

# 家庭不合理用药的现象有哪些

熊娟

苍溪县中医医院 四川 广元 628400

**摘要:**现阶段,随着医疗卫生事业的不断发展,医药知识也在不断地普及,人们对个人健康的关注度也在不断提升,然而“看病难、看病贵”的现象仍旧存在,尤其是在农村地区。在此种情况下,自我医疗兴起,正确的家庭用药能够为普通家庭节省一笔较高的费用,但是由于大多数人对医药卫生知识的了解不够深入,导致家庭用药中存在安全隐患问题。

**关键词:**家庭;不合理用药;原因分析;对策研究

## 1 不合理用药的常见原因

### 1.1 不按医嘱或说明书的要求服药

病人应该按照医嘱及用药说明书的规定用药,但有的病人在用药时,会根据主观上疾病轻重的判断,私自减少剂量或改变用药频率,这样用药的方法是非常危险的<sup>[1]</sup>。过多服药可能会造成某些预料以外的后果发生,但过少用药则可能达不到药物作用或耽误病情。此外,不少人单纯地把“一日三次”理解为跟随“一日三餐”服药,这种做法其实是不科学的。较为合理的做法是,除了有特殊服药要求的药品外,“一日三次”的药物可以每隔八小时服用,“一日两次”的药品则可每隔十二个小时服药。

### 1.2 用药方式不当

不同药物的剂型与生化特性各不相同,在使用方法和治疗时机方面,必然有着相应的区别。例如,泡腾片剂型必须用水溶化,如此才能够达到最佳疗效;外服制剂一般不能口服;缓控释制剂、胶囊药剂等应该直接吞服,而不能够舌下含服和咀嚼;酵母片、维生素C等不稳定的水溶性成分制剂一般不能用热水服用;而硝酸甘油、救心丸等药品则应该含服,如此才能够发挥最大疗效。但通常,家庭服药时间均较为随机,因此无法严格按照国家规范方法服药,从而导致疗效无法得到全面的充分发挥<sup>[2]</sup>。

### 1.3 用牛奶、咖啡、可乐、茶水等饮料服药

相信所有人都见过这样的情况:当小孩子不喜欢吃饭或身上正好有以上所介绍的这几类食物后,并顺手拿来用于服药。但其实,这一行为也具有极大的安全隐患。牛奶中的蛋白质、咖啡中的咖啡因、可乐饮中的古柯碱、茶水中的鞣质等都可能与一些药品中的成份产生影响而达不到预想的疗效,甚至导致不良反应。因此,在使用止泻药前不要食用牛奶。由于牛奶不但会减弱止泻药的疗效,其内含的葡萄糖浓度元素还容易增加腹泻反应。科学的经验是,当医务人员、药师或说明书没有

提到的送服方式下,一般以温开水口服最好。

### 1.4 用药前未认真阅读说明书

从实质上来看,药品作为一项特定产品,不管是在制造中,或是在流通领域、应用中,都存在特定条件。在特定条件和情况下应用,才能够保证药物安全性,发挥药物效果<sup>[3]</sup>。在实际应用中,由于没有仔细查阅用药说明书,往往仅仅知道药物用法用量和适应证,并未对有效期限、不良反应、贮藏方式等情况进行注意。所以,在日常使用时,误解使用现象时有发生,不但可能影响疗效的充分发挥,而且会造成安全隐患。

### 1.5 擅自改变药物剂型

一片药掰成两块、将胶囊拆开直接服用的,这样的用药方法应该对所有人都不陌生。但其实,这并不是正确的使用方式。药品剂型通常是综合多种考量而决定的,并与疗效实现的部位与时机有较大的关联。特别是涉及缓释片、控释片、肠溶片、肠溶胶囊等特殊剂型时,由于破坏药品剂型会使疗效大幅度地降低,或者造成胃肠道大出血等严重不良反应。因此病人在服药时,应该咨询医生或药师是否可以更改剂型使用,或者认真查看说明书以寻找有关信息<sup>[4]</sup>。

### 1.6 频繁更换药物及重复用药

有些人患病以后不喜欢去药店看病,反而会在药房购买服用。病人更关注的是药品的效果。在自我治疗中,病人对药物周期的了解少之又少,往往会发生频频换药品的现象。而有些依赖于在维持特定时期的浓度下才能显示疗效的药物,如治脚气的药剂(抗真菌药),在有这种习惯的病人体内,常常起到不了应有的效果。另外,由于出现了同类药物同时使用多个名字的情况,不小心的病人可能会同时使用了几个不同名称的同类药品,这是非常危险的,因此尽管使用了安全系数很高的非处方药,但在较大用量时仍会导致不良反应的出现。

### 1.7 过期也可以吃

如果超出有效期,服药后非但无法保证效果,而且可能造成一些不良反应,延误病情治愈。部分药物在过期后不但会大大降低疗效,还可以变成致命的“毒药”,例如,维生素C在与空气接触后,极易被氧化,而氧化后的维生素C又会对身体形成不同程度的损害。所以,即使过期后药物外形、味道都没有变化,也不要再继续食用了<sup>[1]</sup>。

### 1.8 药物滥用

在抗菌药品应用中,由于国家管理并不是非常严厉,所以社区药房也可以进行挑选与采购,家庭药物中常用阿莫西林、头孢菌素等口服抗菌药物,但用药随意性也很多,往往在无医嘱的情况下盲目地自行用药,因此产生了与许多家庭用药相关的意外事件。经调查与分析后表明,长期抗菌药物滥用的主要不良后果如下:长时间口服抗菌制剂,会在一定程度上破坏细胞结构,例如,长时间使用四环素,它会破坏肝肾功能,对未成年人而言,会对骨骼生长和牙齿发育产生不良影响;同时也会形成对一定的耐药性的危险,不但无法取得预想的治愈效果,还可以产生各种药物副作用,从而降低了服用者的机体免疫,有个别人在擅自食用家中的头孢类等抗菌作用药品的时候又在饮酒,产生了不良反应,严重时甚至会威胁自身安全。

保健品、滋补品滥用。不少人以为保健品、滋补品的滥用。指不少人以为保健品、滋补品并没有对人体健康造成影响,多用也无所谓,但其实并非全部如此。有些患者由于脾胃虚弱,虚不受补益,又或机体受到外邪的侵袭,此时一味进补,反而可以壮邪气抑正气,从而导致患者症状加剧<sup>[2]</sup>。另外,在大量服食保健药品的同时,还可以引起人体代谢障碍,从而改变了体内平衡状态,不但无法起到保健的目的,还可以导致其他病症的出现。

擅自改变药物用量,或者停药。在家庭用药治疗中,部分患者往往在症状得到改善以后就降低药物剂量或者停用,造成症状重复发生,或者加剧症状。另外,不少病症受到了季节、气候变化的干扰,例如,嗯吸道系统疾病、精神障碍经常出现在春、秋季,此时的患者往往独自用药,没有询问医生,从而导致药物作用不佳。在用药治疗时,疗效主要依靠于药物的血浆含量,如若没有及时使用,达不到最有效的血药浓度,就可能无法取得预想的治愈疗效,导致病情继续发展。此外,在药物疗法中,若没有严格地按照疗程服药,就无法取得所期望的治愈疗效<sup>[3]</sup>。

### 1.9 忽视了饮食对药效的影响

患者在使用的时候,通常都是用温水送服,但部分患者比较随意或者为掩盖药物味道,往往选择用咖啡、茶叶、牛奶等送服。同样,在服药的时候,也需要忌口,一般需要禁食鱼虾等海产品和辛辣等刺激性食物,但是由于许多患者并别有用心,往往控制不了自己,在用药治疗期间,如果没有禁食这些食物,如此一来,将会对疗效发挥产生负面影响,不但会削弱药物效果,还可能导致不良反应,甚至威胁患者的生命安全。例如,对单胺氧化酶抑制剂而言,与如同扁豆、腌鱼、鸡、猪肝等含酪胺的食品同时服用,就可以诱发高血压病人;对布洛芬、氯苯那敏、阿司匹林等药品而言,如同乙醇和富含酒精的饮品同时口服,都可以产生严重不良反应,影响医疗效果<sup>[4]</sup>。

### 1.10 超剂量服用

部分患者想当然地以为增加药物用量就能够促进疾病的痊愈,然而实际上“欲速则不达”,非但无法取得预想的治愈疗效,还可能产生一些不良反应,导致药物中毒,因此即使部分患者觉得用药剂量不足,却仍然不断地增加药物用量,从而导致病人人身安全受到危害。

### 1.11 多药并用

很多人都有这种心理,对于一时无法治愈的病症,会盲目使用多药并用打歼灭战,也是非常危险的。药品必须配伍得恰当,才能产生协同作用,但如果配伍不合理,药品的副作用也会显现出来,互相对抗作用,欲速而不达。医学上,对于一般一种方法就可以解决的问题,也尽量不要二种<sup>[1]</sup>。

## 2 家庭用药完善对策

### 2.1 注意药品有效期限

定期查看药物有效期,以防止使用过期药物,如打开后包装袋仍未用完,应保留原有的包装和用药说明书,以方便查询有效期。但药物的有效期并非绝对的,而是有条件地限定的,如在药物的标签或说明书上已注明的贮存时间。此外,药物一经从原包中拿出必须尽快使用,普通眼药水开封后的用药时间尽量不能超出一个月。有些生化特性不稳定的药品,如硝酸甘油,如果开启密闭包装,长时间存放,药物受空气、潮湿和光线的影响,出现降解就无法提高效果<sup>[2]</sup>。

### 2.2 加强用药宣教工作的落实

从整体角度分析,由于不少家庭对于用药的观念并不端正,再加上缺乏对用药基本知识的掌握,导致药物用法用量错误的情形也非常常见,不但会影响医疗效率,还可能导致各种不良反应。据此,有关医药卫生组织针对家庭用药状况加以深入分析和总结,根据当下的

实际状况,建立合理、正确的宣教方案,通过多样的传播渠道开展药物常识宣教,增强社会公众对正确认识的了解,以增强使用合理性和安全性。例如,政府应该把各大的医药养生机构结合到一起,形成一个官方用药的信息网络,建立官方微博网站、微信网站,并通过网络媒体加大宣传推广覆盖面,以逐渐增强社会公众对科学用药的正确认识,并严格地按照医嘱使用<sup>[3]</sup>。与此同时,政府也要加大对社区卫生组织的宣传投入,利用专题讲座等多种形式,向社区市民科普药物常识,以保证药物的合理、安全。

### 2.3 健全社会药师队伍建设

在各地方,政府应分别建立药师培训中心,通过分阶段培养的形式,对药师开展专门、系统的技术培训,以进一步提升药师的综合素养水平,为现代医药专业知识的普及提供了坚实基础。此外,还要强化对执业过程中药师技术的考核,以促使其不断掌握最新专业知识,并了解更多、更高级的技术,从而为社会公众提供更为全面、系统的咨询服务,以满足社会公众对医药专业知识的需要,并保障家庭用药合理、安全。

### 2.4 加强法律手段干预

家庭药物是没有受药者的个人行为,它包含着发现、开方、配制、给药、服用等诸多的操作过程。政协委员肖燕军建议:必须尽快深入阐述"中华人民共和国公民基本卫生保健法"的立法原则和基本内涵,形成以此为"母法"的国家基础医疗保健法规制度,并依法维护和完善政府、团体和公民的基础医疗保健权力与服务<sup>[4]</sup>。当前家庭药物问题越来越受到整个社会的高度重视,我国医药体制改革在完善药物制备、使用、完善药物价格等多方面,对药物安全性方面出现了越来越多的需求。关于药物的问题有专家认为,新世纪医生的工作不仅仅是看病,更主要的是治疗疾病;医师的工作不仅仅是为患者开药,更主要的是引导患者正确使用。

### 2.5 加强对患者的宣传教育工作

① 严格按照医生与药师的处方,及时用药,切忌私自增加用药用量或是改变用药,以防产生不良后果,伤害身体健康;

② 加强自身的基础医药知识水平,经常参加一些健康管理和合理用药的宣传讲座,提高用药方面的知识储备;

③ 病人应及时和全面协助医务人员的操作,在用药中按医嘱,防止药品误用现象的出现<sup>[1]</sup>。

### 2.6 服药遵从医嘱和说明书

在所使用药品中,处方药必须谨按医嘱,而非处方药则必须严格地根据说明书中的有关规定加以用药,并及时按量用药,使血药浓度控制在最适宜的范围内,以确保患者所使用药品的安全与有效性;

### 2.7 避免在同一时间服用多种药物

药物一般都是由多种不同的化学物质所构成的,在把它们一起使用后,部分药物之间就会发生化学反应,从而使药物原有的药理作用改变,而部分变化后的药物中也会出现对身体不利的成分,所以人们必须尽量避免在同时使用几种药品,以避免在各种药品间产生化学反应,从而形成错误的药品组成,影响药物的效果。在服用过多种药物之后,都应严格遵守药物配伍的禁忌<sup>[2]</sup>。

### 2.8 加强医药安全使用方面的知识

要认真学习与药品有关的药物安全性知识,以增强科学使用的能力,对说明书中某些常用的术语也要有足够的了解,如:禁忌、禁用、慎用等。对某些共同的病症要有清楚的了解,并熟悉其治疗的方法,而各种种类的感冒药所显示出的病症都是有所不同的,所以不要因为都是感冒药,而采取同样的处理办法。除此以外,也要关注老人、小孩等弱势群体以及对某些其他病人人权治疗药物之前,所要考虑的方面的问题。

### 2.9 把握服药的适当性

(1)适当的药物;(2)适当的剂量;(3)正确的持续时间;(4)适当的途径;(5)适当的病人;(6)适当的疗程;(7)适当的治疗目标<sup>[3]</sup>。

### 结语

家庭安全用药关系到全社会的发展,所以政府、社会及家庭都应该行动起来,做好家庭安全用药相关的工作,促进家庭对安全用药知识方面的深入学习,减少不规范的用药行为,保障家庭用药安全。

### 参考文献

- [1]王德端.家庭安全用药问题分析[J].东方药膳 2021年9期,114页,2021.
- [2]黄旭君,杨妍指导.安全用药,能少用则少用[J].家庭健康:医学科普,2020(1):48-48.
- [3]路柯欣.我国家庭用药现状及策略思考[J].健康之路,2018,17(01):242-243.
- [4]金庞海.试探我国家庭用药现状[J].健康之路,2018,17(02):237-238.