

老人感染新冠后如何合理用药?

新冠病毒感染后的症状包括发热、鼻塞、打喷嚏、咽干咽痛、咳嗽咳痰等。如果症状严重,对老年人来说更是身体综合素质的考验。市卫生健康委提示,老年人的肝脏、肾脏、心脏各项功能会出现不同程度的减退,导致对药物不敏感、不良反应的发生概率也会增加。老年人用药时有哪些注意事项?上海市医师协会临床合理用药专委会会长、同济大学附属同济医院主任药师祝德秋和同济大学附属同济医院临床药师元展给出十条建议。

给老年人的建议

- 1 没有基础疾病的老年人可以按照《新冠病毒感染者居家治疗指南》,根据症状选择相应的药物。市面上有部分退烧药为复方制剂,推荐老年人选择单方制剂,以减少对肝肾的负担。
- 2 在治疗新冠期间,合并高血压的老人要正常服用降压药,避免随意停药而出现血压控制不佳的情况。另外,老年高血压患者应避免服用含有麻黄碱、伪麻黄碱的药物,麻黄具有收缩血管的作用,还会抑制降压药的药效,从而影响降压的效果。
- 3 合并糖尿病的老年人在感染期间应加强血糖的监测。许多中药感冒冲剂或止咳糖浆、口服液的辅料中均含有蔗糖,要引起注

- 意。同时,患病期间进食量可能减少,服用常规剂量的降糖药会造成低血糖,如有头晕、乏力等低血糖症状,应及时补充糖分。
- 4 心血管疾病老年人切忌停用抗血小板药物或抗凝药物,否则易形成血栓造成心肌梗死或脑梗死等严重不良后果。退热药首选对乙酰氨基酚,用药期间要监测是否有出血、黑便的情况。
 - 5 对于患有慢性呼吸系统疾病者,新冠病毒的感染将可能加重原有呼吸系统疾病的严重程度。除了长期服用或吸入药物外,还应准备短效急救药物如短效支气管扩张剂沙丁胺醇或特布他林,雾化吸入制剂起效最快。如出现呼吸困难、喘憋加重应及时使用。

给老人子女的建议

- 1 目前上海互联网医院已经实现了“为家人配药”的功能。由于子女在“随申办”App中进行亲属关系绑定,隔天可为家中老年人代配药。
- 2 患有慢性病的老年人患病期间仍需正常服用基础病药物,不要因为新冠感染而擅自加减服用治疗基础病的药物。治疗期间要控制药物的使用种类,并注意药物相互作用,对此不能明确的应咨询药师。
- 3 主动做好老年人和家庭成员的健康监测。可配备家用血压计、血糖仪等设备,每天自我监测体温、血压、血糖、心率等指标。患有呼吸系统疾病的老年人可以自备指夹式血氧仪监测血氧饱和度情况,氧饱和低于93%或较平常氧饱和和下降较多就应引起注意,及时就医。
- 4 要防止多重用药和病情进展带来的非典型症状。

发热、比较虚弱的时候,需要有人搀扶行走防止跌倒。老年人用退烧药后大量出汗,造成虚脱甚至低血压的情况也要警惕跌倒。预防老人跌倒后发生骨折的情况。

■ 有些老年人担心身体抵抗力不足,紧张到失眠。或是因病情导致嗜睡、精神状态不佳的情况,都应当引起子女注意。

■ 对于老年人,特别是低体重的老年患者保证营养供应非常重要。如果老年人胃口不佳,吃不下肉、蛋等,可冲泡蛋白粉补充能量,还可以适量补充维生素C、维生素D等微量营养素。

5 在居家治疗期间应做好监护,密切观察老年人健康状况的变化。如果出现症状持续或者加重,或出现新的症状,比如出现了胸痛、呼吸困难、大小便失禁、不明原因的乏力或者突然出现肢体不能运动,包括基础疾病加重不能控制时,都需要及时就医。 本报记者 郜阳

防疫帮依忙

“关键时刻要有人站出来”

85后社工陆品凡捐赠100粒布洛芬



自费买药送药的社工陆品凡 徐驰 摄

每次,他都是“自掏腰包”,帮助身边的居民。

居民派单随叫随到 每天行走两万多步

走进陆品凡的办公室,桌上最醒目的位置摆放着一只只透明的密封袋,这是他专门用来分装药片的。每天,他都会戴上一次性手套,严格按照说明书和需求,将药分好装袋,然后贴上写有“布洛芬,加油”字样的贴纸,还在旁边画上爱心,为感染新冠的居民鼓劲打气。

陆品凡讲,在“大上海保卫战”中,他作为小区志愿者团队负责人,被评为“虹口优秀战疫青年”。这让他体会到帮助别人的价值,下决心要成为一名全职社工。今年11月,他经过考试入职南居委会。居委会下辖5个小区,老年人占比不少。

这几天,居委会干部们都陆续“阳了”,目

前,只有他还“阴”着,独自坚守在岗位上。对于居民们的需求,陆品凡“随叫随到”,在他的手机微信里,“置顶”了十多个群,只要一有人“派单”,陆品凡马上会上药赶往居民家中。十多天里,陆品凡总共配送了近百次,每天日均“运动步数”至少2万步。

让他印象最深的,是小区里的一位80多岁的老奶奶。“老人独自在家照顾孙女,祖孙都‘阳’了,发烧到40℃。我把药送到以后,老人隔着铁门,给我深深地鞠了一躬。那一刻,我感到自己正在做着一件最有意义的事。”他说。

“小陆,药拿到了,救急!”“陆老师,药拿到了,你太有爱心了!”陆品凡说,每当看到居民们发来的微信,他自己时刻都收获着幸福。

帮更多需要帮的人 这件事就是分内事

据陆品凡不完全统计,算上最初“多买”和后续“补货”的量,他已经送出了500多粒布洛芬。“前些天,我看到新民晚报开设了‘防疫·帮依忙’栏目,想着来你们这里求助的市民一定更多,就特意留下这瓶100粒装的布洛芬捐赠给新民晚报,希望能帮助更多需要帮助的人。”

结束采访时,陆品凡表示,自己还会继续自费买药送药,“你们有什么需要尽管来找我。关键时刻总是要有人站出来的,特别是我们干社区工作的。我觉得这件事就是分内事。”说完,他的手机微信提示音又响了起来,跨上电瓶车,陆品凡又开始了自己的忙碌…… 本报记者 徐驰 陆常青

新凡人歌

“我有一瓶布洛芬,100粒装的,想送给急需用药的市民。你们能不能帮我为更多人尽一份微薄之力?”昨天,“防疫·帮依忙”的后台收到了这样一条信息。

通过电话联系后,记者立刻开车赶到了指定地点。捐药者叫陆品凡,是虹口区车南居委会的一名85后“新晋”社工。“跟我来,都准备好了。”陆品凡带着记者来到居委会办公室门口,掀开电瓶车的后坐垫,将一瓶未拆封的布洛芬递了过来。

今天,“防疫·帮依忙”开启“紧急求助热线直播”,记者赶赴黄浦区、普陀区、闵行区、嘉定区、浦东新区等,为老弱人群送去“急救药”。陆品凡,路再远,我们“使命必达”!

跑遍药房刷爆手机 自掏腰包帮助居民

陆品凡告诉记者,12月7日,他在网上给家人和亲朋好友购买一组两盒规格的布洛芬时,多“点”了一份。收货时,看着这两盒“多出来”的布洛芬,他突然“灵光一闪”,“现在许多小区居民都在‘求药’,是不是可以把这些药送给他们?”

不过,陆品凡知道,要满足社区居民的需要,这些“储备”还远远不够,要不断补充“药源”。他处处留意,逐渐找到了两个渠道:一是药房。他骑着电瓶车跑遍了小区周围将近20家药房,掌握了每一家进药时间,提前排队适量买药。二是网络。陆品凡一有时间,就不停刷新各平台的网购信息,一有货源,立刻出手。

每一次“购药记录”,都完整地保留在陆品凡的支付宝里:271.4元、186.4元、146.4元……

家住徐汇区康健街道的市民赵先生向“防疫·帮依忙”求助,他和怀孕的妻子都“阳”了。妻子虽已退烧,但咳嗽始终不见好转。他既担心妻子的身体,又怕影响到腹中的胎儿,“我现在居家隔离,网上又买不到药,不知道该怎么办才好?”

赵先生寻遍网络平台,发现相关药物十分紧缺。记者立刻把徐汇区康健街道社区卫生服务中心咨询电话告知了赵先生。赵先生通过热线得到“有药”的回复后,配到了川贝枇杷膏。 本报记者 徐驰

进展 求助
配到止咳药 孕妈妈咳不停

家住普陀区中山北路的姚女士向“防疫·帮依忙”求助:她的女儿正在参加一场很重要的内部考试,虽然核酸检测结果为阴性,但突然间高烧不退。家人虽想尽办法,但始终“一药难求”。

了解情况后,记者随即向“防疫·帮依忙”公益联盟发出信息。经过四处筹措,有公益企业迅速捐赠了布洛芬和缓解感冒症状的药物。昨天中午,“防疫·帮依忙”公益联盟工作人员驱车赶到姚女士家,将药物交到了她的手中。 本报记者 陆常青

进展 求助
布洛芬送到 女儿考试高烧

中科灵芝岁末酬宾 (优惠截止日期 12月31日)

中科创新牌灵芝孢子油软胶囊(40粒/瓶) 中科牌爱特胶囊(100粒/瓶)

中科组合

买 8 瓶 得 11 瓶
买 16 瓶 得 23 瓶
买 24 瓶 得 36 瓶

买 8 瓶 得 10 瓶
买 17 瓶 得 25 瓶

咨询热线: 021-34010789/64311772
上海科药药房地址: 肇嘉浜路526号(近岳阳路) 南京中科药业有限公司出品

问流浪汉“你做生意吗?”

英国富豪首相苏纳克尴尬“问候”惹风波

一句“何不食肉糜?”让晋惠帝沦为了千古笑谈。最近,这样的一幕在平安夜的伦敦上演,主角换成了英国首相苏纳克。12月24日,英国首相苏纳克来到位于伦敦的一家流浪收容所,为无家可归者准备早餐。几句常见的客套问候,他开始了与一个名叫迪恩的男人的对话。

聊着聊着,苏纳克似乎忘了对方的流浪汉身份,问道:“你做生意吗?”

“不,我无家可归。我是一个无家可归的人。”迪恩表示自己商业和金融也有些兴趣。作为前高盛银行家,同时在“全英富豪排行榜”榜上有名的苏纳克自以为找到了共情点,说他自己也曾从事金融工作,并紧接着问道:“那你想从事银行或者金融业吗?”

“好吧,我不介意。但我不知道,我只想先度过这个圣诞。”面对提问,迪恩尴尬地表示,自己只希望慈善机构能为他找到临时住所,这样他就不用再在街上度过这个圣诞节了。这样一段尬聊视频瞬间引爆了英国舆论。不少人批评苏纳克与普通民众“脱节”、不接地气。英国《卫报》援引一项研究指出,今年英国人制作传统圣诞大餐的成本涨幅远高于工资涨幅。火鸡、胡萝卜、土豆等食物价格在2022年平均上涨18%,蔓越莓酱、面包酱等上涨33%,英国人的工资收入仅上涨5.7%。本该是喜迎圣诞节,如今却成了圣诞“劫”。“事实上,许多人都对新的一年感到恐惧。”英国工会联合会秘书长弗朗西斯·奥格雷迪无奈地说。 本报记者 齐旭