者是延长凝血时间,同时服用会有加乘效应,引发患者内出血,若不慎外伤,

还可能血流不止。常见抗凝药有华法林、利伐沙班片、阿哌沙班片等,常见止痛药有布洛芬、双氯芬酸钠、阿司匹林等。

抗凝药+活血中药 有血栓问题的患者,除了抗凝药与止痛药不能同用以外,还要注意抗凝药别跟中药混吃,否则可导致内出血。原因是许多中药有活血化瘀的功效,会增加抗凝效果。常见的活血中药有当归、川七、红花、参类(人参、红参、丹参)、银杏等。此外,某些保健食品如蔓越莓锭、辅酶Q10、葡萄糖胺,也具有抗凝血的作用,患者在服用抗凝药时,不宜服用。

止痛药+感冒药 许多常见的头痛药、感冒药、退烧药和

止痛药含有对乙酰氨基酚,如果自行用药,需高度警惕对乙酰氨基酚摄取过量。过量服用对乙酰氨基酚会增加肝脏负担,甚至导致肝衰竭。常见含对乙酰氨基酚的感冒药有酚麻美敏片、酚麻美敏混悬液、氨酚伪麻美芬片等。

降血压药+抗鼻塞药 高血压患者尤其是规律服用降血压药的患者出现鼻塞不适时,切忌使用抗鼻塞药或鼻用喷剂。因为这类抗鼻塞药中常含有减充血剂的成分,这会导致血压上升,影响降血压药效。常见的抗鼻塞药包括含麻黄碱素类药物,如复方桔梗麻黄碱糖浆、氨酚伪麻胶囊、氨酚伪麻那敏片、麻黄碱滴鼻

液等,鼻用喷剂主要是指含激素类的喷剂。

抗菌药+益生菌 抗菌药会杀掉细菌(包括好菌种、坏菌种以及改善肠道功能的益生菌)。若服用抗菌药的同时服用益生菌,那么益生菌只会“白白送死”。服用这两种药应相隔1小时至2小时。

其实,可以发生相互作用的药物有很多,不过大多属于较轻微的反应,只要听从医师和药师的指导,保持警觉性,就能有效规避风险。若实在不能确认又不便就医时,建议在服用2种不同药物时,间隔1至2小时。(清华大学附属北京清华长庚医院药学部主任药师 毛乾泰)

● **温馨提醒** ●
报纸好看,也不要一口气全读完。读了半小时,请休息5分钟。

换瓣后心脏有杂音正常

张先生做了心脏换瓣手术后,时不时会听到心脏发出像钟表“滴答滴答”的金属音。换瓣后心脏会有什么杂音?

做心脏换瓣手术时,由于置入的人工瓣膜口径比正常人的生理瓣膜口径要小一些,因此,瓣膜置换后,有时可在心前区听到轻度杂音,这是瓣膜功能对病变的纠正和心脏功能恢复正常运作的杂音。其实手术后都会有杂音,一种是正常杂音,像张先生术后经超声心动图显示无瓣周漏,瓣膜活动及心功能恢复良好,说明瓣膜功能工作正常,患者不必担心;另一种情况是,如果心脏杂音发生变化,患者并伴有心悸、气短等症状,应及时就医,但这种情况较少见。(空军军医大学西京医院教授 苗继延)

夏天口干尿黄 玉米芯煮茶喝

天气越来越热,人们会感到口干口渴、食欲下降,小便短黄或涩痛不利。推荐玉米芯小麦茶:将2根玉米芯切成3—4段,30克浮小麦用小火炒至微黄焦香后,放凉。把玉米芯和炒过的浮小麦放进锅中,加水烧开后煮20分钟,代茶饮。(广东省佛山市中医院皮肤科主任医师 钟卫红)

一到清晨闹肚子,警惕“五更泻”

最近一年多,每到凌晨四五点,唐女士就会“准时”被一阵腹痛闹醒。这让唐女士十分苦恼。在排除器质性病变后,被确诊为“五更泻”。

江苏省中医院消化科主任徐陆周介绍,“五更泻”又称鸡鸣泻、晨泻,是一种反复发作性腹泻,多因肾阳不足、命门火衰、阴寒内盛所致。此症

多见于中老年人,男性多于女性。患者除了五更腹泻外,还伴有腹部畏寒、四肢不温、腰酸发凉、膝软无力、膝盖酸冷、精神萎靡、精力不济等。

夏季是一年中医气最盛的时候,此时借助外界的阳气,再配合一些温阳的方法治疗五更泻,可以有效祛除体内寒邪,收到较好的治疗效果。

对于五更泻的治疗,徐陆周建议以温补脾肾为主。常用方药选择根据病因病机而定,有针对肾阳虚泄泻的四神丸,针对脾阳虚泄泻的附子理中丸、脾肾双补丸,针对脾虚的资生健脾丸、补中益气汤等。同时配合温针灸、穴位敷贴等外治法,效果更好。(摘自《扬子晚报》)

种植牙专家解读:如何做到让高龄老人安全种牙

“口福行动”公益种牙再推30%—50%补贴政策,不限缺牙颗数! 报名热线:0731-85573666

“我今年88岁了,全口牙缺失,想做种植牙,但是很怕疼,是不是只能继续戴活动假牙?”“我和我老弟都想来‘口福行动’种牙,我78岁,老弟75岁,这么大年龄的老人种牙有风险吗? 做种植牙痛吗?”

“口福行动”公益种牙计划开展以来,几乎每天都有高龄老人前来咨询,问自己能不能种牙。他们迟迟没有种牙的原因很多是因为怕疼,怕自己年纪大了,身体折腾不起,恢复慢,无奈只能继续使用活动假牙。其实,现在口腔科技发达,医生临床经验丰富,种植牙技术实现了大飞跃,完全可以做到微创了,且一天内就能轻松实现戴牙、用牙。

80岁梁先生种牙怕痛,院长亲诊打消顾虑

“其实我十几年前就几乎缺失半口牙齿了,当时咨询过种植牙,一听说种植牙时间比较长,创口还是比较大的,当时就打退堂鼓,平时嘴巴里长个口腔溃疡都能把我痛得不行的人,怎么也不敢去种牙的。”家住长沙市侯家塘某小区的梁先生,今年80岁了,全口缺牙多年,备受吃饭难题困扰,他早就想来“口福行动”种牙了,可一直因为怕疼,不敢去现场咨询。近几年来,梁先生身边的几个老朋友都陆续地种上了新牙齿,看着他们吃东西牙齿特能使上劲,满口白牙十分自然美观,加上老朋友分享说,现在做即刻种牙腾出半天功夫就搞好了,于是他决定前来种牙。

“口福行动”资深种植牙专家谭建武院长了解情况后,亲自给梁先生诊疗。对于梁先生担心的种牙过程怕太疼的问题,他耐心解析:大多数人出于对手术疼痛的恐惧和手术安全的担心,一般会产生紧张、焦虑等心理问题,尤其像梁先生这类高龄老人,多数伴有高血压、心脏病、糖尿病及骨质疏松等多种全身疾病,会更担心种植牙手术安全问题,最好在老伴、子女或老朋友的陪伴下前来种牙,减轻心理焦虑。还可以听一下成功种牙街坊的亲身分享,如今口腔科技发达,医生临床经验丰富,种植牙技术与十几年前相比,完全可以做到微创少痛了。



力于帮助长者恢复一口好牙
“口福行动”高龄公益种牙,致力

即刻种牙:精准、微创、快速,一天种好牙

在打消心理疑虑后,梁先生决定种牙。谭建武院长为他制定了专属的种植方案,并实施了微创即刻种植技术,为梁先生种好了半口牙。术后梁先生感叹道:“除了打麻药稍微有些疼,种植牙过程真的几乎感觉不到疼痛,感到很意外!”

谭建武院长介绍,以前传统种植牙,确实是在创口处理上会有翻瓣、缝合、拆线等复杂的步骤,所以恢复比较慢、创口相对比较大、无牙等待期长,但现在采用的是微创的手术方式,创口微小,种牙时间也大大缩短了,关键是,现在还可以采取即拔即种的方式,在拔牙的同时植入种植体,一次手术完成拔牙、种牙、戴牙等所有项目,不需要等待拔牙后长达三个月甚至半年的恢复期,更快地让老年朋友拥有全新的牙齿,当天就能吃一些东西。

好评不断,40%到院患者为转介而来

像梁先生一样,不少高龄但身体健康的老人,幸福晚年啥也不缺,啥事也不愁,只遗憾口中少了一副好牙。及时修复牙齿,恢复全口牙的咀嚼能力,这个小小的改变对提高晚年的生活质量和幸福感至关重要。

要。而种植牙外观和咀嚼性能都媲美真牙,使用寿命可长达数十年,因之被医学界美誉为继乳牙、恒牙之后“人类的第三副牙”,备受口腔医学专家和全球缺牙患者的青睐。

“做种植牙,价格不是唯一的选择标准,高质量、安全、长期效果才是关键。我建议选择技术硬、口碑好、有丰富的临床经验医生的专业口腔机构,对我们老年人来说更有保障。”梁先生说,他准备介绍几位牙缺失的亲戚到“口福行动”恢复好牙力。

据统计,通过“口福行动”种牙的患者,40%以上是基于老患者介绍,大家都被谭建武院长精湛的技术、手术团队严密的安全保障以及医院温馨舒适的环境、贴心的服务所圈粉。“口福行动”公益种牙已在长沙开展5年多,口碑好,种牙有保障!

种牙不能报销,现在有补贴援助!

即日起至6月30日,“口福行动”定点机构长沙好大夫口腔(省市医保定点、湖南省老年保健协会理事单位、数字种植中心临床基地)面向湖南省18—90周岁、有牙齿缺失的市民开展发放种植专项医疗补贴金活动。

补贴内容:

- 1.种植牙术前检查费用全额补贴。
- 2.需做牙齿种植的市民,可向定点单位长沙好大夫口腔申请30%—50%的费用补贴,且不限缺牙颗数。
- 3.实行普惠政策与特惠措施相结合,半口、全口牙齿缺失者,种植牙补贴额度提高,可申请特惠专项援助(补贴50%)。
- 4.惠民质保:由国际六大种植牙厂家(奥美科、Astra、诺贝尔、登腾、NEO、皓圣)联合提供10年以上免费质保,指定进口种植体终身免费质保。
- 5.增设其他口腔项目补贴,为市民提供未纳入医保报销范围的看牙额外补贴(牙列畸形矫正、修复等其他治疗项目可报名详询)。

“口福行动”公益种牙全省报名,院长亲诊限量火爆预约中,报名热线:0731-85573666