

◆ 热线关注

说起防中暑药品,人们首先想到藿香正气水。业内人士称,此药含酒精成分,儿童等不建议使用——

藿香正气水服用禁忌 你知晓多少

□ 记者 李爽

防中暑是夏天人们关心的话题。说起防中暑的药品,人们首先想到的是藿香正气水,但此药服用有禁忌,你是否了解?近日,一市民通过晚报,谈到了这个话题。

“孩童中暑切莫服用藿香正气水。天热,孩子身体不舒服,不能图方便乱用药,一定要在大夫的指导下正确用药。”7月28日,市民戴女士致电晚报热线2233366,提醒家里有孩童的市民注意这个问题。

孩童中暑为啥不能服用藿香正气水?此药服用禁忌有哪些?带着这些问题,记者采访了运城护理职业学院附属医院主任医师蒲岗。

孩童服用藿香正气水 中暑症状未减轻

据戴女士说,前几天,她6岁的儿子在外面疯玩,后来回到家就喊头晕、头痛。因为天热,她想着孩子可能是中暑了,就给孩子喝了一些藿香正气水,但孩子服了两次药后症状并未减轻,而且还特别能睡觉。后来她带孩子到医院看大夫,症状才得以减轻、消失。

藿香正气水里含酒精成分 儿童、孕妇等不建议服用

就戴女士的经历,蒲岗解释说,藿香正气水不建议儿童、孕妇及哺乳期妇女使用,年老体弱者、过敏体质者应慎用,酒精过敏者禁用。这是因为藿香正气水中含酒精成分,会对孩子的神经系统造成一定影响。另外,该药品中含有半夏,有一定副作用,应严格按照用法用量服用,不宜过量或长期服用。



制图 星子

· 科普小知识 ·

- × 儿童、孕妇等不建议服用
- ✓ 中暑可服用藿香正气水缓解
- ✓ 预防中暑可服用藿香正气类药物
- ✓ 司机服用藿香正气水后短时间内不要开车

四项措施预防中暑

- **保证充足睡眠** 高温天气下,体力消耗较大,人很容易感到疲劳,所以每天要保证充足的睡眠时间,只有大脑得到充分休息,人们才能精神饱满。
- **常备防暑药品** 在外出的时候,可随身携带一些防暑降温的药物,例如清凉油、十滴水等,在头晕时抹一抹,能够防止中暑。
- **科学补充水分** 天气炎热,人体出汗较多,人们需要多喝水,及时补充体内的水分。可以在白开水中加入少量食盐,这样能够补充随汗液流失的电解质和一些微量元素,也可预防中暑。
- **做好必要的防晒措施** 人们在室外活动时,避免皮肤直接吸收太阳辐射;穿宽松、浅色的衣服;尽量避免在一天最热的时候出门;出门时打遮阳伞或戴遮阳帽。

出现中暑做好四点

- **迅速转移位置** 如果感觉身体出现了中暑的情况,那么首先需要转移位置。最好选择一个阴凉通风的地方,然后平躺,解开衣扣,这样能够帮助降温。
- **紧急身体降温** 给中暑者敷上冷毛巾,或者用白酒或冷水等擦拭身体,也可以用电风扇吹风,都能够加速身体降温。有条件的,可以使用降温毯来降温。不过需要注意的是,当中暑者体温保持在38℃以下的时候,这些降温方法要立即停止使用。
- **及时服用药物** 一般情况下出现的中暑症状都是比较轻微的,所以没有必要到医院进行治疗。除了喝一些盐水、注意休息、降温之外,也可以根据情况

不同使用一些药物,在太阳穴的位置涂抹风油精或清凉油,或者服用适量藿香正气水,以起到缓解作用。

● **进行紧急复苏** 有时中暑症状比较严重,有可能出现昏厥或失去意识的情况。这个时候应掐住患者的人中、合谷穴,帮助患者苏醒。一些患者严重时可能会出现呼吸停止等情况,应进行人工呼吸,并紧急送往医院。

防治中暑 这些药品可选用

中暑通常都是在高温、高湿的环境下长期工作、生活、运动引起的,一般出汗较多。若要防止中暑,首先可选用口服补液盐,因为口服补液盐里面的成分有氯化钠、碳酸氢钠、氯化钾及葡萄糖,这些都可以补充电解质和能量。

中成药方面,可以服用芳香祛湿、解暑解表的中成药,如十滴水、藿香正气药品,都能预防中暑。

藿香正气类药品功效相似 区别在于是否含酒精成分

藿香正气类药品有藿香正气水、藿香正气液、藿香正气软胶囊、藿香正气丸等。此类药物功效相似,主要区别在于藿香正气水里含酒精成分,其他药里不含酒精成分。

司机服用藿香正气水后 短时间内不要开车

蒲岗最后提醒,受酒精影响,司机服用藿香正气水后,短时间内不要驾驶机动车辆。人体大约每小时可以代谢掉10克至15克酒精,所以如果喝了藿香正气水,按照酒精在人体内分解的速度,最好在两到三个小时之后再开车,但具体时间要视服用药量多少以及服用人体内酒精的分解速度来确定。

◆ 社区播报

河津市虎岗社区联合河津市能源局 开展禁毒反诈宣传活动

运城晚报讯(记者 李爽)为深入推进辖区全民禁毒反诈工作,促使居民远离毒品,预防各类诈骗案件发生,共建平安社区,7月26日至31日,河津市虎岗社区联合包联单位河津市能源局,在辖区开展禁毒、反电信网络诈骗宣传活动(右图)。

活动中,社区网格员和河津市能源局工作人员进门入户为居民发放禁毒、反电信网络诈骗宣传单,讲解什么是毒品、吸毒成瘾的特征及对家庭、对社会带来的危害、如何识别毒品、抵制毒品等知识,提醒居民警钟长鸣,远离毒品;通过新型电信网络诈骗案例剖析,网格员和工作人员向居民介绍电信网络诈骗的种类、特点和危害及电信网络诈骗犯罪分子的作案手段、惯用伎俩,提醒居民不要轻易相信陌生电话、短信,不点不明链接。

最后,社区网格员、河津市能源局工作人员与居民签订了拒绝毒品和反电信网络诈骗承诺书。



盐湖区东关社区 心理健康教育讲座 教家长好好说话

运城晚报讯(记者 崔萌)7月25日,盐湖区东城街道东关社区家长学校开课了。一堂心理健康教育讲座,教家长与孩子沟通中要学会好好说话,从而助力青少年心理健康发展,营造和谐的亲子关系。

课堂上,市实验中学高级化学教师、国家二级心理咨询师戴能芳,播放了一段青少年犯罪视频短片。片中,那些误入歧途的青少年,都曾在年幼时遭遇过父母语言上的伤害,在座家长见识了语言的力量。戴能芳提醒在座家长,要与孩子平和交流,不说伤人的话。

戴能芳分析了孩子不爱学习的原因,就是“不想”(学习心态)和“不能”(学习能力)的问题。她提醒家长应在潜意识层面寻找导致孩子不爱学习的根源,从而有针对性地解决问题。

戴能芳指出,家长应将孩子的健康人格培养放在首位,不仅要营造和睦的家庭氛围,还要留给孩子属于自己的空间,培养孩子的自主能力。