

专家教你新冠居家如何正确用药

青州市中心医院建议市民科学用药 有疑问可进入互联网医院咨询

本报12月18日讯 近期,青州市中心医院临床药学院发起了一项关于新冠居家自备药的调查问卷,共回收问卷143份。调查发现,89.5%的居民都认为应该在家中自备一些药物。有69.9%的居民家中已经自备了新冠治疗相关药物,而这些自备了药物的家庭中,87.7%的人家中有需要重点关注的人群,如65岁以上老人、婴幼儿或患有冠心病、高血压、糖尿病等基础疾病的人群,这些也是容易发生药品不良反应的高危人群。

调查发现,居民储备的药物中主要为以下几类:中成药、退热药、复方感冒药、止咳药等,而且通常好几种药同时储备,这些药物的不规范使用,都容易导致用药不良事件的发生。因此,专家根据调查问卷情况,给大家提出以下一些用药建议。

第一类,退热药物。体温 $\geq 38.5^{\circ}\text{C}$ 时,可服用退热药,成人推荐对乙酰氨基酚或布洛芬,选其中一种,不可同时服用两种退热药。使用布洛芬或对乙酰氨基酚退热时,若发热或疼痛持续存在时,布洛芬应注意每次服药间隔6小时,一天不超过4次,对乙酰氨基酚注意每次服药间隔4-6小时,一天不超过4次,最大日剂量不超过2克。退热药不可长期服用,建议最多使用不超过3天。

第二类,复方感冒药。常见的复方感冒药(如氨酚

烷胺片等)及部分中药感冒药(如999)中含有对乙酰氨基酚等西药成分,因此避免与退烧药同服,服药前请仔细阅读药品说明书,查看药品成分。

常见的西药复方感冒药多数都是含有以下成分中的几种:解热镇痛药(对乙酰氨基酚、布洛芬等),减轻流涕的抗过敏药(氯苯那敏、苯海拉明等),减轻鼻塞(麻黄碱、伪麻黄碱等),止咳药(右美沙芬等),抗病毒药(金刚烷胺)等。在服用西药复方感冒药时,看成分,不建议同时服用两种复方感冒药。

第三类,中成药。中成药通常需要辩证使用,因此用药需谨慎,如确需使用,尽量只选择一种药物为宜,避免用药过多造成不必要的肝肾功能损害。

特殊人群用药需要注意的是:儿童退热先首选物理降温方式。若使用退热药需要根据体重计算,请严格按照说明书使用。通常3月龄以上的婴幼儿退热药选用对乙酰氨基酚。6月龄以上的婴幼儿可以选用对乙酰氨基酚或布洛芬其中的一种。孕妇用药需谨慎,退热首选物理降温的方式。若体温过高,可以选用对乙酰氨基酚。其他用药咨询专业医生。如果有高血压、心脏病、甲亢、青光眼等基础疾病的患者,尽量避免服用含有伪麻黄碱成分的复方感冒药。有严重心脏病或者高血压患者、

肾功能不全患者、胃溃疡患者、哮喘患者或正在使用阿司匹林、华法林等的患者,尽量避免使用布洛芬。

服用特殊剂型的药物需要注意:若咳嗽时,服用镇咳糖浆时,建议服用后半小时内不要喝水,让糖浆尽可能在咽喉部位停留时间更长一些。使用泡腾片时,请将泡腾片在温水中溶解后服用,切勿直接吞服,否则易引起窒息。使用含有血管收缩剂(如含麻黄碱等成分)的鼻喷剂时,不要连用超过7天,以防止长期使用导致鼻粘膜损伤。需要注意的是,阿莫西林、头孢类药物是抗菌药物,对新冠等流感病毒无效。

此外,服用含有抗过敏药成分(氯苯那敏、苯海拉明等)的药物后,请不要开车或从事高空、精密作业。服用退烧药(如对乙酰氨基酚、布洛芬等)、抗过敏药(如氯苯那敏)、非甾体抗炎药(如阿司匹林、塞来昔布等)不要饮酒,否则会加重药物的毒性,对身体产生不良影响。在用药过程中,若出现新的、严重的症状时,请及时去医院就医诊治。有其他详细的用药问题可以扫码进入青州市中心医院互联网医院,点击“用药咨询”进行咨询。(观海新闻/青岛晚报 记者 于波)

血液库存告急,A型、O型血紧缺

市中心血站呼吁市民加入献血队伍拯救生命

本报12月18日讯 近期,很多临床患者的手术延期了,一方面是因为疫情防控各方面因素影响,另一个重要方面是因为这项重要医疗资源的紧缺。记者从青州市中心医院获悉,目前,受气温骤降和防疫影响,青岛市街头人流量减少,企事业单位组织献血延期,献血人数也相对减少,各血型血液库存偏低,其中A型和O型尤为紧缺。12月份以来,青岛市累计有3970人次参与无偿献血,捐献全血124.3万毫升,血小板1127个治疗量,献血人次较去年同期减少了一半,血液库存亟待补充。

据了解,青岛市每天需要500人次献血才能够满足临床用血需求,而目前的血液库存仅能满足三天左

右的临床用血,除了满足急、危、重症患者抢救和应急急用血,很多择期手术面临延期。据市立医院输血科程主任介绍:“目前临床血液资源比较紧张,对于择期手术患者我们也鼓励患者积极采用自体输血方式,减少异体血液使用,把有限的血液资源分配给更需要的患者。同时动员患者家属和朋友们积极参与无偿献血,共同守护生命,渡过难关。”

市中心血站呼吁市民朋友们,献血不等待,立刻行动起来,加入献血队伍,共同拯救生命!让手术不延期,让生命不等待,让爱心传递温暖城市大爱!无偿献血预约咨询可致电96606服务热线。

(观海新闻/青岛晚报 记者 于波 通讯员 任霄惠)

研考设专门检测点 单人单管检测

考生须完成考前三天每日核检

按照核检结果“一类一策”组考模式划定考试区域

本报12月18日讯 2023年硕士研究生招生考试(初试)将于12月24日至26日进行,18日省招考院发布了《山东省2023年硕士研究生招生考试(初试)考前提醒》,就考前准备、疫情防控等事项进行提醒。

按照要求,考生须携带本人准考证、有效居民身份证及《山东省2023年硕士研究生招生考试(初试)考生健康管理信息采集表》参加考试。因手机禁止带入考点封闭区以内,所以电子身份证不作为考试入场有效证件使用。

因当前疫情防控形势严峻复杂,省招考院提醒考生尽快回到报考所在地,合理安排行程,以免耽误考试。

所有考生须按规定完成考前3天(12月21日—23日)每日核酸检测,考试期间在考点按照要求每天进行一次核酸检测。考生进入考点时不需要提交核酸检测证明,我省将统一通过联网数据获取考生健康码及核酸检测情况。为方便考生检测,各市、各生源高校考前为研考考生设置专门核酸

检测点,考生凭准考证进行核酸检测,原则上实行单人单管。为确保广大考生生命安全和身体健康,我省将根据考生核酸检测结果,按照“一类一策”组考模式划定考试区域,分别设置核酸阴性考场、核酸阳性考场以及应急处置考场等,保障考生考试权益和安全。

省招考院提醒考生,请考生按照考点工作人员安排,进入或离开考点时有序排队,与他人保持安全距离,考点、考场内考生须全程规范佩戴口罩(一次性医用外科口罩或更高防护等级的口罩)。

18日,市招考院也发布了《2023年全国硕士研究生招生考试(初试)青岛市招生考试院报考点公告》,明确异地考生返回可正常流动,市招考院将为在青岛参加研考的考生指定或设置专门的核酸检测点,届时考生可持准考证进行核酸检测。具体核酸检测点地址、时间安排将另行通知。近期请关注青岛市招生考试院网站。

(观海新闻/青岛晚报 记者 王晓雨)

核心价值观

感动每一天

城阳好人出手 助盲乘客出行

本报12月18日讯 111路驾驶员杨建军15日驾车行至官家站时,发现路边慢车道上有一名保安伸手示意,在其身边,一名手持盲杖的盲人蹒跚而来。见状,杨建军立即起身下车搀扶,并示意前排乘客往后坐。上车后,杨建军向盲人确认下车地点,把其安排在前门口第一个座位上以便照顾。十几分钟后,这名乘客听到播报站点信息,便着急起身准备下车。怕他发生危险,杨建军大声提醒:“别着急,坐稳扶好,我一会搀着您下车。”到站停稳车后,杨建军立即起身走到盲人身边,小心翼翼地搀扶其下车。

得知他还要转车,杨建军便和站上一名候车男子展开爱心接力,随后才放心返回岗位继续运营。据了解,杨建军是青岛阳光救援队的队员,曾被评为城阳好人,并先后参与志愿服务世园会、上合组织青岛峰会等重大活动。

(观海新闻/青岛晚报 记者 徐美中)

两拨人接力护送 帮七岁男孩回家

本报12月18日讯 220路驾驶员秦嗣安15日傍晚驾车行至小鱼山站时,看到7岁的洋洋(化名)独自坐在车站座椅上,考虑到天气寒冷便询问起来,得知其家住湖岛。由于220路并不途经那里,秦嗣安让其跟车前往单位,停好车后再送到了附近的公交隧道三分公司乘坐21路车回家。

途中秦嗣安得知,洋洋在学校挨了批评,放学后一个人转悠到了小鱼山附近。根据洋洋提供的电话,秦嗣安与家长联系后商定将其送往一辆21路车上,让家人在四方小学站接。了解到这一情况后,调度员孙茹、孙文萍查看发车时间表,将洋洋送到21路882号车上,并向驾驶员李常平说了情况,叮嘱其一定安全送到。

晚6时许,李常平接过了护送任务,驾车从团岛方向发车。约半小时后,车辆到达四方小学站,洋洋顺利和父亲会合了。

(观海新闻/青岛晚报 记者 徐美中)

天气预报

明天

市区	崂山	小雨转雨夹雪	-2℃~8℃
今天 晴	即墨	雨夹雪	-3℃~8℃
南风 3-5级 0℃~5℃	胶州	雨夹雪	-4℃~7℃
明天 小雨转雨夹雪	黄岛	小雨转小雪	-3℃~6℃
南风 3-5级 0℃~7℃	莱西	雨夹雪转小雪	-4℃~8℃
	平度	雨夹雪转阴	-5℃~7℃

彩票开奖

双色球 第22145期

03 21 25 30 31 33 +11

福彩3D 第2022338期

7 2 0