

口服颗粒剂，你会服用吗

文 / 上海市徐汇区中心医院 赵彤 朱锦芝

连花清瘟颗粒、板蓝根颗粒、小儿豉翘清热颗粒、黄芪颗粒、布洛芬颗粒……对这些颗粒剂，我们都很熟悉，偶有小恙就会拿出来救急。然而，大部分人并不关注药品说明书。比如，许多人服用颗粒剂时，习惯简单用水冲服，甚至直接倒入口中后饮水咽下，还有人用茶、咖啡、牛奶或果汁服药。这种随意的服药方式不仅可能影响药效的发挥，还可能对身体造成潜在的危害，因此了解正确的颗粒剂药品服用方法非常重要。今天，我们就讲一讲口服颗粒剂的注意事项。

一、颗粒剂的正确服用方法

颗粒剂的服用方式包括冲服、直接吞服或泡服。据统计，在1436种颗粒剂中，有984种服药方式为冲服。生活中，我们遇到的多数颗粒剂需用水冲服，因此人们常将颗粒剂称为“冲剂”。

然而，并非所有颗粒剂都适合冲服。例如，治疗胃炎、胃溃疡和十二指肠溃疡的L-谷氨酰胺呱仑酸钠颗粒，它的说明书中就明确指出：建议直接吞服，避免用水冲服。

二、哪些溶剂不宜用于冲服颗粒剂

1. 茶水

茶水中含鞣酸、茶碱和咖啡因等成分。鞣酸可能会与钙剂、铁剂等含有金属离子的药物结合形成沉淀，阻碍药物吸收；茶碱可能会与偏酸性的药物发生化学反

应，降低药物疗效；咖啡因与中枢抑制类药物合用时，药效可能会相互抵消。

2. 咖啡

咖啡可兴奋中枢神经，加速新陈代谢，不仅会拮抗中枢镇静药物的作用，还会加速药物代谢，降低药物的疗效。

3. 牛奶

牛奶富含矿物质（如钙、磷、铁）、维生素、脂肪及氨基酸等营养成分，既可在药物表面与胃黏膜间形成一层薄膜，又可与部分药物发生化学反应，生成稳定络合物或难溶性盐类。这些反应不仅会阻碍药物吸收，还可能诱发胆结石、肾结石，严重时可能导致药物蓄积中毒。

需特别注意：除了含钙、铁、锌的制剂，中成药、胃黏膜保护剂、抗酸药、多数抗菌药物、抗帕金森病药、抗抑郁药，以及治疗心血管疾病或便秘的药物，均禁止与牛奶同服。

4. 果汁

果汁中含有的维生素C具有酸性及抗氧化特性，可能与药物发生化学反应，导致药物提前分解或溶化，从而影响药物的吸收和疗效。同时，部分果汁（如西柚汁）所含特殊成分也会与药物产生相互作用。此外，需特别注意：

● 西柚是服药期间绝对不能食用的水果。西柚中的呋喃香豆素可能会导致药物代谢受阻，造成药物在体内蓄积，严重时可能致命。柚子、石榴、杨桃等水果也有

类似作用,虽影响较小,但仍建议服药期间避免食用。

- 柿子含有大量的鞣酸,与铁剂(如琥珀酸亚铁颗粒)同服会生成难溶性鞣酸盐沉淀,不仅会影响铁剂吸收,还会刺激胃肠道,甚至引起胃绞痛。

- 香蕉含钾量高且具有降血压的作用,不建议与保钾利尿药、降压药及喹诺酮类抗菌药物一起服用。服药期间最好不吃或少吃香蕉,若需食用,至少间隔3小时。

5. 酒精饮品

乙醇(酒精)可以抑制中枢神经,刺激或者抑制肝药酶系统,影响药物代谢。头孢类抗菌药物与酒精合用可能引发大家熟知的“双硫仑样反应”。轻者出现全身皮肤潮红、心慌、胸闷、气急,重者可导致呼吸困难、惊厥、心功能异常甚至过敏性休克而危及生命。头孢类抗菌药物颗粒剂儿童使用的较多,因此儿童在用药期间绝对不可饮酒,同时应避免食用含酒精的零食(如酒心巧克力)。需要注意的是,一些药物(如藿香正气水)也含有酒精成分,应尽量避免与头孢类抗菌药物同服。若不清楚哪些药品含有酒精,可以详细阅读药品说明书或者咨询专业的医生或药师。

总之,不建议用茶水、咖啡、牛奶、果汁、酒精饮品等送服药物。这些饮品成分复杂,可能与药物产生未知的相互作用,影响药物的疗效,甚至产生不良反应。服药前,应仔细阅读药品说明书,按照说明书选择正确的服用方式。如果说明书中没有明确服用要求,只有“口服”等比较宽泛的概念,尽量选择用白水送服药品。如有任何疑问,最好咨询专业的医生或药师。

三、颗粒剂必须用热水冲服吗

中药材的提取大多采用煎煮法,所以80%以上的中成药颗粒剂需要用热水(70~80℃)冲服,可以帮助药物充分溶解,以利于吸收。但是,一些含易挥发成分的中成药不能用热水冲服。此外,超过半数的化学药颗粒剂需用温水(40~50℃)冲服,这主要与其理化性质及制备工艺密切相关。

以下几种不宜用热水冲服的颗粒剂:

- 热敏感抗菌药物:如阿莫西林颗粒、氨苄西林颗粒等,需用凉开水(<40℃)冲服,以防形成高分子聚合物而引起过敏反应。



- 活菌制剂:如枯草杆菌二联活菌颗粒、地衣芽孢杆菌活菌颗粒等,高温可致菌体失活而降低药效,因此需用40℃以下的凉开水或牛奶冲服。

- 酶类制剂:以胃蛋白酶颗粒为例,胃蛋白酶在70℃以上的环境中会变性失活,所以应避免使用热水冲服,以免影响药效。

- 维生素类药物:如维生素C泡腾颗粒,需用冷水或温水溶解后服用,不可用热水冲服,也不可直接吞服。维生素C遇热不稳定,容易失去药效。泡腾颗粒直接口服会在口腔里产生大量气泡,严重时可能阻塞气道而引起窒息。

四、小结

口服颗粒剂具有携带方便、易于服用的特点,在日常生活中被广泛应用,尤其适合儿童、老年人以及吞咽困难者等特殊人群。然而,正是因为其服用的便捷性,很多人往往会忽视正确的服用方法。

在服用颗粒剂之前,我们应仔细阅读说明书,了解药物的成分、适应证、用法用量以及注意事项等关键信息。如果对说明书中的内容存在疑问,一定要及时咨询专业的医生与药师,切勿盲目服药。 **药物与人**