



居家健康观察避免用药误区

陈尔真详解:新冠感染后如何合理用药避免重症发生

随着近期国家疫情防控策略的不断调整和优化,奥密克戎变异株已成为目前国内疫情的最主要流行株,但其致病毒力明显下降,同时随着疫苗接种广泛普及,感染后的临床表现也发生显著改变,主要以无症状感染或有上呼吸道症状的轻型患者为主,普通型和重症患者比例显著降低,且重症患者易发生于高危人群,如老年人、有基础性疾病患者、免疫功能缺陷者、没有全程接种疫苗人群、肥胖者(BMI≥30)、晚期妊娠和围产期女性,以及重度吸烟者。

目前,尚无证据支持药物可以预防新冠病毒感染,不需要提前预防性服用药物。对无症状感染者和轻型患者,无高危因素的普通型患者目前可采取居家健康观察,前者一般无需服用药物来干预,但对出现发热、咽干咽痛、干咳无痰、流涕、恶心呕吐等症状患者,可给予对症治疗,以缓解症状,但仍需酌情使用。对有重症化高危因素的普通型和重症患者则需到定点医院治疗。

对采取居家健康观察者,若缺乏相关临床和药学专业背景,且无法及时得到临床专业医师或药师的指导,常常会出现一些用药误区,甚至会导致严重不良反应的发生,甚至诱发重症的发生,值得大家重视。对此,上海瑞金医院副院长陈尔真详解新冠感染后如何合理用药避免重症的发生。



■ 龙吴路1800号西岸滨江营地的“新冠病毒阳性感染者临时居住点”,为轻症和无症状感染者提供自愿入住隔离
本报记者 孙中钦 摄

药物过量 引发重症不可忽视

针对新冠引起的上呼吸道等症,居家过程中,需要合理使用感冒药与退烧药,避免重复用药或药物过量带来的药物不良反应而引发器官功能受损。因常用感冒药与退烧药往往含有相同成分,例如,散利痛、泰诺林、泰诺、日夜百服宁等药物中均含有对乙酰氨基酚,若这类药物重复叠加使用,或因退烧效果不理想,而在短时间多次给药,可能会造成对乙酰氨基酚摄入量过量而导

致恶心呕吐,胃肠道不适等症,甚至诱发急性肝功能损伤而增加重症化的风险。出于安全考虑,对乙酰氨基酚的日剂量一般控制在2克以下,按说明书要求严格控制使用频次。因此,对症治疗不是药物种类越多越好,必须记住“是药三分毒”,药物叠加作用导致的毒性从而引起重症化现象必须谨慎预防。

重点人群 谨慎用药防重症

对婴幼儿、有基础性疾病老年人等重点人群,因生理机能的特

征不同,对药物的耐受性有显著差异。如婴幼儿用药必需使用小儿剂型,按体重计算剂量,若采用成人剂型或剂量极易导致药物过量甚至中毒而引发重症。老年人常因患有多种慢性疾病,平时用药比较多,若选择退烧药不恰当,有可能引起药物间的相互作用;轻者使所服用的药物疗效降低,重则引起不良反应使身体受到不必要的损害,如过量会损害肝肾功能,甚至因出汗过多,使一些体弱多病或患有慢性消耗性疾病的老人,体温下降过快或过低,导致病人发生虚脱而诱发重症。因

此,老年人感染新冠后用药,最好在临床医师或药师指导下使用。

合理镇咳 谨防痰液滞留

咳嗽是新冠感染常见症状之一,可伴有痰或无痰,但止咳需要慎重用药。对有痰的咳嗽则需在使用镇咳药物的同时,服用祛痰药物,以促进痰液稀释而顺利排出,避免痰液引流不畅。如镇咳药物右美沙芬、福尔可定,可待因等直接作用于咳嗽中枢而发挥镇咳作用;对于痰多者,一旦咳嗽反射严重受到抑制,将影响咳嗽的排痰作用,易造成痰液滞留,继而诱发感染而加重病情,尤其是有慢性肺部疾病的老年人,更应重视;对于儿童则可能引起窒息,需要格外谨慎。

冷静对待 不随意用抗病毒药

迄今为止,尚无针对新冠病毒感染治疗的特效药。尽管奈玛特韦片/利托那韦片被国家药监局批准用于治疗成人伴有进展为重症高风险因素的轻至中度新型冠状病毒肺炎(COVID-19)患者,例如伴有高龄、慢性肾脏疾病、糖尿病、心血管疾病、慢性肺病等重症高风险因素的患者。但对无症状感染者或轻型患者的疗效缺乏确切依据,切勿滥用。

本报记者 左妍

外卖里多出4粒退烧药

邻里互助模式重启 暖意申城涌动

“真的没有想到,也非常感动。现在退烧药这么紧缺,他还赠送了这么多……”12月20日上午,家住松江的市民唐女士为患病的家人点了一份外卖当午餐,没想到一起送来的还有四粒退烧药,惊讶又感动的她发了条微信朋友圈致谢。

原来,担心顾客生病没药,店主小峰特地给父亲寄给自己备用的退烧药随餐附赠。收到药的唐女士则将爱心打包,传递给了急需退烧药的朋友,目前药已送至需要的人手中。

传递爱心 退烧药暖心转赠

回忆起这件暖心事,唐女士十分感慨。原来,唐女士及家人感染了新冠病毒,当天,她为全家人点了一单鲍鱼捞饭外卖。因担心外卖送不来,唐女士特地在订单中备注了“‘阳’了没饭吃,求送,谢谢……”的信息。没想到外卖准时送达的同时,她还收到了店主暖心附赠的退烧药。

“这份心意我们都收到了,我自己也买了点退烧药,虽然不多,但目前也够用了。”唐女士告诉记者,感动之余,自己通过朋友圈询问谁有需求,并将店主所赠送的

布洛芬缓释胶囊寄给了急缺药品的朋友。

为唐女士一家随餐送药的店主小峰在东鼎商圈独自经营一家外卖店。对于这单特殊的外卖,他也印象深刻。“当时单子打印出来后,我看到她一下子点了5份饭,备注说家人都‘阳’了没饭吃,我感觉他们应该挺难受的,就匀出来几粒自己的退烧药放进去了。”小峰告诉记者,随餐送出的布洛芬缓释胶囊是父亲寄来给自己备用的。

“当时没有想太多,这个时候大家都挺难的,我想着万一她没有药,能帮上一点忙也是好的。”得知自己送的药最后帮上了忙,小峰有些欣喜,“我自己留了一点,差不多够用了。”

邻里互助 药物“无接触”共享

近期,市场上普遍出现医用药品、抗原试剂、防护口罩等都供不应求的情况。在松江区中山街道淡家浜居民区,某一个楼道群里却意外地和谐。原来,是点位志愿者蔡宏乾看到同楼道的邻居求购抗原试剂的呼声强烈,在群里进行了接龙行动,让有需求的邻居报名参与,将自己家所剩的

抗原试剂都拿出来免费分享。对于不会接龙的老年邻居,蔡宏乾也伸出援助之手,帮助他参与到接龙行动中。

一家三口分工合作,拆袋、分装、送货,可把他们忙坏了。邻居们纷纷感谢他的慷慨解囊。

在另一个楼道群里,也同样发生着这样正能量的事。同楼道的邻居发烧后因购买不到药品,在群里求药。身为点位志愿者的肖奕晗,义不容辞地拿出家里不多的药品分给了邻居。

一句“我有”消除了特殊时期对未知的恐惧,一句“我送”给慌乱的人送去了有力的支撑。郭家委居民区充分发挥业委会、楼组长和志愿者力量,用好业主微信群和楼栋微信群,重启“邻里互助”模式,一次次爱心接力在这里持续展开。鼓励居民遇有缺医少药、心理疏导等突发情况和紧急需求时,第一时间先通过邻里互助解决,营造“社区一家人”的良好氛围。

这样温暖的药物“无接触”共享场景在中山街道不断上演,一幕幕互帮互助的“爱心传递”也在继续。

本报记者 杨洁
通讯员 李爽 李秀慧

徐汇社区发热诊间已启用 药品库存量不低于四周

本报讯(通讯员 强亚娟 记者 袁玮)随着本市各类社区卫生服务机构发热诊间的启用,市民如果出现了发热症状或者发热患者有配药需求,可以首选“家门口”的发热诊间就诊。那么,这些老百姓家门口的“发热诊间”目前患者多吗?能配到药吗?记者从徐汇区徐家汇街道社区卫生服务中心了解到,本周一开始,该中心发热哨点接诊病人数量呈快速上升趋势,19日接诊31人,20日接诊65人,其中阳性患者42人。

徐家汇街道社区卫生服务中心于12月上旬整体搬迁至现在的临时过渡点广元西路191号。同时根据市里要求,于上周末紧急搭建了发热哨点并进行扩容,目前有2个诊间、3个诊台。现已开设一间诊室,安排有丰富临床经验的高年资主任医师接诊,还配备指脉氧监测仪,监测发热患者血氧饱和度,辅助社区医生提高识别重症的能力,更好地为发热患者提供医疗服务。

对于前来就诊的患者,门口专人测量体温。体温正常、核酸或抗原正常的进入普通诊室,体温超过37.3℃的,由专人引导至发热哨点诊室。核酸或抗原阳性的,由专人引导至阳性诊疗区域,分区诊疗,互不交错。“目前前来就诊的主要是35岁—45岁的人群,外来务工人员比较多,都是轻症,没有症状严重的,主要表现为咳嗽、发热

2—3天,发病前有受凉史,体温高达39.6℃—39.8℃,大多伴咽痛,有的伴头痛或全身肌肉酸痛。”徐家汇街道社区卫生服务中心相关负责人告诉记者。

发热哨点接诊医生对于轻症、无症状予以对症处理,根据患者病情,开具解热镇痛类、止咳化痰类、抗病毒类、抗过敏类四大类药物,同时做好居家健康指导,比如家里多通风、多喝水、注意休息,加强营养,提高机体免疫力。同时,中心为保证发热患者的正常诊疗需求,药剂科建立了预警机制,每日上报药品消耗和库存量,及时增补,竭力保障四类药品的库存量,如低于4周用量,紧急加强可替代药品的采购。

在和上级医院的对接方面,徐汇区卫健委持续做好分级诊疗工作,建立医联体对口联系机制。徐家汇街道社区卫生服务中心属于“徐家汇-徐中心-中山医院”医联体,一旦发热患者出现重症,及时呼叫120转诊中山医院进一步治疗。据悉,随着发热门诊就诊高峰期的到来,徐家汇街道社区卫生服务中心拟开设2个诊间,安排参加过区级医疗救治培训会的所有医生轮班,必要时安排3个医生,同时拟在发热哨点旁开设“挂号收费、取药”窗口,方便居民在发热哨点就诊后,及时进行医保结算、领取药物,和正常人群错开,减少排队等候时间。