

“降压药掰开吃致昏迷”冲上热搜

哪些药不能掰开吃,看看医生怎么说

近日,“女子把降压药掰开吃致昏迷”的词条冲上热搜,引发了公众关注。无独有偶,不久前,郑州二院也接诊了一名将降压药掰开吃导致血压波动伴头晕的患者。我国有高血压患者2.45亿人,安全用药问题极为重要。降压药为何不能掰开吃,如何服用才安全?郑州二院总药师、药学部主任张慧芝表示,高血压患者要注意自己服用降压药的类别,如为缓释片或控释片,切不可掰开,一定要遵医嘱服用。

专家:
少熬夜、不酗酒
远离高血压

降压药掰开服用瞬间释放高浓度药量

据媒体报道,福州40岁的张女士已有一年多的高血压病史,最近她的血压高达160/100mmHg。她以为是药量不够,于是将降压药掰开,吃了大半片。半小时后她忽然眼前发黑、冒

冷汗、脚软站不住,一下子瘫在沙发上,血压都快测不出来了。家人紧急送医,才发现出问题出在掰开吃的药片上。

原来,张女士服用的是硝苯地平

控释片,这种药物1片相当于3片普通硝苯地平片的剂量。一旦咬碎、掰开、研磨服用,大剂量的降压药会瞬间释放到体内导致血压忽然显著下降。

“近年来,来就诊的高血压患者年龄趋于年轻化,通过询问,发现部分患者多有熬夜、酗酒等生活习惯,或精神长期处于紧绷状态。”辽宁省沈阳医学院附属中心医院心血管内科副主任医师刘雯说。

据了解,高血压症状表现为头痛、头晕、失眠、耳鸣、肢体麻木、心悸等。但临床发现,不少高血压患者没有不适症状或症状轻微,甚至有部分患者直到出现脑出血、脑梗死、心力衰竭及尿毒症等严重并发症时,才发现自己患有高血压。

因此,日常血压监测很重要。国家卫生健康委提示,血压超过130/80mmHg以上应密切关注;未使用降压药物且非同日3次血压超过140/90mmHg,即可诊断为高血压。“一些年轻人存在认知误区,认为高血压是‘老年病’,便疏于对血压的监控和管理;有高血压家族遗传史的人群,更应该早监控,发现患病早干预、早治疗。”刘雯说。

那么,日常生活中应该如何预防高血压的发生呢?专家建议:坚持运动,以提升身体代谢能力,增强血管弹性,合理控制体重,避免过度肥胖;饮食方面多选择蔬菜、水果等低脂食物,每日盐摄入量不超过6克;保持良好心态,适当纾解情绪、释放压力,有利于平稳血压;少熬夜、不酗酒,以保障身体自我修复和调节功能正常运转。

对于已经患上高血压的人群,应坚持生活方式干预与药物治疗双措并举。“部分患者对长期服药心存顾虑,甚至自行减药、停药,或用保健品替代药品,这是不正确的。事实上,只要按照医嘱用药,长期服用降压药利大于弊。”刘雯说。

据《郑州晚报》

据《经济参考报》

控释片被称为“最聪明的药”

张慧芝表示,硝苯地平是一种临床普遍使用的降压药,它有普通片、缓释片和控释片三种剂型。“药物包装上如果有SR的字样,就代表是缓释片,

顾名思义,就是缓慢释放药效,而控释片是缓释片的升级版。”张慧芝说,控释片被称为“最聪明的药”,最外层是它的“坚硬盔甲”,推进层是它的压缩

海绵。它进入人体内后,推进层吸水膨胀推动药物通过小孔得以缓慢、恒量释放,药物作用时间延长,达到长效平稳降压的目的,一天只需服用一次。

药物释放完毕后排出外壳是正常现象

控释片还有个特点,它的“盔甲”是非活性成分,在体内不会被溶化,药物在体内释放完后,“盔甲”可完整地通过胃肠道随粪便排出。说明书也明确指出,排出药物外壳是正常现象。

“临床上可能会有没有认真阅读说明书的患者,以为药片完整排出是未被吸收,实际上那只是一个空壳子”。如果把硝苯地平控释片掰开吃,一天的药量会瞬间全部释放出来,剂量非常

大,会引起低血压、心绞痛等严重后果,因此硝苯地平控释片千万不能掰开吃。同理,缓释片也不可掰开、咀嚼、压碎服用,为保证药效,最好每天固定一个时间服用。

这些剂型的药物也不能掰开吃

不仅是降压药的控释片和缓释片不可掰开服用,任何药物的控释片和缓释片都不可掰开。张慧芝说,还有以下几类剂型的药物不能掰开服用:

肠溶片,它的设计是以肠溶材料包裹药物,直接到达肠道才释放药效,掰开吃会破坏药物的肠溶包衣,导致

药物在胃内溶出,影响药效,还会刺激胃黏膜。

胶囊剂,胶囊可以掩盖药物的不良气味和提高稳定性,打开胶囊可能会破坏药物的稳定性或者引发对口腔黏膜的刺激。

包衣片,外层包衣是为了改善口感和减少对口腔及胃黏膜的刺激,掰

开后可能会破坏药物稳定性,增加不良反应风险。

化疗药、靶向药,这些药物由于毒性较大,如果掰开或者研碎服用,可能会释放出有毒的粉尘颗粒,直接接触或者吸入口鼻,可能对人体产生细胞毒作用。

霜降时节注意这些健康提示

10月23日迎来二十四节气中的霜降节气。霜降节气虽时至深秋,但“秋燥”并未完全消退,公众应如何养生?日常起居和饮食调养需要注意什么?家长应如何识别并有效预防孩子患上支气管炎肺炎?国家卫生健康委22日以“时令节气与健康”为主题召开新闻发布会,就相关问题进行解答。

饮食以温润平和为主

“霜降时节,不仅有秋燥,还有寒凉,需要温润濡养人体的正气。”中国中医科学院西苑医院主任医师张晋在发布会上介绍,日常起居要早睡早起,顺应阳气的收敛,时刻关注天气变化,适时增添衣物,注意保暖。饮食方面当以温润平和为主,如山药、红薯等,注意调理脾胃。

增豆添奶对于提高膳食质量、促进

健康等十分重要。北京协和医院主任医师于康在发布会上表示,大豆及其制品营养价值较高,蛋白质含量丰富,属优质蛋白质。常吃大豆及其制品对儿童青少年生长发育有益,在一定程度上可降低成年人心血管疾病和女性乳腺癌发病风险。豆腐等大豆制品口感细腻,易于老年人消化和吸收,有助于为老年人补充优质蛋白质,延缓老年人肌肉衰减。

现在接种流感等疫苗来得及

霜降时节气温骤降,身边得流感等呼吸道传染性疾病的患者多了起来。

“现在接种流感等疫苗来得及,在整个流行期间都可以接种。”北京市疾病预防控制中心研究员张代涛在发布会上表示,个人接种疫苗可以有效降低发病和重症风险。建议大家尽早完成流感疫苗

的免疫接种。

专家提醒,在接种流感疫苗前,应对自己的健康状况进行评估,避免在发热或急性发病期接种疫苗。此外,在日常生活中仍要做好个人防护,养成勤洗手、不随地吐痰等良好卫生习惯。

“支气管炎是儿童时期常见的肺炎类型之一,寒冷季节多发,且多见于一些低龄儿童,尤其是3岁以下的孩子。”北京儿童医院主任医师王荃在发布会上表示,孩子一旦发生支气管炎,建议家长带孩子及时就医。家长应遵照医嘱,规范使用药物,不要自行停药或随意增减药物剂量,合理服用退热药。同时,要注意合理膳食,锻炼身体,保证正常作息,促进恢复。

重视其他传染性疾病预防

诺如病毒感染在秋冬季比较常见。

张代涛介绍,诺如病毒感染是一种自限性疾病,以腹泻、腹痛、呕吐、恶心等症状为主。

如何预防诺如病毒感染?专家建议,个人与家庭成员在日常生活中要保持良好的手卫生,注意饮食卫生,做好居家环境清洁消毒,定期开窗通风。此外,要保持健康生活方式,规律作息、合理膳食、适量运动,以增强身体对病毒的抵抗力。

“秋冬季也会有手足口病的发生。”王荃介绍,手足口病是由肠道病毒感染导致的一种儿童常见的传染病,5岁以下的孩子多发,主要传播方式是密切接触和呼吸道飞沫传播。

专家建议,手足口病流行期间,不要带孩子去人员密集、空气不流通场所,适龄儿童接种相关疫苗有利于防止重症手足口病发生。

新华社北京10月22日电