

■ 用药须知

掌握这五点 用对哮喘药

湖南省儿童医院 副主任药师 王婷

【咨询】由于小孩需要吸入信必可都保预防哮喘，但因为是第一次使用，不确定是否上药成功，则旋转“咔哒”多次后才给小孩吸。但询问小孩后其感觉没有吸入药物，则重复让小孩吸入，连用3天后，剂量指示窗已提示药物已用完。医嘱用法用量是一次2吸，一天2次，现在小孩用法至少是一次4吸以上，问吸入过多是否会有什么副作用？

如果家长能了解以下几点，可减少药物浪费，在保障药物治疗效果的同时，还可以减少用药过量风险。

一、旋转听到“咔哒”声即上药成功

旋转听到“咔哒”声即上药成功一次：拿直药瓶，握住底座和药瓶中间部分，向某一方

向转到不能再旋转时原路返回，当听到“咔哒”一声时，表明一次剂量的药粉已装好。家长反复多次旋转听到“咔哒”声，其实是上了多次药物，可能造成了药物浪费，从而导致一瓶药物用3天就用完了。新开封的装置，旋转2次“咔哒”即初始化成功。

二、吸入感觉不到药物

都保装置中所含药物的颗粒较小、无味，所以吸入感觉不到药物。因此，若根据小孩自我感觉有没有吸入药物是不合适的，也不能凭小孩自觉没有吸入而反复多次吸入，从而可能导致吸入量过大。只要正确操作，即可有效将药物吸入肺中。

三、吸入有讲究

吸药前应进行一次深吸和吐气，吸药后也应屏气5~10秒再

慢慢呼气，不要对着装置吹气，避免吸气阻力。上药后经嘴（双唇包住吸嘴）有力而深长的吸气，吸药后不要再旋转上药，避免浪费。吸药后用清水漱口，以减少口腔真菌感染的风险。禁用水或其他液体清洗吸嘴外部，可每周一次用干纸擦拭。

四、剩余用量查看剂量指示窗

摇动装置听到声音，并不代表还有药物，可能是装置中干燥剂的声音。信必可都保有剂量指示窗，每20个剂量单位有1个数字标志，当红色记号“0”到达指示窗中部时，提示药物已经用完。

五、常见的不良反应有哪些

常见不良反应有震颤、心悸、头痛、咽部轻度刺激、咳嗽、声嘶、口腔部念珠菌感染等。如果不慎吸入过多，可能需要心脏监护相关不良反应，建议及时就医诊治。

■ 药师解惑

洗眼液到底该不该用

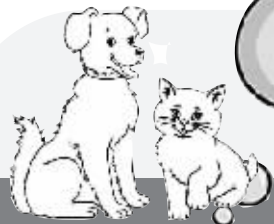
复旦大学附属中山医院
药师 丁佩娟

洗眼液具有清凉止痒，促进眼部营养，保持眼睛湿润及卫生，避免结膜充血等作用。眼睛是一个脆弱敏感的器官，长期使用洗眼液会导致其眼表自身的菌群失调。那是否完全不能使用洗眼液了？其实也不尽然。

首先，当我们出现眼部不适时应先就医，在医生指导下使用滴眼液、眼膏或者洗眼液，明确使用方法及周期，切勿自行使用；其次，如果在使用过程中一旦发生异常，如出现眼睛疼痛、红肿、充血等症状，要及时就医，进行治疗；再者，不论是滴眼液、眼膏或洗眼液，都要注意使用期限及存放环境。

2020版《中国药典》第四部中，对“已启用眼用制剂”使用期限规定为4周，逾期未用完也应丢弃。同时，应根据说明书要求，在合理温湿度环境中贮藏。

■ 家庭药师



狂犬疫苗接种九问（上）

南昌市第九医院 主治医师 王思

1. 被人咬伤需要接种狂犬疫苗吗？

答：不需要。人传人仅发现于移植狂犬病患者器官的病例。

2. 在动物园喂动物时被马、羊或骆驼等抓咬伤，需要接种狂犬疫苗吗？

答：皮肤破损就需要接种。猪、马、牛、羊、骆驼等家畜非狂犬病储存宿主，但可感染发病，传播狂犬病。禽类、鱼类、昆虫类、爬行类（如蜥蜴、蛇、龟鳖）等不会感染和传播狂犬病。

3. 狂犬病疫苗是不是只需要接种1~2针即可？

答：不是。首次暴露，需要全程接种狂犬，2-1-1（4针法）或5针法。有全程接种史，但超过三个月后再次暴露，需加强两针。

4. 疫苗接种5针是不是可以随便什么时间接种？

答：不是。5针狂犬是按0、3、7、14、28天的时间接种的，尽量不要改时间。

5. 被猫/狗弄伤已经超过24小时了，还能不能接种狂犬疫苗？

答：发病前接种都可以，但越早接种免疫效果越好。（未完待续）

■ 专家谈药

补钙并非多多益善

山东省济南医院 主任医师 王建华

钙缺乏固然有害，但补钙也并非多多益善。长期过量服用钙剂可能导致高钙血症、肾结石、异位钙化、情绪异常、肌肉疼痛等不良反应。越来越多的研究发现，钙过量还会增加心肌梗塞和中风的风险。研究认为，如果机体缺乏足够的维生素D帮助吸

收，多余的钙都沉积在血管壁而不是骨头里，久而久之，就会形成动脉硬化斑块，增加心脑血管疾病的风险。另外，高钙膳食还会干扰其他矿物质（如锌、铁）的生物利用率。

因此，补充钙剂不是越多越好，每日摄入钙的总量不应超过2000毫克。

■ 家庭小药箱

手把手教您清理家庭小药箱

天津 副主任中药师 韩德承

现在很多家庭都备有小药箱，以备不时之需。但所有药品都有保质期，对过期药品或变质药品不可再服。什么情况会导致药品不宜久存？哪些药品又该及时处理掉呢？

药品要放在干燥通风之处避光保存。药品怕光照、潮湿、高温，一旦开封后，最好放在干燥通风之处，避光保存。潮湿的场所（浴室、厨房等）容易使药品吸潮而变质。除非是需要冷藏的特殊药品，一般药品常温下保存即可，不建议放入冰箱。因为一旦拿出来服用，再放回冰箱，一冷一热，更容易使药品受潮变质。

药品开封后不要长期存放。药瓶上标注的有效期是指药品在未开封状态下的期限。一旦开封后，保存期限就会缩短。对大瓶包装药，打开后可

用小瓶分装，取少量药片放在密封性好的深色小玻璃瓶中，一定要在小玻璃瓶上贴标签，写明药品名称、规格和有效期，以免同其他药品混淆。服药时，先吃小瓶里的药，可减少药品因反复开瓶而受污染的几率。凡已打开包装的药品，如喝了一半的糖浆、口服液、膏滋等，这类喝剩下的药品长期存放极易污染变质，清理药箱时要及时倒掉。

这些药品要及时清理。家庭不常用的剩余药品，长时间放置容易过期失效，并易与其他药品发生混淆，要及时处理；对于标签丢失，已记不清是何种药或有效期看不清楚的剩余药品，也不宜保存；有的药品有效期很短，如胃蛋白酶合剂、多酶片、利福平眼药水等，在小药箱中久存很容易过期失效，也要及时清理。