



“流感季”系列报道①——

感冒久治不愈， 多少人吃错药了？



今日女报 / 凤凰网记者 李诗韵 通讯员 彭璐

小感冒，自己治，是不少人的习惯。去药店、诊所买点药，吃多吃少自己定，平日的“自我药疗”似乎也能被自己“治”好。然而，当感冒遇上春季，流感为何就成了久治不愈的顽疾？专家告诉你：关键就在于“吃错药”。国家卫生计生委员会在发布的“合理用药信息”里指出，“近八成流感患者存在用药误区，这些误区或将引发一系列其他疾病。”本期，记者带您走进湖南多所三甲医院，请医学专家教您如何正确地“自我药疗”。

专家谈流感·湖南省人民医院 贵的药，并不一定适合你

“每个家庭都会常备小药箱，里面装有各种感冒药和消炎药。大多数人会购买熟悉的药物品牌，而不是根据症状购买。”湖南省人民医院呼吸内科副主任医师李建明表示，春季是感冒的高发季节，有着易感染、传染快、多反复等特点。感冒后的自主用药，往往导致感冒长时间不愈，从而引发各种呼吸道、消化道甚至心血管类的疾病。

小感冒在李建明眼中并不是“小儿科”。“我在门诊中曾遇见一个病人，她所患的是风寒感冒，而所用药物却是治疗风热感冒的。因此不仅起不到治疗作用，反而使病情加重了。”李建明介绍，感冒分为很多种，而药店的感冒药也是对症治疗的。很多市民误以为“药越贵越有作用”，其实不然。“普通感冒并不需要多昂贵的药材，所以找准适合的感冒药，才能有效解决问题。”

数据告诉你 >>

据全国居民健康素养监测数据显示，包括合理用药在内的基本医疗素养仅为 9.56%，能够正确阅读药品说明书的居民比例约为 15%，不能正确阅读说明书的居民比例高达 85%。但即使如此，喜欢自我药疗的人却不在少数。

中国科协发布的一项调查显示，86.7% 的被调查者曾有自我药疗经历。在服药过程中，76.3% 的人会因为广告或价格选药，69.7% 的人曾随意增减疗程或自行更换药物。

专家谈流感·中南大学湘雅二医院 抗生素滥用，最常见

抗生素，大家并不陌生，我们通常称为“消炎药”。作为家庭常备药，有的人只要有点儿头痛发热，都会习惯性地吃上几片。“去小诊所、药店治感冒，通常能买回一大堆抗生素。”湘雅二医院门诊专家杨群认为，自治感冒的市民中，滥用抗生素现象最常见。然而，抗生素在医院并不能用作“万能药”，医生更是不能乱开药。

杨群介绍，感冒患者使用抗生素的比例高达 80%，而大多数春季的流感是由病毒引起，也就是说近八成感冒患者吃抗生素都吃错了。而长期使用抗生素，很可能给他们带来致命危险——病菌很聪明，抗生素使用不当，人体就会产生耐药性，药物的效果会被抑制。产生耐药性后抗生素失效，疾病便无药可医。

数据告诉你 >>

据国家食品药品监督管理局发布的公众安全用药现状调查报告显示，有 23.9% 的居民选择感冒之后马上使用抗生素，还有 8.9% 的居民选择在腹泻之后，马上使用抗生素。而

在实际生活中，不少人容易顺从习惯，不去医院，选择自行购买药品。调查显示，有 24.5% 的居民选择了按以往的经验去选择药品，而不是去找医生开处方。

专家谈流感·湖南省儿童医院 儿童不合理用药现象突出

根据经验给小孩用药，用药剂量不按医嘱；将药溶于食物后给小孩服用；用药不见效，会自己加大剂量；中午忘吃药，晚上会加倍用药……《中国儿童用药安全白皮书》显示，儿童不合理用药现象突出。

“家长根据自己的经验给孩子服药，这是常见现象。”湖南省儿童医院呼吸免疫科主治医师杨敏认为，儿童用药错误主要由两大原因导致：一是家长缺乏用药常识，存在用药误区；另一大原因就是儿童药物的缺乏。据了解，我国儿童药品市场存在品种少、规格少、剂型少等问题。在目前 3000 多种药物中，儿童药物大致有 60 种，九成以上药物没有儿童剂型；临床药物研究中，药品说明书及有关文献也缺乏儿童用药的安全性及有效性的资料。

杨敏提醒，孩子感冒比成人更需要“对症下药”，所以家长应该及时送孩子去医院诊断，避免孩子因“吃错药”导致对抗生素等药物产生耐药性。如果非要“自我药疗”，家长也应该事先了解儿童感冒药及抗生素的功效，不能给孩子盲目服用。

数据告诉你 >>

根据《中国儿童用药安全白皮书》的调查结果，在 6 种不科学用药行为中无一犯错的家长占比只有 18%，最常见的用药误区包括担心副作用，症状消失就停药；根据经验给小孩用药；用药剂量不按医嘱；将药溶于食物后给小孩服用；用药不见效，会自己加大剂量；中午忘吃药，晚上会加倍用药等。

权威调研数据显示，我国儿童不合理用药率达 12%—32%，儿童用药不良反应发生率约 12.9%，新生儿更高达 24.4%，儿童不良反应率是成人的两倍。而中国聋儿康复中心统计，我国 7 岁以下聋儿，超过 30% 是因药物过量造成的毒副作用所致。

专家谈流感·湖南省肿瘤医院

咳嗽久拖不愈，可能是肺癌预兆

作为湖南省的“头号”癌症，肺癌是否与流感有关是很多市民有过的担忧。对此，湖南省肿瘤医院胸部内科主任医师陈建华认为，肺癌的主要症状也有咳嗽，大家容易误认为是感冒，忽略它的严重危害。

“流感患者通常伴有咳嗽、发烧的症状，而咳嗽久拖不愈，可能隐藏着肺肿瘤，表面看像流感，其实有肺癌，这也许是肺

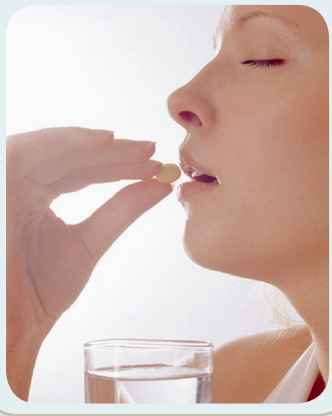
癌遇上了流感。”陈建华介绍，肺癌的发病与很多原因有关，而其初期表现症状（如咳嗽、发烧等）却与流感症状相似。所以，在流感高发季节，市民应该密切关注身体变化，必要时做检查，把隐藏的病挖出来，切勿误诊。

“我曾经碰到过一个肺癌患者，一直将咳嗽当流感自治。吃了不少感冒药，结果身体越来越糟糕。等到来院治疗时，已是肺癌晚期。”陈建华表示，有咳嗽感冒症状治疗无效时及时，到医院就诊，才不会延误病情。

合理选药，用这些办法

“必要的‘自我药疗’首先要分清感冒药的类别。”杨群介绍，实际上，感冒症状主要就是四类，而西药感冒药的主要成分也是四类，从而缓解相应症状。第一，单纯发热或伴有头痛、肌肉酸痛等症状，建议服用扑热息痛。乙酰氨基酚（又称“扑热息痛”）、布洛芬等解热镇痛药，可退热和缓解头痛、肌肉酸痛；第二，有鼻塞症状时，可以选择伪麻黄碱。这类感冒由鼻腔黏膜充血或过敏引起，伪麻黄碱能减轻鼻塞、鼻腔黏膜血管充血，解除鼻塞症状；第三，想缓解打喷嚏、流鼻涕的症状，建议选择只含有伪麻黄碱和扑尔敏的药物，如复方盐酸伪麻黄碱缓释胶囊；第四，治咳嗽，通常选右美沙芬。上呼吸道感染常会出现咽痒、咳嗽，氢溴酸右美沙芬是感冒药里最常用的镇咳药。

倘若出现所有的流感症状怎么选药？李建明支招，当流感症状多样时，切忌多种感冒药叠加服用，建议选“酚麻美敏”、“氨麻苯美”等感冒药。但需要注意，从事驾车或高空作业等工作时，切不可服用含“敏”或“苯”的感冒药，以免发生意外，可用“氨酚伪麻美芬片”来代替。



这些病别当感冒治

咳嗽、流鼻涕、打喷嚏……对很多人来说，这些轻微的感冒症状，吃点药就会消失。但对有些人来说，这些症状可能危及他们的生命。这些与感冒相当近似的病，若不细心鉴别，你小心“吃错药”而延误病情。

“假感冒”之一：肺炎

“一般的肺炎伴有高烧、咳嗽、打寒战等类似感冒症状，难以察觉。”陈建华表示，临床上这种病最易在青壮年身上发生，而他们往往把该病早期出现的咳嗽、多痰和发热等症状看成普通感冒，耽误了治疗。大叶性肺炎的一个重要特征就是患者都会发热，并且在进行 X 光检查时，肺部可见明显的实质性变化。受寒、疲劳、醉酒、淋雨引起的感冒，都可能诱发大叶性肺炎，因此避免受寒及过度疲劳是很有效的预防措施。

“假感冒”之二：“月子病”

杨群介绍，在产后出现关节酸痛、畏寒、怕风等类似感冒症状，有可能是产后受了风寒湿邪，伤及关节、筋脉、肌肉组织所致，民间也称为“月子病”。所以，通常在产后短期内，女性要高度注意调养，尽量别吃冷饮、用冷水，更别乱吃感冒药。

“假感冒”之三：急性肾炎

“大部分急性肾炎患者，尤其是儿童，在发病初期，基本都和普通感冒难以区分。”李建明表示，肾炎发病前 24 周常有上呼吸道感染和扁桃腺炎，表现为咽痛、流涕、鼻塞及低热，容易被误诊为感冒。而这种病，多吃感冒药对缓解病情则有百害而无一利。

名医会

一出门，灰蒙蒙。近日，不少长沙市民对雾霾天气表示担忧——在流感高发季节，久咳不愈怎么办？关注肺部健康，避开湖南癌症的“头号”杀手。本期《名医会》为你推荐湖南省肿瘤医院胸部内科主任医师陈建华。陈建华提醒，市民在雾霾环境下，应该多摄入维生素和胡萝卜素，对清除肺部灰尘很有帮助。

倘若，你的亲人朋友遇上了麻烦的肺部疾病，需要与“名医会”的专家进行在线咨询或者答疑，可以将相关信息发送到今日女报官方微信平台或通过 QQ2977794501 与编辑进行交流。



专家名片：

陈建华，女，主任医师。湖南省肿瘤医院胸内一科主任，中国抗癌协会肺癌专业委员会委员，中国抗癌协会微创专业委员会委员，湖南省康复医学会理事。曾赴法国访问研修，1986 年开始从事恶性肿瘤内科治疗工作，在肿瘤的化疗、内分泌治疗、靶向治疗、生物治疗等方面有广泛的研究和丰富的临床经验。近年来主攻肺癌，主持或参加全国多中心临床协作实验，每年主持湖南省肺癌诊断治疗新进展会议，坚持肿瘤的多学科协作及个体化治疗，获得了较好的临床效果，是湖南省肺癌诊断治疗领军专家。