

网传新毒株更易侵犯消化系统,得囤些诺氟沙星

## 关于新冠腹泻 这些事情应该知道



2023年的第一天,“蒙脱石散”“整肠生”“诺氟沙星”成了热搜词。把它们送上热搜的是朋友圈流传的一则消息。

消息称,1月3日国家开放入境,目前国外登顶的毒株是XBB.1.5,这种毒株主攻心脑血管和消化系统。所以,有条件的请准备蒙脱石散、补液盐、整肠生、益生菌片,诺氟沙星也来一盒。

胃肠道的不良反应由多种原因引起

根据美国疾控中心于近日公

布的数据,去年12月30日当周美国40.5%的新冠感染病例由奥密克戎亚型毒株XBB.1.5引起。世界卫生组织在去年10月底就发表声明,指出XBB.1.5是BA.2.10.1和BA.2.75亚系的重组体。

北京佑安医院呼吸与感染疾病科主任李侗表示,没有发现XBB.1.5更容易侵犯心脑血管系统和消化系统。

之所以一些患者在感染新冠病毒后会腹泻等,北京胸科医院消化内科专家何玉琦分析,

这是因为胃肠道是病毒潜在的传播途径和靶器官。不过现在,奥密克戎变异株的毒力已大大降低,对胃肠道黏膜的损伤程度也显著减弱。

同时,考虑患者感染奥密克戎病毒后常伴有发热,随着体温升高,患者消化酶活性随之降低,因此会有一部分人出现食欲减退、腹泻、恶心、呕吐、厌食等消化道症状。

除了病毒带来的消化道症状,患者发热后服用的非甾体抗炎药、中成药等对症治疗药物,也会引起胃肠道的不良反应。

服用诺氟沙星不仅无用而且有害

那么用网上说的这些药物来治疗新冠病毒引起的腹泻靠谱吗?

“蒙脱石散是一种治疗腹泻常用的辅助药物,可以吸附病原体和毒素,因此一般在临床上,一旦患者发生严重腹泻,一天超过七八次水样便,医生就会让其服用蒙脱石散来减轻腹泻症状。”天津医科大学总医院消化科主任曹晓沧说,“不过蒙脱石散不能杀灭引起腹泻的病原体,所以只是成人及儿童急、慢性腹泻的对症治疗药物。”

同时,北京大学口腔医院口腔黏膜科主任医师刘宏伟表示,蒙脱石散有副作用,其颗粒比较难排出体外,大量留在体内可能造成便秘。

“整肠生和其他益生菌补充剂等的主要功能是调节胃肠道菌群。整肠生的主要适应症就是细菌或真菌引起的急、慢性肠炎、腹泻。”曹晓沧介绍,其治疗原理就是用细菌对抗致病细菌,通过生物占位效应,把致病细菌“干掉”。虽然无法对抗病毒,但是对于腹泻后胃肠道菌群失调还是有一定的防治作用。

“如果说,对于新冠病毒感染引起的腹泻,服用蒙脱石散和整肠生还属于对症治疗,那么服用诺氟沙星则不仅无用而且有害。”曹晓沧强调,诺氟沙星是广谱抗生素的一种,常用于细菌引起的腹泻,如肠炎、痢疾类病症,而对于非细菌性感染的腹泻完全无效。而且本来只是病毒引起的腹泻,滥用了抗生素,就会使肠道原本的菌群失调,反而会加重病情。

此外,据央视网微博消息,服用诺氟沙星会阻碍骨骼的成长与发育。因此中国药典上明确规定,

诺氟沙星不宜用于18岁以下的未成年人。

避免脱水和电解质紊乱是关键

“一旦发生腹泻,最重要的是避免脱水和电解质紊乱。特别是儿童,腹泻几次之后,很容易出现这种情况。”曹晓沧提醒,脱水后会出现口干、口渴、头晕、浑身无力、皮肤弹性变差等情况。电解质紊乱则会引发低钾血症、低钠血症等,严重时还会出现意识障碍、嗜睡、昏迷等症状。同时,也应对一些非典型性的脱水和电解质紊乱的早期症状诸如厌食、食欲下降、困倦、疲乏等保持一定的警惕,尤其对于老人和小孩等高危人群,更应该加强观察。

曹晓沧建议,当出现腹泻时,首先要进行补液治疗,补充水分和电解质预防脱水,同时保持体内的电解质平衡。其次要注意腹部保暖,吃温热食物,不要吃生冷、油腻的食物,以免加重胃肠功能紊乱,从而导致腹泻加重。腹泻脱水时,可以在专业医师指导下服用蒙脱石散、益生菌补充剂等,调节体内的菌群平衡,缓解腹泻症状。

据《科技日报》

### 健康科普

## 自行服药需警惕这些用药误区

近日,一则“女子感染新冠乱吃药致肝衰竭”的消息,引发广泛热议。用药看似小事,但其实也是很有讲究的,生活中很多人在用药这件“小事”上都存在误区。

**误区一:为预防疾病提前吃药、大量服用营养素补充剂**

冬季是感冒高发季,为了避免生病,很多人提前吃板蓝根、感冒清热冲剂等中药来“预防”。还有人大量服用营养素补充剂,来提高免疫力。

天津医科大学总医院药剂科副主任、主任药师袁恒杰表示:“在本身并没有出现病症的情况下,乱用药物和营养素补充剂,唯一的后果就是造成机体肝或肾负担加重,有可能引发严重后果,给机体带来损伤。”袁恒杰举例,比如现在很多人大剂量服用维生素C,目前中国营养学会推荐的每日摄入量为100毫克,但很多人都是超量服用。长期过量补充维生素C,可能会带来尿路结石、尿酸升

高、痛风等风险。

**误区二:为增强治疗效果,任意加大服药剂量、缩短用药时间间隔**

在生活中,有一些人觉得服用药物后效果不好,特别是慢性病,治疗很久都不见起色,于是就随意增加服药剂量,或者缩短用药时间间隔,增加用药频次。

对此,袁恒杰表示,超剂量和超次数的用药是非常不可取的。以新冠病毒感染为例,用于退热的药物主要有非甾体抗炎药,包括对乙酰氨基酚和布洛芬单方或复方制剂。退热药使用一次后,若持续疼痛或发热,可每4~6小时重复用药1次。

“许多患者因为退热效果不明显,擅自加大剂量或缩短给药间隔。其所带来的后果就是增加肝脏负担,甚至引发严重肝损伤。”袁恒杰举例,比如过量使用对乙酰氨基酚可引起肝脏损伤、昏迷等;过量使用布洛芬可增加

胃肠道不良反应的风险,甚至可能导致消化道出血或穿孔等严重后果。

**误区三:吃药种类越多效果越好**

很多人觉得,多服用几种治疗同一疾病的药物,可以让病好得更快。

“俗话说‘是药三分毒’,过多服用药物,只会增加机体代谢和排泄药物的工作量,加大机体负担,不仅不利于疾病治疗,反而会给身体造成损伤。”袁恒杰说。比如普通感冒,用药是为了控制机体不能耐受的症状,所以各种药物叠加使用对控制疾病没有任何益处。此外,中药以及西药也不能一起吃,因为很多中成药类感冒药也含有对乙酰氨基酚、氯苯那敏及麻黄碱等控制发热、头痛或鼻塞症状的西药成分。不同的药物可能存在相同或类似成分,盲目同时使用多种感冒药,相当于药物加量使用,不仅会增加药

物副作用发生的风险,还可能出现出汗过多、头晕、嗜睡、心悸、胸闷、气促、过敏等症状。

**误区四:可以把成人的药物减量给儿童服用**

生活中,有很多药物没有儿童剂型,但有些家长觉得,给儿童服用成人药物时,只需“剂量减半”就行了。

“儿童不是成人的‘缩小版’。儿童与成年人的差别不仅是体重不同,而且还有生理、病理方面的差异,尤其是孩子的肝、肾等脏器发育不全,酶系统也未完全建立,解毒、排毒的功能很弱。”袁恒杰表示,因此儿童用药与成人用药有质的区别,把成人药减半给儿童服用,易造成无法预估的后果。

而且儿童用药的专用剂型多为溶液剂,便于根据患儿的年龄和体重调整给药剂量,且儿童用药多有矫味剂,患儿易于接受。

据新华社

### 医学前沿

## 搭载微针靶向注射无人机递药急救系统问世

近日,浙江大学药学院、金华研究院顾臻教授团队联合该校其他科研团队发明了一种基于无人机的靶向递药急救系统。

对于突发心肌梗塞等疾病的患者或遭遇事故造成严重外伤的伤者来说,如果不及开展治疗,便会面临死亡风险。顾臻介绍,这一急救系统由无人机、投掷给药装置和含有紧急治疗药物的微针贴片组成,当无人机飞抵患者时,可在不用其他力量的情况下实现自主给药,旨在解决患者身边缺乏急救设备,或由于交通拥挤、地理位置不便等导致的急救不及时的问题。

团队成员介绍,当无人机搜索和识别到救援目标后,可在适当的高度悬停,随后释放投掷给药装置,将负载药物的微针插入救援目标的皮肤,包裹在微针里的药物会很快在皮下释放,通过血液循环到全身,实现急救的目的。

顾臻介绍,投掷给药装置底部的触发器接触到皮肤表面时,弹簧可以释放出足够的能量使附着的微针插入至皮肤中。相比于手动给药,该装置提供的推力更加均匀,更利于微针贴片扎入皮肤。

该联合团队在低血糖小猪模型中成功实施了快速急救,有效防止了小猪的血糖持续下降,并促进其血糖上升到正常范围。据悉,这一微针包含两个释放模块,前端可以快速释放药物,后端可以响应血糖变化,若血糖已经平稳,则药物释放会变慢。

谈及未来应用前景,顾臻表示,此项发明是一个平台技术,一些可穿戴的生理监测设备、先进的检测或分析系统、新型的给药方式及给药设备都可以与无人机靶向递药急救系统整合,以进一步扩展无人机介导的药物急救应用场景。

据《科技日报》

### 医生提醒

## 天冷易冻膝 护好关节最重要

冬天注重养生的朋友们,想必已经摩拳擦掌地筹备冬季养生方案。除了进补,冬季适当的锻炼对人体是大为有益的。不过,这个时候我们一定要格外注意膝关节的保护,因为它比其他季节都更加脆弱容易受伤。今天,中医正骨科的医生就来跟大家分享几个冬季护膝的小妙招儿。

**动作放缓 锻炼前要热身**

冬季人体为了保存能量,阳气内敛,气血内收,关节部分的血液循环远较其他季节更低一些。这种情况下,关节部分的韧带、肌肉弹性远不如平时,无论是久坐

起身、日常行走还是锻炼,都容易出现韧带肌肉的拉伤。

所以,在改变体位和动作的时候,一定要轻缓,让关节有充分的适应过程,锻炼前一定要做好充分的热身,关节达到最佳状态以后再开始锻炼。

**注重关节保暖 护膝安排上**

值得一提的是,大家在冬季锻炼的同时,务必要做好关节部分的保暖,防止出现不必要的损伤。

因其使用广泛且受季节影响大,膝关节的保暖尤为重要。冬季,在韧带和肌肉弹性下降的同

时,对关节本身的保护力也会明显减弱。关节本身的稳定性下降,软骨、半月板这些缓冲功能的部分容易出现比平时更多的磨损。

所以,建议大家在平时佩戴护膝,既能一定程度上保暖,增强局部循环,又能对关节起到缓冲保护的作用,减缓退变进程,避免损伤。

除此之外,按摩也是一个好方法。大家可以尝试按揉髌骨周



边的几个凹陷处,以按之轻微酸胀感为宜,每个位置30下为一组,还有腘窝里的委中穴,按揉20下为一组,每天早晚各两组即可,也可用热敷取代。

据《生命时报》