

看不惯又离不开, 那就“拿捏”使用

——浅谈糖皮质激素类药物在儿童中的使用注意事项

文 / 大连市妇女儿童医疗中心(集团) 王慧

如题所示, 在药物的汪洋大海中, 家长最看不惯却又离不开的可能就是糖皮质激素类药物。它在很多时候是不可替代的, 这已被临床无数次地证明过; 但是, 它的不良反应也非常明显, 这容易让人产生排斥心理, 尤其是广大家长, 他们对于自己的孩子使用糖皮质激素类药物普遍比较担心。

这种担心很正常——孩子处于生长发育时期, 使用各种药物都需要慎重, 何况是不良反应十分明显的糖皮质激素类药物。不过, 一味担心也不是办法, 此时家长不妨换个角度考虑问题: 既然糖皮质激素类药物在临床上的应用那么广, 那就一定有它的合理性和必要性; 再往下想, 我们更应该密切配合、谨遵医嘱, 让孩子少受病痛的折磨。

今天, 我们先谈谈局部(吸入、鼻用、外用)使用糖皮质激素类药物的注意事项, 静脉给药和口服给药的情况留待后期详细介绍。

一、吸入性糖皮质激素使用注意

1. 使用原则

吸入性糖皮质激素是治疗患儿支气管哮喘的常用药物。医生会根据患儿疾病的严重程度制订个体化的给药方案, 一般先使用较大剂量使哮喘症状得到控制, 然后逐渐减量使用, 直至达到最小使用剂量。注意: 吸入性糖皮质激素需要长期使用, 随意减量或停药会导致病情反弹, 甚至引起哮喘急性发作!

通常每日在早晨和夜间各使用1次, 即每日2次; 如果哮喘症状得到控制, 改为每日1次。推荐在早上使用, 因为人体在早晨自然分泌激素, 为顺应人体自然规律, 建议在早晨7~8点使用糖皮质激素类药物, 可以减少和预防肾上腺皮质功能减退和萎缩的不良反应。

2. 使用方法

首先全力呼气, 完毕后含住吸嘴, 再通过吸嘴用力深长地吸气;

然后移开吸嘴, 憋气5秒后再缓慢呼气, 但严禁对着吸嘴呼气。另外, 注意在吸入治疗后5分钟内漱口(深喉漱), 可以预防和减轻咳嗽、声音嘶哑等咽部不适感, 预防口腔真菌感染。

这里家长应该了解: 吸入性糖皮质激素需要在每天的固定时间给药, 以保证稳定的血药浓度。因此, 如果出现一次漏用, 需尽快补用; 但是, 如果这次漏用的时间比较久, 甚至接近下一次使用时间, 则常规使用单次剂量即可, 不能因为漏服而增加下一次使用的剂量。

二、鼻用糖皮质激素使用注意

鼻用糖皮质激素能有效改善过敏性鼻炎等疾病患者的鼻部症状, 但是需要做好用药依从性, 而这有赖于家长的监护。

1. 使用原则

鼻用糖皮质激素治疗过敏性鼻炎, 一般连续使用时间不低于



4周,可以在每年流行季节来临前1~2周开始使用,能有效缓解发病次数和症状。根据症状缓解程度逐渐降低剂量,直至低剂量维持或者停药;如果症状复发,则需要继续使用。

与吸入性糖皮质激素相同,如果每天使用一次,基于顺应人体内源性激素的分泌时间,最好在早晨使用,这样可以避免或减少因长期反复使用对自身激素分泌的抑制。但是,合并哮喘的孩子需在夜间睡前使用,

因为哮喘易在夜间发作,而且夜间人体内源性激素水平最低,这时吸入激素可以有效预防哮喘发作。

2.使用方法

使用前将药液摇匀,向空气中喷几次,保证能喷出有效剂量的药物。使用时,左手持药喷右侧鼻腔外侧,右手持药喷左侧鼻腔外侧,严禁喷向鼻中隔。喷鼻后,仰头2~3分钟,使药液流向鼻腔后,有药水进入咽部需吐出并漱口。喷药的同时轻轻吸气,吸气强度相当于吸

花香的力度,不能用力吸气。正确的使用不仅可以保证吸入有效的药量,而且可以预防和减少鼻腔干燥、鼻黏膜出血、溃疡,甚至鼻中隔穿孔等不良反应的发生。

需要强调:临床上应避免长期大剂量连续使用吸入性糖皮质激素,儿童患者的用药时间尽量控制在6周内。对于需要长期使用的儿童,应在治疗第一年每四个月评估一次生长情况,从第二年开始每六个月评估一次。



三、外用糖皮质激素使用注意

外用糖皮质激素类是很多皮肤疾病的一线治疗药物，这类药物在临床中很容易引起滥用。

1.使用原则

外用糖皮质激素适用于皮炎性湿疹、皮肤免疫性皮肤病等，而对于细菌、真菌、病毒等皮肤感染相对禁忌，需在控制原发病并经医生诊疗后决定是否可以使用。

2.使用方法

外用糖皮质激素软膏分为超强效、强效、中效、弱效四类。

——超强效和强效激素。尽量不用于小于12岁的儿童，且不应大面积长期使用。

——中效激素。小于12岁的儿童使用尽量不超过2周，不应大面积长期使用。

——弱效激素。如0.05%地奈德、0.01%氟轻松乳膏、0.025%曲安

奈德乳膏等，可以遵医嘱短期大面积使用，必要时可长期使用。

提醒：①外用糖皮质激素软膏一般每天使用1~2次。②婴幼儿及儿童慎重使用超强效和强效激素，一定要在专科医生诊疗后遵医嘱使用。③在婴儿尿布区不使用软膏，因为这里皮肤柔嫩且尿布的封包作用使药物更容易吸收。皮肤柔嫩部位（如眼周、腋部、腹股沟等）吸收率高，更容易产生皮肤萎缩等不良反应，禁用强效及含氟软膏。④一些号称“纯天然无激素”可以治疗婴儿湿疹的外用制剂是不可靠的，其中可能添加了强效激素，家长需注意辨别。

另外，需要再次强调：外用糖皮质激素是治疗儿童湿疹的一线药物，大多数情况下使用的是弱效和中效类型，规范使用时间不会很长，吸收入血的量很少，所以较少

会引起全身性的不良反应以及家长担心的对生长的影响。

四、重要的提醒

不少家长对“激素”有很强的抵触心理，往往患儿症状稍有缓解就擅自停药，殊不知，这是激素类药物使用的最大忌讳。关于激素类药物最重要的使用原则是：按时、按量、按疗程使用，不能擅自加药、减药或停药，尤其是对于需要较长期使用（超过7天）的患者，不规范用药会出现“反跳现象”，导致病情突然反复或加重，增加治疗的难度。另外，对于患有严重感染和免疫系统疾病的患儿，应慎用或禁用激素类药物。

综上所述，激素类药物需遵医嘱使用。家长需要注意使用中的细节，规范合理使用，保证激素类药物“为我所用”。