

合理使用抗菌药， 这些误区“药”知道

文 / 上海交通大学医学院附属第九人民医院黄浦分院 刘敏



在门诊窗口工作的时候，经常能碰到患者问关于抗菌药和消炎药的问题：“我感冒了，嗓子有点痛，是不是应该吃点儿消炎药？”“天气稍微干燥一点，我皮肤就开裂，吃些消炎药会不会好一些？”“你

给我推荐贵的消炎药吧，便宜的吃着感觉没什么用。”“我已经连吃了2天消炎药了，现在体温退了、炎症也消了，可以不用再吃了吧？”……听到这些，你猜他们真正想说的是“抗菌药”还是“消炎药”呢？

现在，有很多患者把抗菌药当作“万能药”，认为“包治百病”；对待抗菌药的态度很随意，想吃就吃，想停就停；觉得价格高的就是好药，效果也更好。无一例外，这些都是关于抗菌药物的错误认识。那么，常

见的抗菌药物的使用误区都有哪些呢?下面,我们就来简单地聊一聊。

一、什么是抗菌药物

抗菌药物是指对细菌具有杀灭或抑制作用的药物,包括抗生素和人工合成药物两大类,常见的如阿莫西林、头孢菌素类、阿奇霉素、罗红霉素、左氧氟沙星等。

需要说明的是,虽然抗菌药物是很多家庭小药箱中的常备药物,但其是处方药,需要在医生或药师的指导下使用。

二、抗菌药物的使用误区

误区1: 抗菌药就是消炎药

抗菌药不等同于消炎药。炎症在医学上可以分为感染性炎症和非感染性炎症两大类:感染性炎症是由于致病微生物(多数是细菌)感染机体导致的炎症,这类感染需要使用抗菌药物治疗;非感染性炎症是由于抗原刺激、无创性外伤、自身免疫等非感染性因素导致的炎症,如关节扭伤后出现的红肿热痛或风湿性关节炎等,这类炎症需要使用阿司匹林、布洛芬等消炎镇痛药治疗。分清炎症种类,才能选对药物。

误区2: 生病就使用抗菌药

这里的“生病”指日常生活中常见的感冒、腹泻、发热——正因为很常见,所以很常出错。

(1)感冒:很多人一发现自己有了感冒症状就想找抗菌药物来吃;但是,感冒一般是不需要使用抗菌药物治疗的。感冒大多由病毒感染引起,上呼吸道感染的症状非常明显,可以服用改善鼻塞、流涕的

药物,多喝水、多休息即可。抗菌药物是针对细菌和真菌感染的,对病毒感染无效。只有当患者因感冒继发下呼吸道细菌感染,出现明显的咳痰症状时,才需要由专业医生选择合适的抗菌药物对症治疗。

(2)腹泻:腹泻可以分为感染引起的腹泻和非感染引起的腹泻。其中,因细菌感染引起的腹泻又叫分泌性腹泻,可能伴有发热、水样便等症状,此时使用抗菌药物治疗很有必要。但是,对于非感染引起的腹泻,则不需要使用抗菌药物治疗。比如动力性腹泻,它是胃肠动力紊乱而出现的腹泻,以腹痛、腹胀、腹泻为典型症状,代表性疾病如肠易激综合征;对于这种类型的腹泻,应该找到引起腹泻的原因并对症处理,如补充水分、电解质、调节肠道菌群平衡等。

(3)发热:发热在生活中很常见,很多人一发热就要吃点抗菌药,认为这样好得更快。其实,发热不一定是感染了病原菌,所以不一定要使用抗菌药物治疗。如果发热是细菌感染引起的,那么确实应该使用抗菌药物;但是,如果发热是病毒感染引起的,或者是非感染性发热(如肿瘤、结缔组织病、血液系统疾病及内分泌疾病等),使用抗菌药物治疗则是无效的。特别是婴幼儿常见的发热,不一定是因为感染了病原菌,而常常是体温调节中枢发育不健全引起的生理性发热,此时不需要使用抗菌药物,可以进行物理降温或对症处理。

误区3: 抗菌药物越贵越好

很多患者只选贵的,认为越贵的抗菌药物治疗效果越好。虽然抗

菌药物主要针对的是细菌,但是不同种类的细菌对抗菌药物的敏感性不一样,而同一类抗菌药物的抗菌谱也存在着很大的差别。医生在选择抗菌药物时,会根据患者可能感染的细菌种类、临床症状、感染部位以及年龄等诸多因素,选择敏感性高、针对性强的抗菌药物,而不看重药品价格的高低。所以,“抗菌药物越贵越好”的说法,属于无稽之谈。

误区4: 打针比吃药效果好

有些患者认为抗菌药物静脉输液比吃药好得快,因此就医时往往主动要求输液。抗菌药物选择静脉输液还是口服给药,需要根据感染情况、病情轻重以及抗菌药物的特点综合决定,没有“这种好”或“那种快”的概念。例如,喹诺酮类抗菌药物口服后生物利用度可达90%以上,与输液效果几乎相同。因此,对于细菌性腹泻或单纯性尿路感染,口服抗菌药物就能达到治疗效果,且口服抗菌药物更便捷、更安全。世界卫生组织确定的合理用药原则是:能口服的就不肌肉注射,能肌肉注射的就绝不静脉注射。

误区5: 症状好了立马停药

使用抗菌药物治疗感染时,有的患者自觉症状好了就立刻把药停了,认为多吃会产生不良反应,对身体有害;但是抗菌药物治疗感染有一定的疗程,按疗程服药是关键。抗菌药物的抗菌效力主要与药物浓度在一定范围内持续的时间有关,当感染症状刚开始好转时,人体内的致病菌并没有完全被杀灭,“野火烧不尽,春风吹又生”,如果过早停药会导致感染反复,症状加重,



细菌容易耐药,给患者带来更大的伤害。因此,应按疗程服药,把致病菌的“野火”彻底浇灭。

三、滥用抗菌药物的危害

(1)产生耐药性:长期不规范使用抗菌药物,会使有害细菌的抗菌性增强、广泛耐药,可能导致一般或高效抗菌药物对致病菌无效,甚至催生出超级耐药细菌,最终引起无药可用的危局。

(2)脏器功能损害:滥用抗

菌药物对肝肾、神经系统等都有损害,大多数抗菌药物都需要经过肝脏和肾脏代谢;长期不规范使用抗菌药物,使其在体内蓄积,会对肝细胞和肾功能造成损害。

(3)菌群失调:长期使用广谱抗菌药物会抑制或杀灭体内有益细菌,导致有害细菌大量繁殖,引起严重的菌群失调。

四、我们应该怎么做

(1)注意个人卫生,增强自身免疫

功能,避免细菌入侵、减少感染发生。

(2)不要滥用抗菌药物,要在专业的医生和药师指导下使用。

(3)按疗程服用,不要随意停药。

(4)根据细菌种类、感染情况针对性地选择抗菌药物,有的放矢。

(5)根据实际病情,能口服的不肌注,能肌注的不静滴。

总之,合理使用抗菌药物,要从“我”做起,争做自己健康的第一责任人。**药物与人**