

■ 专家谈药

吃二甲双胍要补维生素 B₁₂ 吗

山东省济南医院 主任医师 王建华

【咨询】我患糖尿病已有五、六年了,长期服用二甲双胍,听说服用二甲双胍会导致维生素 B₁₂ 缺乏,请问这是真的吗?我是否需要自行补充维生素 B₁₂? 用不用再补充些叶酸呢?

二甲双胍是 2 型糖尿病的一线基础用药。有研究显示,长期服用二甲双胍可引起血清维

生素 B₁₂ 和叶酸水平下降,其机制可能与二甲双胍引起的胃肠道功能紊乱及肠道菌群改变等有关。这种情况临床并不常见,多见于长期、大剂量服用二甲双胍糖尿病患者,尤其是胃肠功能较差的老年患者。

维生素 B₁₂ 及叶酸缺乏除了能引起贫血之外,还可导致周围神经损害。因此,长期、大

剂量(≥2000 毫克/天)服用二甲双胍的患者(尤其是老年患者),如果出现贫血和/或周围神经病变,要注意排查是否存在维生素 B₁₂ 缺乏。并且根据化验结果,在医生的指导下决定是否补充维生素 B₁₂。除了药补之外,还可以多吃些富含维生素 B₁₂ 的食物,比如奶制品、瘦肉、豆制品等。



■ 用药须知

不同药品开封后 有效期不同

湖南省儿童医院 主管药师 向晓琴

有家长咨询:“我家宝贝三岁了,四个月前发热,医生给我宝贝开了布洛芬混悬液,大约使用了三分之一,药瓶上标识的有效期没过。现在宝贝又发热了,那剩下的药可以继续给宝宝服用吗?”

药品的有效期是指,药品在规定的贮存条件下质量能够符合规定要求的期限。但药品开封后,有效期是会改变的,特别是液体、糖浆剂制剂。对于开封后布洛芬混悬液,在未受到污染的情况下,可在室温保存 2 个月,鉴于这位家长的实际情况,有污染的可能,建议原来的药物不要继续使用,还是重开新的药品更安全。

一、不同包装的药品

不同包装的药品,如板装片剂、板装胶囊,这些药品一般都被封装在独立的包装里,不会和外面的空气接触,在规定的存储条件下,可以放心使用到有效期之前;对于非独立包装的药品,如瓶装药片等,一般建议在开封后半年内用完,如果一旦药品出现外观、颜色、性状的变化,就不能再使用。

二、不同剂型的药品

1. 糖浆剂由于里面含有糖分,容易滋生细菌而出现变质,开封后一般不宜久放,可以室温保存 1~3 个月。一般冬天不超过 3 个月,夏天不超过 1 个月。

2. 口服溶液、混悬剂在未受到污染的情况下,可以室温保存两个月。

3. 眼用制剂、鼻用制剂(如眼药水、滴鼻液)根据药物的性质开封后的有效期不同,一般 1~4 周不等。

4. 颗粒剂、干混悬剂自开封日起有效期为 7 天。

5. 软膏剂(无挥发性)室温可以保存 2 个月。同样,一旦药品出现外观、气味、颜色、性状改变,就不能再使用了。

不管药品是否开封,均必须在有效期内使用,并且应在药品说明书规定的贮存条件下存放。如果药品没按要求存储,药品即使在有效期内也不能使用。

■ 药师解惑

如何防范钙离子阻滞药不良反应

宁夏中卫市人民医院 副主任药师 张兴

钙离子阻滞药主要用于高血压病、心绞痛、心律失常、脑血管病等,但是这类药物的不良反应也很明显,有时会引起用药者的担忧和恐慌,甚至导致停药。那么,我们该如何防范呢?

1. 外周水肿:以二氢吡啶类发生率最高。常见于踝部,也可发生于手部。水肿为小血管扩张而非水钠潴留所致。

防治措施:连续使用这类药物 2 周后,水肿可减轻或消退;如果血压很高的情况下,搭配卡托普利,可减轻二氢吡啶类导致的踝部水肿。必要时,使用点小剂量的利尿剂,在协同降压的同时,可消除踝部水肿。

2. 头痛与面部潮红:此反应

与血管扩张有关,一般可耐受。

防治措施:在用药过程中可逐渐消失。

3. 心动过速或心悸常见于二氢吡啶类,也与血管扩张有关,剂量较大时容易发生。

防治措施:与 β 受体阻断药合用可减轻。

4. 心动过缓和房室传导阻滞:维拉帕米和地尔硫草对心脏抑制作用较强,可引起心动过缓、房室传导阻滞,甚至心脏停搏及心衰等严重不良反应。

防治措施:一般不宜与 β 受体阻断药合用。心缓、房室传导阻滞,甚至心脏停搏及心衰等严重时,应及时告知医生。

5. 便秘:常见于苯烷胺类,

如维拉帕米、甲氧维拉帕米,亦可见于地尔硫草。

防治措施:其发生程度与所用剂量成正比,连续长期用药便秘可逐渐减轻。还可食用一些含纤维素高的食物和水果。

6. 牙龈增生:二氢吡啶类可导致牙龈增生,主要是药物在牙龈中浓度高于血浆浓度的 2~3 倍,氨氯地平在牙龈中蓄积的浓度高于硝苯地平 200 倍。

防治措施:如果牙龈增生严重时,在控制病情和能取得和其他钙离子拮抗剂相似的疗效情况下,可选用尼索地平。尼索地平致牙龈增生的程度远小于氨氯地平。勤刷牙,做好口腔卫生;不要压碎或嚼碎这类药片。

■ 安全用药

服他汀类药物勿盲目

杭州师范大学附属医院
副主任药师 李立安

他汀类药物在心脑血管疾病防治领域应用十分广泛,一般耐受性良好,但仍有部分患者不耐受,主要与他汀剂量、种类及药物不良相互作用相关,表现为肝功能受损、肌肉不良事件等,影响患者用药依从性,导致用药减量甚至停药,容易增加心脑血管病发生或复发风险。

首先,要当心导致他汀不耐受的一些高危因素,如年龄大于 70 岁亚洲人群、基因遗传多态性、女性、体重指数过低、酗酒、缺乏体育锻炼、钙平衡紊乱、维生素 D 缺乏、肝肾功能受损、未治疗的甲状腺功能减退症、大剂量他汀使用及高风险联合用药等,这些因素更容易导致他汀不耐受。但不论是否存在高危因素,他汀不耐受者应注意检查血脂水平、肝、肾功能,甲状腺功能、肌酸激酶、是否维生素 D 缺乏等情况,为调整用药提供参考依据。

他汀所致肌肉不良事件可表现为肌无力或不能解释的疲劳、肌痛等,出现这些情况应及时去医院做肾功能、肌酸激酶等检查,及时调整用药,以免发生横纹肌溶解,甚至肾损害。有报道,瑞舒伐他汀相对容易引起肌、肾损害,对肾功能不全及容易发生肌肉不良事件的患者,换用等效应主要经肝脏代谢、排泄的阿托伐他汀;经调整仍发生肌肉不良事件者,应停用他汀换药。

■ 药物知识

PCSK9 抑制剂
应用注意事项

复旦大学附属中山医院 副主任药师 李静

PCSK9 抑制剂是一类抑制 PCSK9 (Kexin 样前转化酶枯草杆菌蛋白酶家族的第 9 个成员)的化合物,目前此类抑制剂是一类降脂新药。由于 PCSK9 抑制剂是皮下注射制剂,可由患者自行注射,但需掌握正确的注射操作方法。皮下注射时,使用一次性预充式自动注射笔,在腹部、大腿或上臂非柔嫩、瘀青、红肿或变硬的部位皮下注射给药。

注射前应彻底清洗双手,使用酒精棉清洁注射部位,若选择腹部或上臂,可用拇指与食指用力捏紧皮肤形成约 5 厘米宽的区域,根据注射笔的操作步骤和要求以 90 度角将注射笔放在皮肤上注射,每次注射更换部位,且勿在同一注射部位同时注射其他药物。

使用后应将注射笔放入防刺穿容器内,按法规丢弃。如果发生漏注射的情况,应在错过给药那天起 7 天内给药,并继续原用药计划;对于每 2 周 1 次的用药的患者若漏注射已超过 7 天,则不再补注射,等待至原计划的下一次给药时间注射;对于每月 1 次的用药的患者若漏注射超过 7 天,则在记起时给予注射,并根据此日期开始重新安排给药计划。

此外,皮下注射药物保存也有一定的条件要求。需储存在冰箱中冷藏,但不能冷冻,也不可冷冻过的注射液。使用前让药物恢复到室温至少 30 分钟,但勿使用其他方法升温。若在 20~25 度室温下保存在原包装盒中,则必须在 30 天内使用。给药前检查药物外观,若溶液浑浊、变色或含有颗粒物,不能使用。