



吃药这件事 咋样才有准儿?

英国药剂师:药永远吃最小剂量
本土专家建议:用药剂量要个性化

许多人可能会有这样一个习惯,有个头疼脑热的小毛病时,吃药的时候总是按最大剂量服用,原因是药量大点病会好得快些。

但不久前,英国著名药剂师西德·戴加尼指出,服药要永远选择最小剂量,否则会对大脑造成影响。

对照自己的习惯和权威药剂师的主张,不少人产生了困惑——“现在市面上的非处方药有那么多,随处都能买到,但是说明书上却总是有‘成人每次2~4片’这种字样,那我到底是该吃2片,还是4片,或者取中间值吃3片?”

服药应该永远选择最小剂量吗?如何科学安全用药?昨日,记者针对公众关心的问题进行了调查。

晚报记者 邢进 实习记者 宋建巧

一个白领的服药习惯

服用最大剂量,希望病能快点好

30岁的小赵是一家公司的管理层人员,平时工作非常繁忙。

一般有个头疼脑热上火之类的小毛病,他都顾不上去医院就诊。

家里也存了些感冒灵、牛黄解毒片、氟哌酸之类的常用药,“一般情况下,有点不舒服的时候,自己吃点药也就好了。”

不过小赵有个习惯,就是喜欢按照最大剂量服药。“我工作忙,时间少,病不能拖,一有不舒服老想着能快点好。”

如果说明书上说每次2~4粒,小赵总是服4粒,如果是每次4~6粒,不用说他就会选择服6粒。

“我一直都这样,也没有什么不好的情况出现”,可是这天上网看新闻,看到了英国药剂师西德·戴加尼“永远选择最小剂量”的说法,小赵心里有点打鼓了。

西德·戴加尼的说法是这样的,因为所有药物都会影响大脑,即便是最普通的止痛药也是如此。

所以药不是吃得越多,效果就越明显,为了避免损害认知能力,他总是选择服用最小剂量。

“难道我一直以来都是错的?那会不会对我的脑部功能产生影响啊!”

用药量网络调查

有大有小,“我的药量我做主”

关于药物的最大和最小剂量,公众在服药时是怎么选择的?像小赵一样想法的人多不多?

昨日,记者在网上进行了一番调查,发现大家的看法各不相同。

“文子”:小剂量,必须地。(大剂量)会依赖地,而且是药三分毒啊!

“秋”:首次服用时加倍或取最大量,以后服用就取中间值。当然若是就没吃过这种药,就按最小量了。

“路人”:我一般到严重时才开始吃药 所以都是大剂量。

“披着羊皮的兔子”:看当时的情况,貌似我每次都不是一定的,我的药量我做主。

“阿丑”:我选择小剂量。

“风”:听说发病初期都没什么症状,出现症状的时候就是最厉害的时候了,有病一直吃大剂量。

市三院副主任药师王慧敏

用药剂量要个性化

针对英国药剂师西德·戴加尼的说法,王慧敏并不完全同意,“这种说法过于绝对了”,按照说明书上的最小量用药不一定是最好的办法。

她说,药品说明书上的剂量是经过严格的临床试验得出来的。

试验依据的是适用人群的中间年龄,也就是中青年阶段,以及人们的平均体重值。

符合这个标准的人群,使用说明书上的标注剂量,不管是最大还是最小剂量,都在安全有效的范围之内。

而且只有在这种剂量下,血液中的药品浓度才能达到治病要求。

但具体到实际过程中,用药人群并不会像制定说明书时那么符合标准要求,具体是要用最小剂量还是最大剂量,需要具体问题具体分析,要个性化用药。

针对个性化用药,王慧敏提出了以下几点建议:

1.如果用药者的年龄在中青年阶段,体重也在标准体重左右,可以采用药品说明书上的最大用药剂量,达到最快的治病效果。

2.特殊人群不要盲目按说明书用药。特殊人群是指婴幼儿、孕妇、老人及肝肾功能不好的人,用药的时候不能按说明书的最小剂量用药,一定要咨询医生的意见,该用多大的剂量,要遵医嘱用药,如果盲目用药易出现药物不良反应。

3.体重超标的人群,为了达到用某种药物治愈病症的目的,可以采用最大剂量用药或者在最大剂量的剂量上适度地添加一些。

郑州人民医院主任药师胡幼红

肝肾疾病患者,用药要选择最小剂量

胡幼红认为,病人个体的情况是千差万别的,所以服药剂量也不能一概而论。

医生在临床治疗的过程中,也不是完全按照药品说明书上的剂量来用药的,而是需要依据病情的危重程度、病症部位、患病人群等因素灵活变通。

“决定用药剂量,首先要看病情的危重程度。”在患者病症危急的时候,需要加大用药量,使血液中药物浓度迅速达到最高,及时控制住病情。

而随着患者病情的好转,可逐渐减少用药量,到最后巩固阶段就可以按说明书上的正常剂量用药了。

其次,用药剂量的大小也要与病症部位联系起来。“因为药物的有毒物质都是通过人体的肝肾代谢排出的,所以本身肝肾部位有疾病的患者,在用药的时候就要选用最小剂量”,以避免对肝肾再度造成损伤。

而一些常见的慢性病因为长期用药,在用药的时候就要尽量采用小剂量服药。

胡幼红说,一般情况下,老人用药量可以采用药品说明书剂量的3/4,儿童为1/2。

而14岁以下的儿童、孕妇等特殊人群需要服药的时候,要去医院咨询医生之后再选择服用量。

人们平日里遇上头疼脑热的常见病,只要严格按照说明书上的剂量服用就可以。

但是如果长期服用最大剂量,对人的肾功能还是有一定损伤的。

