

邮箱 kangqi@cnpharm.com 本版热线：(010) 62213355_2566



鼻腔是呼吸道的门户，是肺的空调和过滤器。然而，鼻腔也是很容易发生炎症的部位，其炎症表现更是形形色色。这里为您介绍几种常见却容易被忽视的鼻炎。

令人烦恼的“臭鼻子”

别看小李长的挺帅，一米87的个头，可就是不敢到人多地方去，更不要说参加社交活动了。人都二十七岁了，谈了两个对象都吹了。这是啥原因呢？原来他的鼻子经常发着一股臭味，把人都给熏跑了。后来小李到耳鼻喉科检查，才知道是萎缩性鼻炎惹的祸。

点评 萎缩性鼻炎是一种发展较慢的鼻病，与内分泌紊乱、营养不良、遗传因素及慢性炎症分泌物长期刺激均有关。由于鼻腔黏膜萎缩，分泌物减少，鼻腔内形成大量绿色脓痂。当脓痂中的蛋白质腐败分解，就会产生绿色的臭鼻鼻涕。

治疗 在鼻腔局部使用润滑性滴鼻剂（如复方薄荷油、液体石蜡、50%蜂蜜、鱼肝油等），可以润滑鼻腔黏膜，促进黏膜血液循环，减轻鼻内干燥感和臭味，并能软化痂皮，便于擤出。用1%链霉素滴鼻液，可抑制杆菌繁殖，减轻炎症性糜烂，利于上皮生长。口服鱼肝油丸，每次2丸，每日3次。维生素B2，每次10~15毫克，每日3次。用以保护黏膜上皮，促进组织细胞代谢机能，增强对感染的抵抗力。

咳嗽原是鼻窦炎作祟

小陈前些天感冒了，这两天老是咳嗽不断，喉咙痒痛。他认为自己是上火，便到药店买了清火栀麦片和止咳糖浆，服用了三天，嗓子痛好点了，咳嗽吐痰却有增无减。于是小陈又上医院去看病。呼吸科谢医生根据检查和X线胸片结果，判断小陈的气管和肺都没有问题。谢医生看到小陈有鼻塞流涕、张口呼吸等鼻部症状，便请来耳鼻喉科赵主任会诊，经检查诊断是鼻窦炎有问题。赵

鼻炎不同 用药各异

主任对他说道：“你的咳嗽是因上颌窦炎发炎引起的，要尽快接受抗菌治疗。炎症消除了咳嗽也会随之而愈。”

点评 冬季是感冒的高发季节，也易引起各种鼻炎尤其是急性鼻炎的发生。由于鼻黏膜与鼻窦黏膜相连，鼻腔内发炎可波及鼻窦，致使鼻窦黏膜水肿，引流不畅，鼻窦内分泌物易引起继发感染。为啥得了化脓性上颌窦炎能诱发咳嗽呢？这是因为炎性分泌物可向下流注到咽喉和气管、支气管，当咽喉受到刺激后就会引起反射性咳嗽，将鼻涕咳出去。因此，得了鼻窦炎后必须及时治疗。

治疗 鼻腔局部用药。可用1%麻黄素液或呋喃西林麻黄素液、氯霉素麻黄素液滴鼻，每日3次。可使鼻黏膜下血管收缩，肿胀消退，以解除鼻塞，改善通气，并利于鼻窦黏膜分泌物流引。需注意的是，若使用“鼻眼净”（也称滴鼻净，学名为盐酸萘甲唑啉，属拟肾上腺素类药物），不宜多点，一般连续使用不超过一周，以免引起药物性鼻炎反加重鼻塞。

合理服用抗菌药物。患了急性化脓性鼻窦炎，应在医生的指导下足量足疗程选用抗生素，以有效地控制感染，防止转为慢性。临床实践证明，红霉素具有调整鼻黏膜局部免疫功能、增强黏膜细胞活性、抑制分泌等多种功能。慢性鼻窦炎至少需用2~3个月小剂量红霉素，成人每日600毫克，儿童每公斤体重10毫克，分3次口服，坚持服用可达到治愈的目的。

如服用中成药，可在中医指导下，根据具体病情选用千柏鼻炎片、鼻炎康片、鼻渊丸、霍胆丸、鼻渊清毒冲剂、通窍鼻炎片、鼻炎炎口服液等，服用剂量要遵医嘱。

鼻腔干燥人难受

小吴到水泥厂上班两年多了，现在常常感到鼻腔内干痒不适，到了晚秋和冬春季，症状就更重，鼻内干痒疼痛，勉强擤出点鼻涕，还带有血丝。他到医院请耳鼻喉科医生检查，原来是干燥性鼻炎。

点评 干燥性鼻炎多发生于气候干燥的冬春季，尤其是从事高温作业和经常在弥漫粉尘环境中劳动的人员更容易发生。缺乏维生素、抵抗力减弱、吸烟、饮酒或患有其他疾病，也可引起鼻黏膜改变，诱发干燥性鼻炎。患者鼻黏膜干燥发痒，鼻塞，可引起出血及疼痛，有的伴头痛、眼部不适等症。

治疗 对于干燥性鼻炎，可用新鲜小磨芝麻油，用消毒棉棒蘸取少许均匀涂抹在鼻腔患处，每日涂1~2次，一般两三天即可见效。患者忌食辛辣、辛辣食物，戒烟酒，脱离粉尘工作环境，并注意保持鼻腔湿润，以免导致复发。如患有维生素缺乏或其他疾病，可在医生指导下用药物治疗。

文/杨锋

家庭小药箱

生活中，有些人喝中药时，常常会将药液多次过滤，以求除“渣”务尽。这种做法实不可取。为什么呢？

因为，中药汤剂所含的成分是非常复杂的，是溶液、胶体、混悬液和乳浊液的混合物。中药汤液在放置后温度降低，常会有许多沉淀物产生，这些沉淀物不宜去掉，因为它不一定是无效成分，而很多正是治疗疾病的有效成分。

中药多用水煎煮，某些难溶性成分和脂溶性成分往往不能完全溶解，因此静置后会有沉淀析出。据报道，甘草与黄连煎多半苦味消失，同时产生沉淀。又如穿心莲内酯是一种不溶于水的化合物，用水煎煮，其提取率本身就低，假如又将其沉淀物去掉，那么其抗菌的有效成分可能就所剩无几了。

一般病人服药时，都会将底部的沉淀物弃掉。其实，这样常会使许多有效成分得不到充分利用，从而直接影响药物的疗效。因此，沉淀物中并不排除有少量泥沙的存在，当然，中药煎好后在去渣取汁的过程中，可用洁净纱布趁热将药汁滤取，以尽量去除一些泥沙物。而过滤后的药汁在放置中出现的沉淀物则不宜弃掉，确保一些有效成分不受损失。文/郭晓

浑身是宝话柑橘

药食同源

柑橘是包括桔、柑、柚、柠檬等芸香科柑橘属的一类水果，不仅营养丰富、色香味俱全，还是治病的良好

橘核 柑橘的核(种籽)虽小，但也是一种有用的药材，有理气、止痛、散结的作用，可治小肠疝气、睾丸肿痛、乳痈、发疔、腰痛等症。把橘核焙干粉碎，和酒制成橘核丸治腿腿痛、溃疡、疝气有较好的效果。

橘叶 柑橘叶性平味苦，有疏肝行气、消肿解毒的作用，对乳痛、肋痛等有治疗作用。橘叶晒干研末，每次3克，每日2次，治慢性支气管炎有效；若痰稠、痰中带血者加冰糖送服，痰多而起泡者，用红糖水送服。文/洪岭



橘络 柑橘皮内层的筋络就是橘络，能通络、理气化痰。吃柑橘时最好不要把橘络撕去，要连果肉一起吃下。

服用维生素也不要过量

OTC课堂

维生素是维持人体正常代谢过程的一种必需营养素。但是维生素不是补品，没有滋补作用。另外，人体对维生素的需要量是一定的，如果维生素摄入量超出正常标准5至10倍，那么过量的维生素将对人体组织造成损伤，导致骨质疏松等疾病。因此服用维生素一定要对症，并按照医生处方的剂量服用。

维生素A中毒 过量服用维生素A引起中毒的幼儿，会有烦躁、频繁呕吐、头痛、复视、皮

疹、骨痛、厌食，甚至出血等症状。维生素B中毒 长期大量服用维生素B，可出现荨麻疹、恶心、呕吐、腹泻、呼吸困难等中毒反应。

维生素C中毒 过量服用维生素C会导致乏力、恶心、呕吐、腹泻、浮肿、肾结石、静脉血栓性流产及骨科疾病等后果。

维生素D中毒 维生素D中毒的幼儿一般会有食欲减退、哭闹、烦躁、精神不振等症，甚至会导致肾脏、骨骼、皮肤的钙化，严重者会影响幼儿的体质及智力发育。成人维生素D中毒早期表现为高血压，包括乏力、头痛、恶心、呕吐、腹泻和肾功能障碍(多尿、烦渴、蛋白尿等)。长期高血压可引起肾脏病、弥漫性肾钙质沉着和骨质疏松症。

维生素E中毒 维生素E为脂溶性维生素，长期大量口服十分有害。一般有恶心、

呕吐、胃肠道功能紊乱、口角炎、唇炎、视力模糊、眩晕等，妇女还可引起月经过多、闭经等。若每日口服达400~800毫克剂量且连续1年者，有发生下肢血栓性静脉炎的可能。如每日口服达1200毫克，个别人可发生凝血时间延长。早产儿过量补充维生素E，可使坏死性小肠炎发病率增高。也有人发现，使用大剂量维生素E时，血浆中脂溶性维生素A的浓度也增加，高血压及糖尿病患者应慎用。

维生素在人体中的作用是帮助食品释放热量，促进神经和肌肉的发育及功能正常，其本身并不会提供热量。当人在服用维生素时，为使组织能更充分地吸收，一般在饭后服用，这样维生素就会在肠中停留的时间长些，从而起到理想的治疗效果。若配合一些含矿物质丰富的食物，这样效果会更好。文/贾成平

用药遵医嘱 复查不可忘

药事警言

小朱得了银屑病，医生检查后，开了甲氨喋呤，嘱其每周服用3次，3周后再复查。但他服了医生开的药后，自觉银屑病症状大为减轻，便自行在住所附近一药店内又买了3瓶甲氨喋呤，连续服用了近3个月，虽然皮肤上的红斑、鳞屑全都没有了，但却出现了食欲不振、尿黄等症状。医生诊断小朱得了“药物中毒性肝炎”和“骨髓造血功能抑制”，治疗半年后才痊愈。

无独有偶。老刘因头痛晕到医院就诊，经检查诊断为高血压病。医生开了降压药，并嘱咐他定期来医院复查血压后调整用药。老刘回家后，服药的头几天感觉很好，症状很快消失了。于是他以为，既然用药有效，就不必去医院复查了，仍继续按原剂量服用。过了一段时间后，老刘虽坚持服药，症状却越来越重。原来，在服药将血压降至正常时，老刘未能及时减量，导致了低血压的发生。

像上述两位患者用药不遵医嘱、不按时复查的情况，生活中并不少见。患者往往对药物的不良反应的损害缺乏了解，对过量用药可能造成的危害认识不足。服用医生开的药，只要症状减轻，即认为按原先的方法、剂量继续服用，就会达到治愈疾病的目的，不需按医嘱复查。还有的人对药物的作用存在片面认识，凭想当然用药，根本不把医嘱当回事。结果，用药不能随病情的变化而增减药物剂量或改变用药方式，造成用药过量导致病程延长或出现毒副作用。

病情会随着治疗的深入不断发生变化的，用什么药、如何用药都要由变化了的病情决定。切不可把医嘱当回事，凭想当然用药，该去复查的不复查，该调整药物的不调整。这样用药，不但不能使疾病早愈，往往还会“旧病未愈，又添新疾”。文/张铁鹰



冬季易烧“三焦火” 对症“灭火”选准药

季节提醒

进入冬季，人们常因气候干燥而“上火”。火为五行之一，泛指阳性、热性的事物或亢进的状态。中医理论认为生理意义上的火为阳气所化，是生命的动力，如命门之火，从病理意义上讲，火系各脏腑机能亢进的表现，人们常说的“上火”多指这一层涵义。从中医观点看，冬季上火可表现为“三焦”的相应症状，因此，选择降火药也应当对症。

上焦火 指上焦(心肺部位)有火，表现为口干、舌烂、唇裂、目赤、耳鸣及微咳。孩子可表现为不肯吃饭，烦躁不安，甚至不愿进水，诉说口腔疼痛。起病时可有发烧，多数为高烧，在口腔内可见单个或成簇的小疱疹，周围有红晕，破溃后易形成溃疡，有黄白色纤维素分泌物覆盖。口唇、舌及颊黏膜均可见到大小不等的疱疹和糜烂或溃疡。灭上焦之火，成人可在医师指导下服牛黄清心丸(片)，小

儿可服珠珀散等。

中焦火 指中焦(脾胃部位)有火，表现为时而胃火亢盛，食不知饱，时而呃气上逆，脘腹胀满，不思饮食。孩子则表现为胃脘功能紊乱，诉说腹部饱胀不适，或腹痛、呕吐、腹泻等症状。成人宜在医师指导下选用栀子金花丸、牛黄清胃丸、清胃黄连丸、清胃散，小儿宜服七珍丹等。

下焦火 指下焦(肝、肾、膀胱、大小肠等部位)有火，表现为大便干结，小便短少，尿色黄赤，混浊有味，阴部时痒，妇女白带增多多色黄。宝宝则尿尿多，头面部长红色疹子。可在医师指导下选用三黄片、当归龙荟丸、栀子金花丸、龙胆泻肝散胶囊等。

以上三焦之火为实火，另外还有虚火，也就是阴虚而热，主要表现为形体消瘦，腰膝酸软，咽干舌燥，眩晕耳鸣，健忘失眠，或干咳气短，或痰中带血，口干咽燥，声音嘶哑，潮热易怒，舌红少津，脉细数。此时，可在医师指导下对症选服知柏地黄丸等药。

文/韦辰

慢性泄泻重在补脾胃

引起慢性泄泻的原因很多，有器质性的疾病，也有功能性的疾病，最常见的有慢性菌痢、肠结核、溃疡性结肠炎、肠道易激综合征、吸收不良综合征、直肠结肠癌或结肠癌及甲状腺功能亢进等。

慢性腹泻的人应先查明病因，因为有时单纯用补药往往劳而无功，既对腹泻无济于事，也不能达到进补的目的，甚至还会延误病情，例如直结肠癌、结肠癌、甲状腺功能亢进等就属于这一类。其次还得通过中医的辨证，中医认为慢性腹泻可由脾气虚弱或脾胃阳虚而引起。腹泻时间过长，又可导致阴液耗伤，甚至出现阴阳两虚的现象。

脾气虚弱泄泻的特点是大便呈糊状或如水样，多食油腻之物，泻的次数就会增多，腹部胀满舌质淡胖。另外还见到一般气虚的症状，如精神萎靡不振、面色苍白等。这种泄泻应该以健脾补气为主，可用党参、淮山药各12克，黄芪、白术、茯苓、炒扁豆各9克，炙甘草6克等药，这些药不但可以补益身体，而且可使泄泻得到缓解。也可选用参苓白术散(每日2次，每次服9克)或者香砂六君丸(每日2次，每次服9克)等成

药。如果泄泻日久，有肛门下脱的现象，这是气虚下陷引起的，应在补气健脾的基础上，适当加用升提药。如升麻、柴胡各9克等；成药可用补中益气丸，每日2次，每次9克。

脾胃阳虚泄泻的特点是腹部有冷痛的感觉，形寒怕冷，手足不温，有规律地在每天清晨晨解大便，所以又叫“五更泻”，便前可有腹痛，肠中鸣响。对五更泻就应以温补脾胃为主，可用附子9克(先煎)、肉桂3克(后下)、补骨脂、益智仁、五味子各9克，菟丝子、肉豆蔻各12克等；成药可选用附子理中丸，每日2次，每次9克，或用四神丸，每日2次，每次9克。

如果久泻以后再出现口干、舌红等，这是阴液丧失的表现，这时可在上述用药的基础上，适当加一些养阴生津的药，如石斛9克、北沙参12克。但应避免用生地、麦冬、玄参等，因为这些药虽能养阴生津，但它们又有滑肠作用，对慢性泄泻显然不宜。如果大便次数较多，又呈水样，这时单用补药还不够，应再加一些具有收敛作用的药，如赤石脂15克，石榴皮、诃子各9克，炮姜炭5克等，以达到收敛止泻的目的。文/青茵

不能滥用消渴丸

用药安全

消渴丸

是治疗糖尿病的中成药。不少患者以为它是纯中药制剂，副作用小，多吃几粒没关系。其实，消渴丸并非纯中药制剂，它是一种含有西药格列本脲(又名优降糖)的中西混合成药。因此，服用消渴丸要严格遵医嘱，根据血糖情况调整剂量，不可随意服用。若过量服用，会发生不良反应，甚至导致低血糖昏迷。

消渴丸的主要成分为地黄、葛根、黄芪、山药、天花粉、五味子、玉米须和西药优降糖。其中，西药优降糖能促进体内胰岛素分泌，降低空腹血糖与餐后血糖，且作用较强。过量服之易致低血糖。消渴丸中优降糖的含量为每10丸含2.5毫克，即相当于1片优降糖。若按消渴丸说明书常规用量每次5~10丸，相当于使用了1.25~2.5毫克优降糖。若不加以控制，在服用消渴丸期间擅自增加用量，或加服其他降血糖

的西药，容易因降血糖过度而引起各种不良后果。优降糖在体内主要经肝脏代谢。因此，肝功能不全的糖尿病患者不宜服用消渴丸。型青少年糖尿病患者、酮症糖尿病患者和妊娠糖尿病、糖尿病昏迷等情况，也不宜用消渴丸。文/张乾

他为什么频繁更换降压药

不同降压药对性功能影响不同

用药手记

王老师是高血压患者，也是我的老顾客。最近几个月，他多次来药店要求更换降压药，这引起了我的注意。我问王老师是降压效果不理想，没有达到稳定的降压效果吗？王老师摇摇头。那为什么要频繁更换降压药？王老师脸红了，很不好意思。我略有所悟。待到其他顾客都离去之后，我把王老师叫到跟前小声问：“王老师，是不是最近有点性功能不佳？”王老师说：“你说对了，这是否与你用的降压药有关？”果真如

此，我对王老师作了如下解释和指导：性功能障碍在高血压患者中较常见，它可能是高血压血管病变与内皮受损的局部表现，与年龄、疾病、心理因素密切相关，严重影响男性患者生活质量。有一项调查显示，降压治疗后的高血压患者性功能障碍者比未治疗者甚至更高(前者占35%，后者占17%~23%)，说明高血压患者性功能障碍也可能与药物治疗有关。

因为高血压是需要终生服药的疾病，所以要了解各种抗高血压药对性功能的影响。其实不同的降压药对性功能的影响是不同的。其中，长期应用利尿剂降压药(如

氢氯噻嗪等)可引起男性勃起障碍、性欲下降、射精障碍；受体阻滞剂类降压药(如心得安等)主要影响性欲；钙拮抗剂类降压药(如硝苯地平)则主要引起性欲下降、射精障碍；转换酶抑制剂类降压药(如卡托普利)对性功能没有明显影响；1受体阻滞剂类降压药(如哌唑嗪等)反而会改善射精障碍，不影响勃起和性欲。血管紧张素拮抗剂对性功能几乎没有影响。近期国外有一篇学术论文还提出，血管紧张素拮抗剂的一种叫缬沙坦，在降压同时可以引起勃起、性欲、射精三个方面改善性功能障碍。但是在中国还没有相关的研究。

最后王老师接受了我推荐的降压新药缬沙坦，并说：“谢谢你今天给我讲了这么多知识，看来这服药没有药副作用还真不行！”文/执业药师 常怡勇