



药



居家治疗咋选中成药

我省出台用药指南,请收好

根据病情发展阶段,选择一种中成药即可

成人、儿童居家治疗,如何选择中成药?12月10日,记者从省卫健委获悉,为进一步做好新冠病毒感染者居家治疗中医药使用指导工作,我省出台《河南省新冠病毒感染者居家治疗中医药使用指导意见》。

据介绍,这份居家治疗中医药用药指导意见,参照国家发布的《新冠病毒感染者居家治疗指南》,经我省一线临床中医药专家研究,按照新冠病毒肺炎在不同时期的发病症状、病程特点,分为发病早期、中后期两个阶段,成人和儿童两个不同人群,对症进行中医药用药的相关指导。此外,这份用药指导意见还提出了居家治疗期间的健康指导,包括怎样调节饮食、保持良好心态、开展八段锦等居家锻炼、穴位按摩、中药香薰疗法等。

正观新闻·郑州晚报记者 王红

一、推荐中成药

(一)成人

1.发病早期

以发热为主,伴全身肌肉酸痛、头痛、乏力者。

推荐中成药:莲花清瘟颗粒(胶囊)、疏风解毒胶囊、金花清感颗粒、宣肺败毒颗粒、清肺排毒颗粒、散寒化湿颗粒、双黄连口服液、小柴胡颗粒、荆防颗粒或其他有相同功效的药物。一般服用3~5天。

2.发病中、后期

(1)以咽干、咽痛为主者

推荐中成药:疏风解毒胶囊、双黄连口服液、六神丸、蓝芩口服液、蒲地蓝消炎口服液(片)或其他有相同功效的药物。

(2)以咳嗽为主者

推荐中成药:肺力咳合剂、射麻口服液、急支糖浆、复方鲜竹沥液、苏黄止咳胶囊、青石颗粒、三拗片、通宣理肺丸或其他有相同功效的药物。

(3)以食欲不佳、恶心、呕吐为主者

推荐中成药:藿香正气水(胶

囊、丸、口服液)、保和丸或其他有相同功效的药物。

(二)儿童

1.发病早期

以发热为主,伴头痛、周身酸痛、乏力者。

推荐中成药:莲花清瘟颗粒、抗感颗粒(儿童装)、小儿豉翘清热颗粒、金莲清热泡腾片、感冒清热颗粒或其他有相同功效的药物。一般服用3~5天。

2.发病中、后期

(1)以咽干、咽痛为主者

推荐中成药:蒲地蓝消炎口服液、双黄连口服液(儿童型)、六灵解毒丸或其他有相同功效的药物。

(2)以鼻塞、咳嗽为主者

推荐中成药:清宣止咳颗粒、金振口服液、小儿肺热咳喘口服液(颗粒)、莲花清咳片、三拗片或其他有相同功效的药物。

(3)以恶心、呕吐、食欲不佳为主者

推荐中成药:藿香正气水(口服液)、保和丸或其他有相同功效的药物。

(三)注意事项

1.根据病情发展阶段选择一种中成药即可。

2.上述推荐药物涉及孕妇、哺乳期或有基础病患者的,应谨慎使用,具体使用剂量与疗程应依照药物说明书或咨询医师。

3.患者也可通过互联网医疗形式进行健康监测咨询。

二、健康指导

1.饮食宜食易消化吸收、富有营养的食物,如蔬菜、水果,忌食辛辣、油腻食物;咽痛者忌食辣椒及羊肉。

2.发热病人要注意多休息、多喝水。

3.保持良好的心态,避免紧张及焦虑。

4.居家锻炼:可根据自身情况,开展八段锦、五禽戏、太极拳等功法的锻炼,动作宜轻柔,每天1~2次。

5.穴位按摩:可选取风池穴、迎香穴、合谷穴、太阳穴、风府穴等,每天早晚各做1次。

6.中药香薰疗法:可选用藿香、艾叶、苍术、薄荷等药物煎煮后熏蒸房间。

轻症患者居家专家解答如何用药

本报讯(正观新闻·郑州晚报记者 王红)无症状感染者要治疗吗?轻症病例居家时应如何使用药物?……12月10日,郑州市第一人民医院南院区(省、市新冠肺炎定点救治医院)首席专家、内科博士曹心慧针对近期市民普遍关心的问题进行解答。

无症状感染者可以注意多喝水,保证营养均衡、规律作息,不要过于劳累。出现发烧、头痛、喉咙痛、干咳、味觉减退等症状的患者,可以根据不同情况进行合理用药。

发热 低热的可以物理降温,多喝水。体温超过38℃的患者,可以结合既往用药经验,选用效果好、不良反应轻的解热镇痛药物。

咳嗽 可以结合既往用药经验,选用一种止咳药物。

乏力伴胃肠不适 可以选用藿香正气胶囊(水、丸、口服液)。

患者也可以选用抗病毒口服液、干扰素鼻喷剂等抗病毒药物,但要注意不要多种药混在一起吃,多药相互作用也可能增加不良反应,同时还要注意不要随意加量、减量。

有上述症状且有高血压、糖尿病、冠心病、脑血管病等基础疾病的患者,如基础疾病症状加重或出现新的症状,需要及时就医。

后天起高三学生错时错峰返校复课

其他学段、年级暂缓返校,继续做好线上教学

本报讯(正观新闻·郑州晚报记者 张勤)昨日,郑州市新冠肺炎疫情防控指挥部办公室发布165号通告,根据《国务院联防联控机制综合组关于进一步优化落实新冠肺炎疫情防控措施的通知》精神,按照《郑州市新冠肺炎疫情防控指挥部办公室关于进一步优化调整疫情防控措施的通知》要求,结合我市疫情防控实际,经综合研判,决定自12月14日起,全市普通高中按照自愿原则,分批有序、错时、错峰组织高三年级学生返校复课;返校的师生员工需提供入校前48小时核酸检测阴性证明和健康码绿码进入校园;寄宿制普通高中落实封闭管理;其他学段、年级暂缓返校,继续做好线上教学。

郑上1路班车今起恢复运营 每天8个班次



本报讯(正观新闻·郑州晚报记者 张倩 文/图)前期受疫情影响暂时停运的郑州至上街班车(郑上1路)在经过周密准备后,将于12月12日在郑州火车站西广场重新恢复运营。

目前,郑上1路每天共发8个班次,发车时间:9时、10时、11时、12时30分、14时、15时30分、16时30分、17时30分。全程票价6元,乘客可在微信“豫州行”小程序或郑州火车站西广场长途汽车中心站售票处进行购票,于火车站西广场乘车。