

感冒药应看清成分再服用

一场秋雨一场寒,入秋后,早午晚温差变大,是感冒的高发期。但不少人感冒后往往由于错误用药以致耽误了病情。如何正确合理使用感冒药?专家指出,要正确使用感冒药,先要认识药物成分。一般来说,感冒药的主要成分有以下四类——



退热药

这类药以解热镇痛药物为主,如阿司匹林、对乙酰氨基酚

等。主要针对感冒中的发热症状,也有止痛的作用。当体温超过38℃时,可以服用退热药物,且间隔的时间应在6-8个小时内。

这类药物对胃肠道具有副作用,其中阿司匹林对胃的刺激性较大。对于有溃疡病的患者不宜选择含有阿司匹林成分的解热镇痛药,以免诱发溃疡病发作。儿童如果使用阿司匹林退烧,容易诱发惊厥,大量出汗甚至虚脱等不良反应,3岁以下的小孩不宜使用这种药,可选择对乙酰氨基酚。孕妇应先选择物理降温,在医生的指导下使用退热药。

抗过敏药

感冒的时候通常会出现“卡他症状”(鼻塞、咳嗽、流涕、打喷嚏等上呼吸道症状),抗过敏药主要成分有扑尔敏、苯海拉明等,主要有缓解鼻塞、喷嚏的作用。

需要注意的是,此类药物有让人嗜睡的副作用,服用后容易使人犯困,所以需要开车或高空

作业时不适宜使用这类药物,建议晚上休息的时候再服用。

减充血药

在感冒时,我们经常感觉鼻子不通气,呼吸困难,这是鼻黏膜充血造成的。减充血药能减轻鼻黏膜充血,使呼吸顺畅。常用的减充血药是伪麻黄碱。

减充血药具有收缩血管的作用,使用后会影响心血管和血压,心血管病、高血压患者要慎用此类药物。

止咳药

目前常用的止咳药右美沙芬,这类止咳药没有成瘾性,比较安全,适合于感冒伴有干咳的人,如果是咳嗽且痰较多的情况,应该祛痰止咳,不应单用止咳药。但现在市面上的药品多是止咳和祛痰的复方药,使用起来比较方便。
(木子)

避开用药两误区

1.感冒就服抗生素

许多人将抗生素当作万能药,一旦感冒了,第一个想到的就是使用抗生素。事实上,抗生素主要是针对细菌感染,而感冒是一种上呼吸道疾病,90%的感冒是由病毒引起的,抗生素对病毒无效。一般感冒服用了抗生素,不但起不了治疗的作用,反而可能增加不良反应和肠道细菌的耐药情况。专家强调,即使发生细菌感染,也必须在医生的指导下用抗生素,患者不应自行使用。

2.多种感冒药一起用好得快

很多人家里都备着好几种感冒药,感冒了,为了尽快控制病情,就同时服用两种或两种以上药物。专家表示,市面上很多感冒药的成分都不是单一的,多是几类药物的复方制剂,重复用药会导致某种成分的剂量超量,对人体的肝肾功能造成损伤。需要提醒的是,有些中成药是含有西药成分的中药,如果随意中西药合用,感冒药的相关成分也会增加,引起不良反应。因此,在服用感冒药的时候一定要看清楚成分,对症下药。

医药搜索

肿瘤晚期怎么治更科学

肿瘤极易复发转移,患了肿瘤,往往是手术做了、放疗做了、化疗也做了,可没过多长时间一检查:又复发了、转移了,天哪,这到底是咋了……

肿瘤“复发转移”到底是咋回事

据权威专家介绍,肿瘤是全身性疾病的局部表现,多数患者的治疗都离不开手术、放疗、化疗三步骤,或者是只选择其中某一种和两种治疗方法。治疗结束后,患者普遍认为自己的病已痊愈,但复查时,却发现肿瘤已出现转移或复发。

有的患者自认为,经过手术和放化疗后,即可彻底杀死癌细胞。事实上,这些方法对体内残留的癌细胞无能为力,不能100%完全清除癌细胞,更不能改变人体致病的“内环境”,同时患者经过手术、放化疗后,身体会受到很大伤害,免疫力极度降低,身体虚弱,免疫系统对正常细胞的监控能力及对肿瘤细胞的抑制杀伤力削弱,残存、潜伏在体内的癌细胞反而会迅速增长。据统计,经过手术、放化疗的癌症患者,如不进行合理和正规的治疗,癌细胞复发和转移率极高。

开辟肿瘤治疗新途径

由多国医学专家强强联手,组成癌症课题攻关组,根据肿瘤复发和转移的机理,历时十余年,历经上万次实验,终于研制出肿瘤立体疗法的抗癌药物——香伏斑蝥,已获得国家专利保护品种称号(咨询热线:0535-7077885),这是肿瘤药物研发的一次大的突破。“香伏斑蝥”的问世开辟了继手术、放疗、化疗之后治疗肿瘤的又一治疗模式。据悉,该药适用于中、晚期各类肿瘤患者。香伏斑蝥对肿瘤细胞具有直接杀伤作用,抑制癌细胞蛋白质生物合成及DNA、RNA的合成,诱导干扰素和IL-2;活化人体抗癌基因,释放肿瘤坏死因子(TNF)。

肿瘤的康复护理

肿瘤治疗病程缓慢,患者发病后,无论从生理上、心理上发生很大变化,要重新建立生活规律,养成良好习惯。专家经过多年研究得出结论:“人们日常生活习惯对战胜疾病和死亡有很大影响。”故每个肿瘤病人应根据自己的病情结合药物治疗安排好自已的日常生活。有规律的生活所

形成的条件反射,能使身体各组织器官的生理活动按节律正常进行,如每日起床、洗脸、漱口、进食、排便、锻炼、工作、休息等形成良好的规律,则既能利于身体健康,又能利于肿瘤康复。

肿瘤饮食原则及注意事项

要保持乐观的情绪,树立战胜肿瘤的坚定信心;适当的运动可使气流畅通,增强机体抵抗力;避免受风寒,“百病从寒起”,身体受风寒刺激时,抵抗力下降,易诱发疾病;饮食应以清淡而富有营养为主,多吃蔬菜和易消化的滋补食品;肿瘤病人热能消耗大,因此饮食要比正常人多增加20%的蛋白质;少吃油腻过重的食物;忌食过酸、过辣、过咸、烟酒等刺激性食物。

饮食营养是维持生命,保持健康的物质基础。患者养成良好的生活、饮食习惯再配合使用香伏斑蝥后食欲和睡眠明显改善,身体有劲,精力充沛。香伏斑蝥为广大患者战胜疾病,重返生命绿洲带来了新的希望和曙光。
(杨光)

食疗古方攻克老便秘

泻药是通过生化反应强烈刺激肠道神经,让肠道产生剧烈收缩来达到通便目的。这种剧烈刺激与收缩过程,对肠道神经和肠道黏膜的损伤极大。因此服用泻药,往往腹痛难忍、腹泻难忍,越服越不管用,越服剂量越大!目前市场上还有很多种减肥产品也是利用泻药的腹泻脱水特性来达到所谓减肥目的,这更是为医生专家所不齿。

因此要有效预防和治疗便秘,不可简单地一泻了之,最好的方法是针对酸碱失衡、大便干结、消化不良来进行食疗并加以适当运动解决。比如食疗古方中的黑豆野菜熬粥,蚕豆皮磨粉熬粥等都属于这个通便思路。

天膳生物运用现代生物技术,以“黑豆、马齿苋、芹菜叶、金银花、山楂、海藻、菊花、绿茶”8种纯食疗原料,成功研制出具有“更有效、更安全、更方便”特点的现代化药膳——【御品膳食通】。

该方富含高浓缩膳食纤维

及传统“促消化、清火气、平衡酸碱”食疗成分,具有“吸水吸油膨胀松软大便,油滑易排”的物理特性和“营养肠胃、修复肠蠕动”的食疗效果。

每天仅需服用一次与晚餐同食,8-12小时左右自然排便不肚痛不腹泻;调补结合滋补平衡肠胃环境,逐步恢复肠道蠕动功能,绝无依赖越服剂量越小乃至停药、隔日服或以小剂量维持,越服排便越规律舒适正常。

免费试用 免费送货(外地新顾客可先申请后付款)

【御品膳食通】烟台专卖店:新闻中心上芥东路与四眼桥街十字路口西20米路北。

咨询电话:15965154859



教你一招

吃完螃蟹喝姜水驱寒

秋季,恰逢螃蟹上市之时。然而有些人食用后,会有腹痛腹泻、恶心呕吐的症状,因螃蟹非常寒凉,尤其是本身脾胃虚弱的人,一吃更易有问题。姜性温,可以弱化

蟹的“寒”。如果自己烹制螃蟹,一定要加入姜同蒸或同炒。还可以在吃完蟹后喝姜水,或嚼些姜片。能够起到暖胃、温补的效果,降低吃蟹后的腹泻反应。

心灵园主:王伟凯 心灵园艺师:国家二级心理咨询师 王春福



心灵花园

恋物的由来

恋物症的成因较复杂,业内也没有较权威的、一致的看法:就春福老师个人的已有知识和经验而言,恋物症的成因,关键就是将所恋物件与性兴奋相联,后经反复强化,形成了一种条件反射,因此,患者一见到该物件就会产生兴奋。具体一点说,可能有以下一些原因:

与缺乏科学的性教育有关

例如,科学的性教育,应该针对孩子不同年龄阶段,不同个性特点,对孩子进行适时适当的性教育,让孩子对两性差异有一个科学的认识,正确的态度。鼓励孩子与异性的正常

社会交往,对孩子对异性的好奇、爱慕甚至早恋,要合理地引导,而非简单粗暴地打压。

与异性交往经验,技能缺乏有关

这类孩子,由于害怕受到伤害,往往不敢正面对异性接触,例如,不敢直接对异性表白,更不敢积极追求,对异性的好奇、喜欢无法通过正常途径来实现,因此,退而求其次,希冀通过占有异性贴身用品的方式走近异性。

与亲子关系有关

例如,母子之间情意不相通,彼此不了解,没有亲密感,孩子基本的感情慰藉无法得到满足,因此,孩子可能压根就不

知道爱为何物,爱的能力也无从培养。可能也正是由于母子关系太疏远,孩子也无法从母亲那里学会有效拉近距离的知识、方法,无从培养拉近距离的能力。因此,当面对自己心仪的异性时,显得有点手足无措。

与孩子的成长经历有关

例如,在人际交往方面,尤其是异性交往方面(男孩的异性交往,首先是从妈妈开始的,由此妈妈的责任可见一斑),缺乏成功体验,愉悦体验。因此,在异性交往方面,缺乏起码的自信。

与孩子的成长环境有关

孩子的成长环境主要是家庭、学校,家庭的影响尤其明

显,例如,在孩子和家长互动的过程中,家长是否表现出欣赏、接纳、尊重等肯定式态度,会直接影响到孩子的自我概念的形成。例如,父母心理是否健康,会直接影响到孩子的心理健康。

与压力有关

从心理学角度看,压力是压力源和压力反应共同构成的一种认知和行为体验过程。例如,一方面,孩子需要异性亲人的关注和爱,一方面又无法通过正常途径获得(压力源),就可能使孩子感受到巨大的心理压力(压力反应),为了缓解这种压力,偷窃所恋物品(压力应对)。



心灵园艺师档案:

王春福,国家二级心理咨询师,拥有国家职业心理咨询师培训师资格,是中国“百名心理咨询师”之一。2003年创办烟台三阳心理咨询有限责任公司,其为执行董事、法人代表,撰写《意识的物质性初探》获得了山东省科协科技成果二等奖。在2009年9月,获得全国首届优秀心理学工作者称号。

王春福老师咨询热线:13455519982, 6219260

栏目互动邮箱:qlwblxzk@126.com