

20%以上药物性肝损伤由中药引起

吃中药是医祸还是药殇?

目前,关于中药导致肝肾损伤的报道日益增多,甚至出现伤人性命的极端案例。老百姓心中“安全无毒”的传统中药,本该用来治病养生,为何反而成为扰乱脏腑功能的祸乱之源?中药导致的肝损伤,是医祸,还是药殇?古人云:“是药三分毒”,中药是否像我们想象中那么安全?

引起肝损伤的药物中中药占首位

“药物性肝损伤”顾名思义,就是跟药物相关的肝损伤,也就是用药过程中无论是药物本身也好或者药物的代谢产物也好,通过不同的途径损害了我们的肝脏,这种情况就是药物性肝损伤。2000年-2011年的医学数据库显示,全国已有166例因滥服中草药导致肝小静脉闭塞症的报道。有人曾经做过这样的统计,急性肝损害住院病人里面大概10%的病人中药引起的就占20%以上。而肝损在胆汁淤积型中所占比例高达83.3%,明显高于肝细胞型的发病率。

哪些中药会损坏肝脏?

北大医院感染疾病科徐京杭副主任医师说,可以引起肝损害的中药既包括单味药,也包括很多药组合在一起的中成药。

单味药包括何首乌、黄药子、雷公藤、川楝子、柴胡等都有明确的毒理性研究证明它们有肝损害,也有临床病例报道。如雷公藤,它在临床上具有抗肿瘤的作用,还有免疫调节的作用,但它对肝的损害也是非常确切的。1990年-2010年20年期间国内文献报道的跟雷公藤相关的肝损害病例有185例。

中成药同样也有可能引起肝损害的危险,如壮骨关节丸。

此外,治疗皮肤病方面的一些药比如治疗银屑病的克银丸、消银片、消银1号汤剂、复方青黛丸也可能造成肝损害。

中药导致肝损伤的原因

辨证不准用错药

中医的关键环节是辨证论治。如果辨证有误或者没有经过辨证就用药,有可能会产生相反的作用。有基础肝脏疾病的人更需要

医生根据患者具体情况进行辨证治疗。

不遵医嘱乱用药

好多人轻信民间的“偏方”,不按照医生的要求随便服用中药,这也是发生药物性肝病的重要原因。药物性肝损害大多是不经医嘱擅自搭配中药,不合理用药引起的。

药物使用不当

俗话说,是药三分毒,如果给予中药治疗的剂量偏大或者用药时间过长,也可能导致肝中毒。用有毒性的药物治病时,收到相当的效果后就停药,无毒的药物也不应久用。

不合理的中西药联合应用

联合中药制剂和化学药物治疗疾病非常普遍,正确的能够产生良好的疗效,但是不合理的合用,导致中药的药性与化学药物的药性相悖,则会产生肝损伤的可能性。

药物本身有问题

药物本身的原因。药物生产药物的地点、种植过程、采收季节、加工炮制以及运输贮存等条件具有差异,都会影响药物的成分以及药效。由此后期的配伍、联用等情况可能导致不良反应的发生。

误用同名异物的药物

中药中存在很多同名异物或者异名同物的情况,从而可能发生误食误用情况。例如防己有广防己和粉防己等,广防己所含的马兜铃酸临床已报道有肝、肾毒性。

避免中药伤肝我们该怎么做?

首先作为医生要充分了解患者的基本情况,是不是有一些其他基础病能够影响到药物安全性,用药之前要做这样一些了解。

用药过程当中医生要给病人正确的药物配伍,不同的配伍可能对药物的毒性会有影响,中药的配伍配得好可能没有毒性。

作为患者要了解自己身体的情况,各方面的情况及时告知医生,让医生来帮助做正确的选择。切勿擅自用药,轻信民间偏方。

基础性肝病的患者应提高警惕性,服药期间更要注意,尽可能规律地去复查监测肝功能的情况,发现问题及时把药停了。

摘自《读友报》

春困背后的疾病隐患

俗话说:“春困秋乏夏打盹”。春季,许多人出现困倦乏力、眼涩头晕、提不起精神和昏昏欲睡等症状,医学上称为“春困症”。

春困是由于人的机体不能很快地适应外界环境变化而出现的一种生理现象,因为冬季气温较低,血管收缩,内脏器官和大脑的血流量增多,大脑的氧气供应也随之增多。而春天气温回暖,大脑供氧量随之减少,于是人容易犯困。

然而需要注意的是,睡了很长时间,还是

犯困,而且越来越贪睡。这种情况需要注意了,可能是您身体在用“困”这个信号传递疾病隐患:贪睡且皮肤发黄,肝可能出问题了;贪睡伴面色苍白,危险征兆或是贫血;贪睡且反应迟钝,大脑严重缺氧;贪睡且鼾声如雷,睡眠性呼吸障碍;睡醒了也非常疲劳,心脏病的信号;贪睡且难以醒睡,可能得了糖尿病。

摘自《读友报》

白血病化疗或将淘汰

《新英格兰医学杂志》不久前发表的两篇论文表明,一种工作机理与化疗截然不同的新型抗癌药物有助于大幅提高白血病患者的生存机会——患者在使用该药物治疗两年后的存活率达到了83%。研究人员成功地把免疫细胞表面一种会使其生长失控的活性受体作

为攻击目标,从而阻断蛋白质的路径,实际上阻止了两种不同类型的白血病肿瘤的发生。

斯隆-凯特林纪念癌症中心白血病部主任马丁·托尔曼说:“我们确实在越来越远离化疗,而更多地接近于分子水平的靶向治疗。”

摘自《新华每日电讯》

春季要清扫内脏垃圾

北京大学医学部的高级营养师葛芸指出,春季人体代谢会加快,体内代谢所产生的垃圾也会增多,如不及时排出就会诱发血液黏稠、肾结石等疾病。我们应该针对不同脏器产生的垃圾,给内脏来个“大扫除”。

肺 中医认为,肺脏管理全身皮肤,当肺部垃圾多时,毒素会随着肺的交换作用沉积到皮肤上,表现为皮肤呈锈色,颜色晦暗。苹果中的果胶和抗氧化物能减轻肺部的炎症反应,帮助肺部排毒。百合可帮助肺脏清除垃圾,提高肺脏抗毒能力。将苹果与百合一起煮,喝汤食苹果百合,可有效清除肺部垃圾和辅助治疗肺部疾病。

肝 中医认为,“肝主筋”,指甲是“筋”的一部分,所以毒素在肝脏蓄积时,指甲上会有凸起的棱线,或是向下凹陷。坚持每天嚼食15克枸杞,能改善肝脏功能,提升肝脏排毒能力。

肾脏 中医认为,脸部下颌部位由肾管辖,肾脏垃圾沉积,多余的毒素就会表现在下颌部位,出现皮肤长粉刺、红肿等。此时应多食冬瓜,可清热解暑,利尿消肿,能刺激肾脏增加尿液,排出肾脏垃圾。每天喝一杯鲜榨的橙汁,可以增强尿液中柠檬酸水平,减少患肾结石的概率。

胃 胃部有垃圾,表现为舌苔发黄、口臭、唇周长痘或口腔内易发溃疡。经常按压商丘穴可给脾胃排毒,商丘穴位置在两内踝前下方的凹陷处。

肠道 肠道有垃圾表现为皮肤粗糙、毛孔粗大,经常打嗝、腹胀、放屁等。可按压大肠俞穴,该穴位于腰部,距离第四腰椎棘突下向外约一寸五(比大拇指略宽)处。每日1次,每次5分钟。

摘自《医药养生保健报》

春病“克星”食中求

春季是由冬寒向夏热的过渡时节,此时气候干燥,直接影响到呼吸道黏膜的防御功能。现介绍一组食疗方法和药膳,以预防春季易感疾病。

糖饮 取生姜片15克,葱白适量,红糖20克。加水500克煮沸,加入红糖即可。用法可趁热一次服下,盖被取微汗。有止呕吐,发汗解表,和中散寒作用,适用于风寒感冒、发热头痛、身痛无汗者。

葱白饮 取大米50克,葱白、白糖各适量。先煮大米,待大米将熟时把切成段的葱白及白糖放入即可。用法可热服,每日1次。解表散寒,和胃补中,适用于风寒

感冒。

神仙粥 取生姜3~5克,糯米50~100克,连须葱白5~6茎,米醋10~15毫升,先将糯米洗净后与生姜入砂锅内煮一二沸,再放进葱白,待粥将成后,加入米醋,稍煮即可。对春季风寒感冒及流感效果较理想,但要趁热服用,服后最好盖被静卧。

荸荠萝卜汁 取荸荠、萝卜各250克,分别洗净榨汁,混匀后随意饮用。能预防百日咳、白喉等疾病。

扁豆粥 扁豆60克加粳米150克,放适量水煮熟后即可食用,可防治春季传染病。

摘自《中国中医报》

布洛芬致盲引担忧

近日,一则“美国女孩服用布洛芬致盲,强生赔偿6300万美元”的消息引发关注。在国内临床上,专家称并未遇到此类事件。

北京儿童医院药剂科主任王晓玲称:“布洛芬致盲事件”属于严重不良反应事件的个案,少部分患儿使用后出现的皮疹、恶心、呕吐等现象会很快消失,可以说布洛芬药物在短期内正确使用是相对安全的。即便如此,遇到孩子发烧而选用退烧药时,还需要把三道关:药物关、方法关以及体质关。

药物关 目前临床上应用的退烧药主要有对乙酰氨基酚和布洛芬两种,常见商品名分别为泰诺林和美林。3个月以上患儿发热超过38.5℃首选对乙酰氨基酚(蚕豆病患儿应避免使用),6个月以上患儿可以服用布洛

芬。但“是药三分毒”,任何药都有毒副作用,要安全使用,方法很重要。

方法关 服用方法需严格按照说明书来进行。剂量、间隔时间等需要特别注意。服药前后,一定要让孩子多喝水,同时不要“捂”着,避免因脱水造成严重后果。

体质关 个体差异往往是最容易忽略的问题,而这往往又是导致出现严重副作用的最大元凶。八一儿童医院内科副主任医师胡波说,如果孩子发烧在38.5℃以下,最好采取物理降温或者退烧贴,只有当体温高于38.5℃或患儿出现不适症状时,再采用药物退烧,但要严格遵照说明书规定的剂量服用,不要自行加量。

摘自《健康时报》

避开锑:少喝PET包装饮料

近日,搜狐健康对包括可口可乐、雀巢、李锦记在内的12个品牌的饮品和调味品的塑料瓶体进行了检测。结果显示,9个PET材质瓶体被检出重金属——锑。一时间,消费者纷纷质疑PET塑料瓶的安全性。

PET瓶锑残留多

为何检测锑只存在PET瓶中呢?参与此次检测的北京服装学院材料学院副教授龚龔表示,在各种塑料材质中PET中锑的残留最多,主要在于在制作PET过程中需要用到催化剂促进缩聚反应;同时,锑基催化剂效果好且价格低廉,所以被广泛使用,但由于制作工艺没有加入脱出锑工序,锑就会残留在PET制成的瓶体中。而其他的材质塑料制品很少用到锑作为催化剂。

是否有害看迁移量

记者查阅有关资料获悉,我国对于PET树脂中锑的限量、PET成型品中锑的限量、PET瓶三氧化二锑的使用量及特定迁移量或最大残留量、锑的检测方法,都有相关的国家标准和规定,其中规定食品中的锑迁移量为小于等于0.05mg/L(ppm)。

北京理化分析测试中心主任刘清璐告诉记者,搜狐健康检测中所采用的X射线荧光光谱法并不是按照国标所要求的检测方法,不确定性较高。这种方法一般在食品检测中不作为筛选手段——判断是否存在某种物质,而不是用来定值定量。同时,国标中的关注点是锑对人的伤害,即塑料制品中锑的迁移量,如果塑料瓶中含锑,意味着锑有可能会迁移到饮料、调味品等液体当中,但是否合格还需要做进一步检测。

龚龔也表示,本次检测初衷意在使全社会关注锑的总量,锑迁移到饮料中对人体有害,回收或者焚烧进入大气和土壤更会造成二次污染,目前社会对锑的关注较晚,但并不意味着它的危险性小。龚龔也坦言,本次检测并没有涉及锑迁移率问题,所以不牵涉到塑料瓶安全性评价。

少喝PET包装的酸性饮料

那么如何防止锑从口入呢?刘清璐介绍,高温、酸性饮料、长时间存放,这些都是促进锑从包装向液体转移的有利因素。如果所盛装的是酸性物质,锑更容易加速析出。要远离锑危害,应尽可能少喝PET包装的酸性饮料,同时注意选择生产日期近、储存条件良好的产品。需要注意的是,不要反复使用PET材质的瓶子,最好不要装热水,买回PET包装的饮品后也不要长期存放,应尽快饮用。

【链接】

锑(Sb):有毒有刺激性

锑,元素周期表中原子序数为51,属VA族金属元素。元素符号Sb。银白色有光泽硬而脆的金属。有毒,最小致死量(大鼠,腹腔)100mg/kg。有刺激性。传说古代古方曾有很多人试图服用含有锑的辉锑矿来治疗癫痫,结果病情恶化,一个个地死去。

据介绍,锑对于人体危害取决于累积量是否超标,和吸烟一样,它对于人的危害要长时间才能体现出来。塑料瓶与服装都是人们日常接触的,就算产品达标,长期下来也无法排除对人体的潜在风险。

摘自《广州日报》