



老年人使用中成药的注意事项

文 / 北京医院 李琼



李琼 主管药师。

发表SCI、核心期刊论文十余篇。参与编写专著3部。曾荣获东城区优秀药师、北京医院防治SARS先进个人。自工作以来,始终致力于药物合理应用及老年患者用药科普工作,向公众传播专业且权威的药物合理应用知识。

随着年龄增长,老年人的生理功能逐渐衰退,用药需更谨慎。中成药因其独特的治疗理念和良好的效果在老年人中使用普遍,但老年人由于生理和代谢方面的变化,对药物的敏感度及反应可能与年轻人不同,因此使用中成药时需特别关注安全性和有效性。

一、老年人的生理特点与用药风险

老年人的生理特点与用药密切相关。老年人器官功能衰退,直接影响药物代谢。

- 肝脏代谢能力下降,导致药物代谢速度减慢,血药浓度升高,毒性风险增加。

- 肾脏排泄能力减弱,导致药物清除率降低,蓄积风险升高。

- 胃肠道功能减退,导致药物吸收效率下降,影响药效。

因此,老年人用药时,必须充分考虑其生理特点,选择适当的药物种类和剂量。

二、老年人使用中成药的原则

1. 用药前咨询

为确保用药安全和疗效,老年人在使用任何药物前都应咨询医生或药师,详细说明健康状况和正在使用的所有药物,避免因药物相互作用或使用不当导致的潜在风险。

2. 关注多重用药风险

老年人往往伴有多种慢性疾病,可能需要长期服用多种药物,增加了药物相互作用的风险。因此,医生需根据老年人的生理特点选择药物种类和剂量,并密切监测用药效果和安全性。

三、常见药物相互作用

以下是临床中常见的中成药与西药配伍问题,供老年朋友参考。



- 活血化瘀药（如桃红四物汤）与抗凝血药（如华法林）共用,可能增加出血风险。

- 利尿渗湿药（如五苓散）与利尿剂（如呋塞米）联用,可能导致电解质失衡。

- 补气药（如人参）与降糖药（如二甲双胍）共用,可能影响血糖控制。

- 镇静安神药（如酸枣仁汤）与镇静剂联用,可能导致过度镇静。

- 养阴药（如六味地黄丸）与某些激素类药物共用,可能影响激素水平。

- 安神药（如天王补心丹）与抗抑郁药（如帕罗西汀）共用,可能导致血清素水平异常。

- 化痰止咳药（如各类止咳糖浆）与某些抗菌药物联用,可能影响药物的吸收。

- 补血药（如归芪地黄丸）与铁剂共用,可能影响铁的吸收。

- 养心药（如丹参滴丸）与 β 受体阻滞剂（如美托洛尔）联用,可能出现心率减慢。

- 强肝解药（如茵陈蒿汤）与某些抗病毒药共用,需监测肝功能。

- 解表药（如银翘解毒片）与解热药（如对乙酰氨基酚）联用,可能导致体温调节异常。

四、生活方式的配合

在讨论老年人的生活方式与中成药配合时,需要重

视以下几个方面:

1.饮食习惯

合理饮食对提高药效至关重要。应选择易消化、营养均衡的食物,避免油腻、辛辣和寒凉食物,以免影响药效或加重病情。

2.适量运动

适当的体力活动可改善血液循环,增强体质,帮助药物更好地发挥作用。散步、打太极拳等低强度运动尤其适合老年人。

3.良好作息

保持充足睡眠,避免过度劳累,有助于发挥药效,促进老年人身体健康。

4.心理健康

保持积极乐观的心态,避免过度的心理压力,能够对药物的治疗效果产生积极作用。

5.定期体检

老年人需要更加关注身体状况,定期进行健康检查,以便及时调整用药方案。定期健康检查也有助于及时发现潜在健康问题,为老年人提供更好的健康保障。

总之,老年人在使用中成药时,需要特别注意药物相互作用,严格遵循医生或药师的指导,避免禁忌配伍,并及时反馈用药反应。同时,还需调整生活方式,通过健康饮食、适量运动、规律作息、心理调节和定期体检,维持身体机能稳定,确保药物使用的效果与安全。**药物与人**