

## 小心“被酒驾”

# 这些药品及食品一定要警惕

本报记者 吕增霞 通讯员 夏军国

### 含有乙醇的药物

- 1.肾上腺皮质激素类药物:氢化可的松注射液、醋酸氢化可的松注射液(醇型)、泼尼松龙注射液(醇型);
- 2.心血管系统用药:硝酸甘油注射液、尼莫地平注射液、去乙酰毛花苷注射液、洋地黄毒苷注射液、银杏叶提取物注射液、银杏叶提取物注射液、血塞通注射液;
- 3.呼吸系统疾病用药:盐酸溴己新注射液、盐酸溴己新葡萄糖注射液、细辛脑注射液、穿琥宁注射液;
- 4.神经系统用药:地西洋注射液、尼麦角林注射液、盐酸吡硫醇注射液;
- 5.抗肿瘤药:依托泊苷注射液、紫杉醇注射液、多西他赛注射液;
- 6.抗菌药物:阿奇霉素注射液、阿奇霉素氯化钠注射液、注射用阿奇霉素枸橼酸二氢钠、氯霉素注射液;
- 7.妇产科用药:前列腺素 E2 注射液。
- 8.口服药:丹红化瘀口服液、左卡尼汀口服液、环孢素 A 口服溶液。
- 9.糖浆剂:感冒止咳糖浆、养阴清肺糖浆、人參蜂王浆。
- 10.酊剂:如藿香正气水、十滴水、正骨水、骨痛灵酊、姜酊、祛伤消肿酊、烧伤灵酊、复方樟脑酊、碘酊、远志酊、颠茄酊等。
- 11.酏剂:如地高辛酏剂。
- 12.流浸膏剂:如大黄流浸膏、当归流浸膏、甘草流浸膏、益母草流浸膏、颠茄流浸膏、志远流浸膏、浙贝流浸膏等。
- 13.酒剂:如国公酒、骨刺消痛液等。
- 14.其他:硝酸甘油气雾剂、硝酸异山梨酯喷雾剂、复方醋酸氯己定喷剂、麝香祛痛气雾剂;盐酸萘替芬溶液、复方水杨酸溶液、硼砂甘油钾溶液、甘油醇溶液、甲醛溶液等。

上述药物因厂家生产工艺不同具体所含酒精量也各不同,某些剂型中乙醇含量很少,或药物用量小,或用药途径使乙醇吸收少,一般不会发生“被酒驾”的后果,但具体是否对检测结果有影响,请仔细阅读药品说明书,或用药前咨询医师或药师。

### 含有酒精的食物

- 1.豆腐乳:因其生产过程中使用的配料含有食用酒精、黄酒、米酒、白酒等,因而其成分中含有酒精。建议,食用后,口腔内会遗留短暂的酒精浓度,检测仪就能发现饮酒迹象,不过随着时间延长,酒精浓度会减少消失,司机应至少休息 15 分钟后再开车。
  - 2.醉虾、啤酒鸭、佛跳墙:像醉虾、啤酒鸭这类的菜品还有著名的佛跳墙,在制作的过程中应用了啤酒或白酒,那么在享受美味佳肴的同时驾驶员也应提高警惕小心被酒驾。
  - 3.吃大蒜:如果刚吃完一定数量的大蒜,吹气后酒精测试仪也会有反应。这种反应只是暂时性的,只要被测者用水漱下口,就会恢复正常。
- 其他如吸烟,吸烟后将烟雾直接喷向酒精测试仪,测试仪立马响起报警声,甚至会达到“醉驾”标准。但此类反应也属暂时性,抽烟时只要不将烟雾直接喷向测试仪也没事。

### “药驾”赛“酒驾”,忽视危害大

很多读者不了解哪些药物会对驾驶产生影响。其实,“药驾”危害并不比“酒驾”小。中国药学会专家指出:一些感冒药、抗过敏药、镇静催眠药、抗偏头痛药,可引起驾驶员嗜睡;一些镇咳药、解热镇痛药、抗毒病毒药,能导致驾驶员出现眩晕或幻觉;某些解热镇痛药、解除胃痉挛药、扩张血管药、抗心绞痛药、抗癫痫药,可以引起驾驶员视物模糊或辨色困难;某些镇痛药、抑酸药、避孕药,可使驾驶员出现定向力障碍。

专家强调,驾驶员需要注意服用的药物是否含有对驾驶能力有影响的成分。一般情况下,对驾车有影响的药物应在开车前4小时慎用,或服用后休息6小时再开车。若必须在驾驶前服药,可选择替代药物,如过敏时尽量选用对中枢神经抑制作用小的抗过敏药,感冒时选用不含镇定和抗过敏成分的药物;糖尿病患者注射胰岛素和服用降糖药后稍事休息,或少量进食以防血糖过低。

## 在家怎样处理发热病人?

本报记者 吕增霞 通讯员 周芳

在家庭生活中,我们经常会出现或遇到发生高热的现象,那应该怎样处理呢?

高热的病人一定要首先到医院治疗。当从医院治疗回到家中后,体温仍然没有降到正常,我们一定不要因为高热而把被子捂得太紧,因为这样不利于人体散热,并且有可能使体温进一步增高,进步损害我们的大脑。

可以用毛巾沾上水,稍微拧干后,敷在病人的额头上,这样随着毛巾上面的水分的蒸发,可以带走病人身上的热量,如果毛巾变热或变干了,我们可以再换水;如果病人在治疗后,体温仍然很高,达到38度以上,我们还可以口服退烧药,较为安全的是布洛芬,小孩子的退烧药很多,并且可按儿童剂量应用,但主要还是要从根部上解决发热的问题。

发热的时候,要多喝水,还可以适量地进食一些水果,因为水果中含有丰富的维生素,可以补充我们因进食减少而缺乏的维生素,能够促进我们身体的恢复,但是我们要尽量少吃一些容易引起上火的水果,比如桔子等,可以吃一些苹果,梨子,草莓一类的水果。

## 父母应该要为孩子的身高“早操心”

本报记者 吕增霞 通讯员 任善香

要让孩子达到理想的身高,合理的营养、科学的运动、定期的监测都不容忽视,家长应多多注意。医学专家提醒广大家长,孩子健康成长取决于多种因素,但合理的营养、科学的运动和定期检查,是保证儿童健康成长的重要因素。

### 1、合理的营养搭配

合理的营养搭配是维持儿童健康成长的重要因素,无论是身高的增长或是智力的发育,只有良好的营养状态才能使儿童的遗传潜能得到充分发挥。尤其婴幼儿时期是孩子生长发育的关键时期,孩子出生后,提倡母乳喂养。当婴儿长到4-6个月时,应当为婴儿添加泥糊状食物,并逐渐过渡到半固体、固体食物。这一阶段,要让

婴儿品尝不同口味的食物,由少至多,由细到粗,由一种到多种。通过这一阶段喂养,避免孩子偏食、挑食,使其养成良好的进食习惯,为健康成长打下基础。

### 2、十种运动助孩子增高

在保证孩子科学膳食营养的前提下,科学运动能够促进孩子发育,提高身体素质,增强身体抵抗力。科学的运动还能够调整身体形态,使身体比例更合理,身高更为理想

运动还会刺激垂体分泌生长激素,促进骨骺骨细胞的生成,使干骨生长,使骨密度增高。经常科学运动,能使肌肉体积和肌肉质量增加,从而提高肌肉的运动速度和耐受力。同时,运动会消耗摄取的多余热

量,使身体中的脂肪控制在合理范围。

有助于孩子增高的运动有:跳高、跳绳、篮球、排球、跑步、单双杠、引体向上、健身操、游泳、跑步等。

### 3、定期监测很关键

生长监测是指对一个儿童在特定的年龄段反复测量身高和体重。每一次测量的身高、体重值反映的是当时儿童所处年龄的生长水平。儿童的生长速度是判断是否有生长障碍最直接、最简便的有效方法,通过不同时期内连续测定身高,就可以看出身高的生长速度是否正常。

家长至少应该每半年给孩子精确测定身高、体重一次,并仔细记录和保存数据。因为这些数字不仅记载了孩子成长的

足迹,更反映了孩子在不同年龄阶段的生长状况。

另外,家长还应该定期给孩子做体检,把不同时期的测定数据记录下来,将几次描记的点连接起来画出一个简单的生长曲线图。如果孩子的生长曲线呈平稳上升趋势,就表明生长速度正常;如果曲线变化不大或下降,就说明孩子的生长可能出了问题。从数字上估算,如果0-3岁以下幼儿生长速度小于7cm/年,3岁至青春前期前生长速度小于4-5cm/年,青春前期生长速度小于4.5-5.5cm/年,可以明确诊断为生长发育迟缓,家长就应该尽早把孩子带到医院儿科检查,查明孩子发育迟缓的原因,进行针对性治疗。

## “听力筛查不用做”这句话科学吗?

本报记者 吕增霞 通讯员 王虹霞

近日,东营市妇幼保健计划生育服务中心听力筛查中心接待了同一个医院出生的两名重度听力障碍的孩子,一个87天,一个1岁半。虽然都是重度耳聋,但结局却完全不同:87天的宝宝及时得到干预治疗后在1岁半时就有可能同正常人一样的交流与学习。而另一个1岁半的宝宝即便是马上做了人工耳蜗手术也只能在半年以后才可能开口说话,而且音调等都会异于常人。为什么在同一个医院,结局却是如此不同?原因何在?

本来,按照我国《母婴保健法》和《新生儿疾病筛查管理办法》的规定,每位刚出生的宝宝均应该做听力筛查,但是,1岁半宝宝的家长在医院里有“熟人”,孩子出生后,熟人告诉他:“听力筛查不用做,孩子的听力一般没事。”这位宝宝的家长就听信了熟人的话,孰不知“一般没事”这话变成了真有事!家长错过了初次筛查,也没有做二次复筛,以至于到了1岁半别人家的孩子都可以说句子了,他家的宝宝连妈妈也不叫,这才来听力筛查中心检查,结果孩子被确诊为双耳重度耳聋。家长悔之晚矣!

新生儿听力筛查是三级预防的重要手段。我国听力障碍的发病率为1-3%,住监护室的儿童听力障碍的发病率为2-4%,发病率均为各残疾之首。并且50%的听障儿童为遗传性耳聋,并且80%均是由正常父母所生,这是由遗传学来决定的。举例说明一下:一对正常听力的父母(其实父母双方均为耳聋基因携带者),它们生育听力障碍宝宝的机率为25%,生育绝对正常听力宝宝的机率为25%,而生育正常听力(但却为携带者)宝宝的机率为50%。宝宝听力异常,家长在1岁以内是不能够发现的。所以,听力筛查是早期发现听力异常的有效手段。

听力不进行筛查是不知道的,听力障碍的宝宝如若能够得到早期干预,可以和正常人一样学习和交流!希望大家用科学的知识和方法,让我们的孩子都可以聆听到世间美妙的声音!



## “宝宝亲子运动”联谊会

为了庆祝即将到来的5.12护士节,近日,东营区人民医院门诊母婴中心活动现场,迎来了25位自产科出生的宝宝。本次“亲子运动会”活动现场气氛十分热闹,25位同在东营区医院出生的宝宝与家长其乐融融。庞大的家庭,欢声、笑语、喜庆、幸福交织在一起,徜徉在东营区医院这块“孕育福地”上。

本报记者 吕增霞 通讯员 李景丽 摄影报道