

# 药品与食物不能这样搭

安康市人民医院 李玉秀

“哎呀，药太苦了，那就不用果汁喝下去吧！”殊不知，有些药是不能随便和食物一起食用的。因为有些食物会跟某些药物发生反应，不仅影响到某些药物的吸收与代谢甚至会出现毒副作用，存在“相克”。

**酒与头孢菌素、甲硝唑、酮康唑、阿司匹林、安眠药**

头孢菌素类药物(如头孢哌酮、头孢曲松、头孢西丁、头孢吡辛等)、甲硝唑、酮康唑、阿司匹林、镇静催眠药等在用药期间需忌酒。

头孢菌素类药物、甲硝唑、酮康唑等

用药的同时喝酒可引起胸闷、气短、喉头水肿、四肢乏力、面部潮红、头痛、恶心等“双硫仑样反应”，这是由于药物抑制人体内的乙醛脱氢酶，导致乙醇代谢受阻产生毒性所致。

阿司匹林则有抑制乙醛氧化酶的作用，使得乙醇代谢为乙醛后无法顺利转化为乙酸从而导致蓄积，引起头痛、恶心、呕吐等不适症状。

在服用镇静催眠药物时饮酒会进一步加深药物的中枢抑制作用，过度抑制可以使人反应迟钝、导致昏睡，甚至昏迷不醒等。

**茶与铁剂、黄连素**

铁剂、黄连素在服药时，不宜饮茶或用茶水送服。

茶水中约有10%的鞣质成分，在体内被分解成鞣酸，会与铁离子形成不溶性的沉淀而影响铁剂的吸收，影响药效的同时还会刺激胃肠道，引起腹痛或便秘；鞣酸还可沉淀黄连素中的生物碱，从而降低药效。因此，服用黄连素前后2小时不能饮茶。

**果汁与甲磺酸双氢麦角毒碱、舍曲林、降压药、伊曲康唑**

甲磺酸双氢麦角毒碱、舍曲林、降压

药物(如苯磺酸氨氯地平、非洛地平、贝尼地平、硝苯地平)、伊曲康唑等不宜与葡萄柚汁同服。

葡萄柚汁对于细胞色素P450酶系的CYP3A4酶有抑制作用，可抑制此酶介导的药物代谢过程。同服葡萄柚汁，可以使甲磺酸双氢麦角毒碱的中毒(恶心、呕吐、缺血性血管痉挛等)风险增加；使得舍曲林的血药浓度升高，不良反应风险增加；降低伊曲康唑的口服生物利用度，减弱其抗真菌的作用；使降压药的血药浓度升高，从而引起低血压等严重不良反应。

## 市中医医院国家中医药传承创新项目取得阶段性进展

本报讯(通讯员 程飞)今年7月以来，市中医医院传承创新项目破解建设瓶颈，多部门通力合作，确保国家中医药传承创新项目进入全面推进阶段，已形成了“一体两翼”的发展格局，综合实力跃居区域医疗行业前茅。

聘请西安交通大学第一附属医院血液科王怀宇教授为导师，完成了医学博士王晓军进站。举办市级继续教育项目19项，全国中医临床特色技术传承骨干人才培养对象1人，接受外单位进修12人。住院医师理论培训24场，技能培训19场，组织完成住培结业模拟考核1次，执业医师考前辅导1次。不定期举办全省住院医师规范化师资培训及院级住院

医师师资培训工作。

名老中医传承工作室建设工作完成了网站、电脑、打印机、资料柜等硬件设施建设及工作室季度督导工作。骨伤病医院专业组重组，分设三个病区五个专业组，目前整体运行良好，收治病人、手术较前均增加，学术氛围逐渐形成。陕西省名中医王晓玲、李毅忠两个工作室的基础建设已启动，各重点专科中医特色诊疗项目的收集、整理工作已完成初稿的审核校正，即将印刷。ISO15189认证工作已启动，开展相关培训10余次，外院专家指导2次，选送4人外出学习，与临床科室沟通3次，各项工作稳步开展。

双源CT项目的招标采购工作已完

成，包含的数字胃肠机和高压注射器安装到位并投用，3.0T核磁及血管造影机已进行考察，ICU所需设备的配置计划，待财政局批准后公开招标采购。

超声影像手术能力及水平有所提升，超声射频治疗子宫肌瘤、肝癌、甲状腺结节稳步开展，填补了医院空白。

医院已与普欣药业签订医院制剂中心及煎药共享中心建设框架协议。内设智能化煎药室1000余平方米及中药饮片检测室，同时对现有药检室进行改造，购买部分检验设备，8月份开展制剂自检。

制定完成国家中医药传承创新工程重点中医医院建设项目《安康市中医医院

科研业务建设方案》，依托国家区域中医眼科诊疗中心(建设单位)、国家中医药管理局十二五重点专科、陕西省中医重点专科、各级名中医工作室等临床示范性研究，带动医院其他专业科研业务提升。临床科研一体化平台建设方案编制已审定，确定项目预算明细，即将进入招标程序。

充分发挥中医“治未病”优势，加大中医药知识宣传，开展以“中医特色技术进社区、进机关、进乡村”为主题的义诊暨中医养生保健知识健康科普宣传活动共计51场次。

## 紫阳巧借“东风”提升县域诊疗服务能力

本报讯(通讯员 余飞)紫阳县人民医院在常州市第一人民医院医疗专家驻点帮扶下，不断突破医疗技术发展瓶颈，短短两个月时间内，填补了八项县域医疗技术空白。

今年6月，根据紫阳县人民医院发展需求，常州市第一人民医院有针对性的派出首批对口支援专家正式进驻该院，开展为期半年的医疗帮扶。

“现在恢复的很好，也不痛了，吃饭、接电话这些日常活动都不影响了。”在电话回访中，家住紫阳县城关镇的王念申这样笑着说道。今年52岁的他，以前常有肩关节疼痛，外展、内收、内旋活动受限等症状，本次又因干活时不慎摔伤，导致肩峰骨折。来到紫阳县人民医院检查后，该院骨科医师立即与常州第一人民医院专家朱勇科讨论治疗方案，最终决定为王念申行关节镜下肩峰成形+切复内固定术，术后王念申恢复良好，折磨他多年的肩关节疼痛也得以消除。本次为患者实行的关节镜下肩峰成形+切复内固定术为紫阳县人民医院首例。截止目前，通过对口支援专家手术示教，该院骨科已能熟练开展此类手术，为当地患有运动损伤、关节疾病、骨折等病症的患者带来了福音。

通过常州市第一人民医院专家的帮扶带教，紫阳县人民医院在短期内陆续开展了膝关节镜下关节游离体取出术、肩关节镜下肩峰成形+切复内固定术、左半肝切除+胆总管切开取石T管引流术等八项新技术，使该院的医疗技术水平得到了极大提升。下一步，紫阳县人民医院将继续加强与常州市第一人民医院医疗协作，确保在学科建设、人才培养、医疗技术等方面取得长足发展，力求为当地群众提供一个安全、高效、便捷的医疗环境。



## 科学看病的「妙方」

岚皋县中医医院 胡本先

如何省时、省力、省钱的便利看病，科学就医是一门学问。首先，要定期进行健康体检。特别是到了一定年龄或工作环境污染严重的人群，要坚持一年查体一次，做到有疾病早发现、早诊断、早治疗。

其次，遵从分级诊疗。先在社区或单位卫生室做初步检查诊疗，很多病属发病初期，在社区诊所服药就会很快痊愈，避免一开始就盲目去大医院就诊。这也是政府倡导的合理利用医疗资源、建立和谐医患关系的需要。

第三，鼓励预约诊疗。目前二、三级医院都实行了网上或电话预约诊疗，足不出户就可根据需要预先约好指定大夫按时诊疗，在诊疗过程中严格遵从医嘱，这样就诊时间可以大大缩短。

第四，做个“称职”的病人。看病不仅需要找对医生，也需要自己作好准备，才能在短短的就诊时间内发挥最大功效。要先想好要问医生什么问题，包含这次就诊的主要困扰，以避免在医生问诊时犹豫不决。同时，要准备好以往就诊的资料，如有长期服药的病人，提供服药状况和药品名称；如有就医经历的应该提供前次就医的病历以及影像资料(CT、放射或磁共振片)供医生参考，这些资讯可以让医生在短时间内了解您的健康状况。重视与医生的谈话。当医生询问病史病情时要有条不紊，实事求是地向医生陈述清楚，确切地告诉医生你感觉如何，因为医生是应该知道这些的。如果以前生过大病，应该把详细病史告诉给医生。

第五，要文明就医。就医时也要讲文明，懂礼貌。要理解医学的局限性，医生不是万能的，要相信每位医生都会和患者及家属的心情一样，以正确的诊断、好的治疗结果为最大的追求，从而理性的对待诊疗结果。

## 镇坪县医院开展当地首例增强CT检查

本报讯(通讯员 杜波儿)近日，镇坪县医院在昆山市第一人民医院放射科影像专家贾茹指导下，顺利为两名患者进行了上腹部部位的CT多期增强扫描检查。CT增强技术的成功开展，填补了该院影像技术上的一项空白，提升了影像技术诊断水平，为疾病的恶性鉴别及疾病的后续治疗提供很好的参考价值。

据了解，镇坪县医院为昆山市第一人

民医院战略合作医院，也是新一轮省级对口帮扶县的对口帮扶医院，镇坪县医院首次开展CT增强业务，在昆山市第一人民医院老师的指导下，首例腹部增强业务已经顺利开展，随后将开展胸部、头部增强扫描及全身其他部位常规增强业务。增强业务的开展也将县医院影像科诊疗业务提上新的里程碑，更好地为当地老百姓服务。

## 汉滨中医院落实慢病筛查助推脱贫攻坚

本报讯(通讯员 刘雪婷)为及时掌握医共体辖区贫困人口慢病状况，精准落实汉滨区惠民扶贫政策，按照区卫健委工作部署，汉滨区中医院的医护人员近日为关家、坝河、石梯等9个乡镇贫困户开展特殊慢病筛查活动。

活动中，汉滨区中医医院积极抽调各临床及医技科室业务骨干组成筛查小组，

走村入户，开展高血压、糖尿病、冠心病等29种慢病筛查，及时摸清情况，摸清底子，做到未病先防，已发病早发现早治疗，控制病情进一步恶化。截至目前，此次筛查活动共计为3000余名贫困户完成特殊慢病初筛，并为慢病确诊患者建立门诊病例进行签约管理，为非慢病患者进行用药指导、健康教育。

## 全市医疗器械抽样工作全覆盖

本报讯(通讯员 方圆)按照全省医疗器械监督抽检工作计划安排，2019年我市承担省级医疗器械抽样任务82批次，其中有源类产品4批次，无源类产品78批次，对全市的医疗机构和医疗器械经营单位进行全覆盖。

下一步将依据检验报告，对已确认的不合格产品按照《医疗器械监督管理条例》等有关法律法规及时进行依法调查处理，并采取相应控制措施，防止不合格医疗器械继续流通和使用，保障我市流通和使用环节医疗器械的质量安全，维护人民群众的利益，查处结果将及时向社会公开，接受公众监督。

## 汉阴县人民医院成功开展胃镜下行胃内支架植入术

本报讯(通讯员 龚娅 陈海艳)近日，在江苏省医疗队专家王芳军副主任医师的指导下，汉阴县人民医院消化内科为一位89岁高龄老人成功植入胃内支架。术后患者可顺畅进食流质食物，体能逐渐恢复，得到患者及家属的一致好评，老人高兴的说：“真没想到县医院现在的水平也这么高了。”

胃内支架植入术解决了传统手术盲区，具有经济、快速、安全、有效的优点，应用胃镜技术进行胃内支架

45天，完成82批次共计5765个(件/套)样品的抽样任务，并按照省局要求期限内送达省医疗器械质量监督检验院。

植入，患者消除了痛苦、紧张和恐惧，避免了操作过程中恶心、呕吐，操作更加方便，支架植入更加安全有效。目前，汉阴县人民医院消化内科拥有最新款胃镜肠镜，可开展食道支架置入、食道扩张术、胃内支架置入、空肠营养管置入、胃镜下息肉切除、肠镜下息肉切除术，并新开展结肠灌洗治疗、常规电子胃肠镜检查、幽门螺旋杆菌检查及胃功能检测等技术项目。

## 石泉深化八类健康细胞示范建设

本报讯(通讯员 张丝雨)石泉县把开展健康机关、健康军营、健康社区、健康村庄、健康学校、健康企业、健康家庭8类健康细胞示范建设工作作为实施健康中国战略的重点。

成立由县委副书记、县长任组长的工作领导小组，由县创建办牵头抓总，完善督查考核、评审验收、整改通报等相关制度；卫健局统筹安排，开展技术培训、数据分析、指导评估等工作的落实。各相关部门、镇、村相互协调，全面深化8类健康细胞示范建设。

以改善健康环境，普及健康常识为重点，建立健康城市与健康细胞紧密融合、健康服务与经济社会发展同

步、促进的长效机制，全面提升全县人民健康水平。2019年培育建设省、市级健康机关12个、健康社区8个、健康村庄40个、健康学校9个、健康企业5个、健康家庭16个、健康军营1个。

充分利用网站、微信、短信、LED显示屏、电子显示屏等传播媒体；成立健康教育宣讲团，进行巡回宣传，共计开展健康教育咨询152次，播放健康教育音像资料4093小时，发放健康教育资料8.6万份，举办大型健康教育讲座180次，发送卫生核心信息200余条。引导干部群众积极参与健康建设创建，形成全民宣传健康、关注健康、共建共享的良好氛围。

## 市中心血站开展法律法规业务培训

本报讯(通讯员 曹华琳)日前，安康市中心血站开展了《中华人民共和国献血法》和《血站管理办法》的全员培训，旨在更好的服务于献血者，为临床提供安全的血液。

会议要求全站职工认真学习无偿献血相关法律法规，牢固树立规范意识，有效规避法律风险，规范执业，减少采供血工作中的法律隐患，更好的保护自身及献血者合法权益。为积极贯彻落实《中华人民共和国献血法》，保证献血者权益，方便献血者及其直系亲属用血费报销，设备信息科还就该站已经上线的无偿献血者

血费手机直报平台的操作流程进行了讲解说明。

通过培训，增强了血站全员依法执业的理念，对工作中可能涉及到的法律问题有了更加明确的认识和理解。无偿献血者血费手机直报平台的上线应用，对促进我市无偿献血事业的持续发展也起到了积极的推进作用。



## “双关扶贫”项目慰问活动走进构机镇



本报讯(通讯员 杨锋)近日，中国防痨公益基金苏泊尔南洋爱心基金“关爱生命 关注健康”扶贫项目中期回访暨慰问患者活动在白河县构机卫生院举行。中国防痨协会、陕西结核病防治研究所等结核病防治工作者参加活动。

活动向白河36名结核病患者每人发放2000元爱心慰问金及粮油等慰问品。现场活动结束后，结核病防治工作者到构机镇凉水村二组结核病治愈患者董先金家中走访慰问，赠送夏季床上用品、粮油等慰问品。得知董先金经过规范治疗，身体基本康复，嘱托他要定期复查，注意休息，要

注意居家环境，保证房屋空气清新。活动当日，中国防痨协会相关专家在白河县人民医院举办了结核病防治交流培训会，综合分析了当前结核病防治工作的现状，并就结核病的规范治疗和后期康复等内容作了专题培训。

据悉，中国防痨公益基金·苏泊尔南洋爱心基金“双关扶贫”项目从2018年10月18日在白河启动，实施期为一年，本次活动也是中国防痨协会专家在项目实施过程中莅临项目县进行技术指导和疗效评估的具体表现。