

2017 年河北省药盾论坛

——益老益小‘药’知道 安全用药共享健康



公众十大不良用药习惯

一、用药原则颠倒

药物具有两重性，既能“治病”又能“致病”，不同的给药途径“致病”的风险也不同。外用、口服、注射、静脉输液是给药的四种常见方式，无论从安全性、便捷性来说，都是外用>口服>注射>静脉输液。“能外用不口服，能口服不注射、可肌肉注射不静脉输液”的用药原则不能颠倒。

二、药物掰开好服用

对于缓控释片(胶囊)、肠溶衣片(胶囊)、胶囊、双层糖衣等药物剂型一经掰开或研碎服用不但影响药效发挥，还可能会发生不良反应，对身体造成伤害。应严格按照说明书合理服用药物。

三、多种药物叠加用疗效好

公众在同时使用多种药品时，应向医师或药师咨询，并认真阅读药品说明书，识别各种药品的通用名，判断药品成份，防范因为药品成分叠加、剂量超量而导致不良反应，对身体造成伤害，甚至危及生命。提倡能用一种药物治疗的病就不用两种药。

四、担心药物依赖，不打胰岛素

胰岛素是人体正常分泌的生理激素，具有降低血糖的作用。适时的外源性胰岛素补充，可以使自身的胰腺β细胞得到休息，休整以后，自身β细胞继续发挥降糖作用，也可辅以口服降糖药物治疗。胰岛素注射是不会成瘾和产生依赖性的。

五、贵药就是好药、新药就是好药、进口药就是好药

药品价格高低是由药品研发经费、原材料成本、工艺过程、销售环节等因素决定，价格贵不一定是好药。大多数新药上市时间短，收集到的病例有限，难以全面准确地反映其疗效，不良反应也存在不确定因素，新药是否比老药好，需辩证看待。进口药与国产药的好坏也不能一概而论。无论是新药还是老药、国产药还是进口药，安全、有效才是好药。

六、保健品当灵丹妙药

一些保健品为了达到宣传的效果，添加药物成分，公众购买保健品要注意成分和含量，标注不清的不要服用；保健食品不是药品，无临床治疗作用，不能代替药品使用。切勿因食用保健食品擅自停药。

七、盲目补充维生素，越多越好

健康成年人通过均衡膳食完全可以获得充足的维生素，不需要额外补充维生素药物。如确需使用，可在医生的指导下适量补充，但也不能替代天然食品的维生素功效，提倡合理膳食。孕妇补充维生素尤其要慎重，过量服用可能对胎儿造成不良影响。

八、不遵医嘱擅自调整剂量

部分患者治病心切或担心出现药品不良反应，对医师开具的药品擅自增加或减少用药剂量，可能会增加药品不良反应的发生；减少用药剂量则达不到预期的治疗效果，耽误治疗。患者需要换药或调整药品剂量时应向医师或药师咨询。

九、多病多药，盲目联合用药

多病用多药，药物相互作用的发生率随用药种类的增加而上

升。同时服用 5 种以上药物时，药物相互作用发生率大于 50%。因此，用药一定要遵从医嘱，尤其是老年人，切勿自行增加用药。

十、症状减轻就停药

一般疾病痊愈之后便可停药，但有些药物（如降压药、胰岛素、抗癫痫药、肾上腺皮质激素、镇静安眠药等）不能突然停药，否则可能会导致疾病复发甚至加重，引起更大的危害。公众用药应根据病情和药物的药理学特点、药代药动学特点合理用药，切勿擅自增减药量或停药。