



“药片虽小，注意事项可不少”之氯雷他定片

文 / 北京市密云区鼓楼社区卫生服务中心 齐红艳



齐红艳 主任药师，执业中、西药师，MTM药师。

在中心负责药事质控、药师课堂、用药宣教等工作。中国中西医结合学会脑心同治专业委员会乡镇专家组成员，北京市社区药事管理委员会委员，密云药事质控专家组成员。

“池上无风有落晖，杨花晴后自飞飞。为将纤质凌清镜，湿却无穷不得归。”这是唐代诗人韩愈所作的《池上絮》，诗中的“杨花”其实就是柳絮。诗的前两句描绘了落日余晖洒在平静的池面上，柳絮在晴日里自在飞舞的画面，营造出了一种美妙的艺术意境；后两句则刻画了柳絮试图飞过池面，却因沾湿而无法飞回的情景。整首诗围绕柳絮展开，描写细腻入微，充满意趣。

然而，在现实生活中，对于那些对柳絮过敏的人来说，这样的场景可就没那么美好了。柳絮很可能诱发打喷嚏、流鼻涕、鼻塞、鼻痒等过敏性鼻炎症状。据统计，过敏性鼻炎的患病率接近40%，已然成为危害人们健康

的六大慢性疾病之一。在过敏性鼻炎的发病过程中，有一种叫组胺的物质起着关键作用。我们可以把组胺看作是“捣乱分子”——其实它就是引起过敏性鼻炎的罪魁祸首。

H₁抗组胺药就像是组胺的“克星”，它通过与组胺竞争性结合组胺H₁受体，或者让组胺H₁受体处于非活化状态，从而达到拮抗组胺的效果。今天，我们就来详细了解一种常用的抗组胺药——氯雷他定片。看看服用它时都有哪些需要注意的地方。

注意一：每日一次规律服

1. 常规剂量

成人及12岁以上儿童服用氯雷他定片时，采用口服的方式，每日1次，每次1片（10 mg）。2~12岁儿童服药（口服）需要根据体重来调整——体重在30 kg以上的儿童，每日1次，每次1片（10 mg）；而体重在30 kg及以下的儿童，每日1次，每次半片（5 mg）。

2. 剂量调整

对于肝功能不全的患者，由于他们肝脏对氯雷他定的清除能力下降，需要降低初始服药剂量。一般建议减半剂量每天服用，或者全剂量隔天服用。如果肝功能严

重受损,务必在医生的指导下服用。肾功能不全的患者在服用氯雷他定片时需要谨慎,但通常无需调整剂量。老年患者在正常情况下也无需调整剂量。

注意二: 这些疾病亦可用

氯雷他定片除了能有效缓解过敏性鼻炎的相关症状(如打喷嚏、流鼻涕、鼻痒、鼻塞,以及眼部的瘙痒和烧灼感等),还适用于减轻慢性荨麻疹、瘙痒性皮肤病及其他过敏性皮肤病的症状和体征。

注意三: 老年可用安全好

提起抗组胺药,不少人担心药物的镇静作用会影响正常的工作和生活。的确,第一代抗组胺药(如阿司咪唑和特非那定)很容易透过血脑屏障,不仅具有中枢神经系统活性,而且特异性较差,有着较强的中枢抑制和抗胆碱能作用,还可能对认知功能产生潜在影响,所以不建议儿童、老年人以及从事危险性职业(比如高空作业、职业驾驶员等)的人群使用。

但是,氯雷他定属于第二代抗组胺药,它穿透血脑屏障的能力较弱,对中枢神经系统的抑制作用明显减少,安全性较高,因此可以常规用于老年过敏性鼻炎患者。不过,在服用过程中,还是要留意可能出现的不良反应。常见的不良反应包括乏力、头痛、嗜睡、口干、胃肠道不适(如恶心、胃炎)以及皮疹等;罕见的不良反应有脱发、过敏反应、肝功能异常、心动过速和心悸等。

注意四: 疗程用足不随意

氯雷他定片起效迅速,作用持续时间长,在缓解鼻部症状方面效果显著,尤其是鼻痒、喷嚏和流涕,对合并的眼部症状也有一定疗效,但改善鼻塞的效果相对有限。一般来说,这类药物每日服用1次即可,且疗程不能少于2周。对于花粉过敏的患者,建议在致敏花粉播散前就进行预防性治疗,这样更有利于控制症状,具体的疗程则要依据花粉播散的时间以及对症状产生的影响来确定。

注意五: 相互作用查这里

在使用氯雷他定片时,还要注意药物之间以及药物与食物之间的相互作用。在进行皮试前约48小时,应停

止服用氯雷他定片,因为抗组胺药会阻碍或降低皮试的阳性反应。

同时,要避免与对中枢神经系统有抑制作用的饮料(如酒精)、镇静催眠药(如地西泮)、抗精神失常药(如氯丙嗪)一同使用,否则可能会引发头昏、全身乏力、运动失调、视物模糊、复视等症状。

当氯雷他定片与酮康唑、大环内酯类抗菌药物、西咪替丁、茶碱等药物合用时,药物在血浆中的浓度会升高,此时需要谨慎用药。此外,尽量不要与复方感冒制剂同时使用,因为许多复方感冒制剂中都含有抗组胺药。也应避免与抗胆碱类、三环类抗抑郁药同服,否则可能出现口渴、便秘、排尿困难、心动过缓、青光眼症状加重、记忆功能障碍等不良反应。

注意六: 环境控制尤重要

抗过敏药物虽然能在一定程度上缓解过敏性鼻炎的症状,但通常难以根治疾病,只能起到控制症状的作用,一旦停药,症状很容易复发。所以,做好环境控制至关重要。

对于尘螨过敏的人,建议将室内温度保持在20~25℃,相对湿度维持在50%;尽量不要使用纺织沙发、地毯,还要定期使用除螨设备清理床单、被褥等。

花粉过敏者要多关注当地的花粉预报信息,在花粉大量播散期间,尽量待在家里并关好门窗。如果外出,要佩戴防护口罩和防护眼镜,还可以在鼻腔使用花粉阻隔剂;回家进入室内前,要清理掉衣服和头发上的花粉,并进行鼻腔盐水冲洗、洗脸和漱口。

对宠物皮毛过敏的人,最好停止饲养宠物;如果实在无法割舍,可以将宠物饲养在户外,并且让它远离卧室,同时注意清洁宠物及其生活环境。

最后,把每一段的标题连起来,就变成了一首便于记忆的顺口溜:

每日一次规律服,
这些疾病亦可用。
老年可用安全好,
疗程用足不随意。
相互作用查这里,
环境控制尤重要。

(本系列待续) 