

# 药酒是药不是酒 盲目饮用不可取

阳光讯(记者 张华)药酒,又称“酒剂”,是指将具有滋补、保健及治疗作用的药材放入酒中浸泡提制而成的制剂,以发挥防治疾病、保健强身、抗衰益寿等功效。随着人们自我保健意识逐渐增强,作为传统中医中药的重要组成部分的药酒,越来越受到人们的青睐。

西安市中心医院药剂科药师白荷荷表示,酒具有温通血脉、宣散药力、温暖肠胃、祛散风寒等作用,可溶解药材中大部分水溶性和脂溶性的有效成分,所以药酒兼具酒的作用和药物的疗效,又因配入酒中的药材不同,其功效也不同。以防止疾病为主的药酒,功效是祛风散寒、舒筋通络;以滋补增益为主的药酒,功效是保健强身、预防疾病。药酒饮用得当可强身健体,防病治病,但如若用错药材或炮制、使用不当则可造成健康隐患。

## 药酒炮制小贴士

白荷荷表示,炮制药酒宜采用酒精含量为50~60度的白酒,如果酒的浓度过低,易滋生细菌和微生物,且不利于中药材中有效成分的溶出;自制药酒,应选配适当中药材,经过必要加工,根据处方要求调配;药材可适度粉碎,促进有效成分的溶出,药材与酒的比例宜为1:10~1:20;炮制药酒宜使用带盖的陶器、瓷器或玻璃瓶浸泡;室温20℃,药酒浸泡时间在15~30天为宜,气温高浸泡时间应缩短。酒非越陈越好,炮制时间过长,酒的浓度降低,药材可能霉变。

## 药酒饮用小贴士

白荷荷称,药酒按使用方式的不同可分为内服和外用两种,外用药酒切记不可内服。内服药酒每次饮用10~30mL为宜,每日2~3次,年老体弱者,用量应酌减;药酒宜在餐前或睡前

服用,以温饮为佳;药酒饮用不宜同时吃生冷、辛辣、刺激性食物,以免影响疗效;饮用药酒期间不宜与西药同服;饮酒后切忌沐浴,以防造成低血糖休克甚至危及生命。

## 药酒慎用人群

肝病患者:乙醇可导致肝损害;卒中患者:饮用酒酒可导致血压突然升高,增加脑出血的概率,加重病情;高血压患者:收缩压和舒张压均会随着饮酒量的增多而逐步升高;冠心病患者:大量饮用会使体内低密度脂蛋白和甘油三酯水平升高,同时阻碍高密度脂蛋白的合成,增加胆固醇在血管壁上的沉着;痛风患者:药酒可以导致尿酸和酮体的聚集,抑制肾脏对尿酸的排泄,同时促进嘌呤、鸟苷酸的代谢加速尿酸合成,使血尿酸水平升高,诱发痛风发作。

## 安全用药月

## 西安市第三医院 一站式服务中心再添新举措

阳光讯(记者 张华)西安市第三医院患者一站式服务中心自成立以来,不断改善和提升服务,为患者及广大群众提供了高效、便捷、满意的“一站式”就诊服务体验。

近日,一站式服务中心除提供导医服务、咨询服务、便民服务常规服务外,还针对来院患者不断增多的情况,提供指引、陪同就诊服务,及时宣传微信缴费和微信预约核酸检测新业务,并在便民用具中新增了助听器和液晶手写板。同时,定期更换和维护各种就诊辅助工具,为患者及广大群众提供全方位、人性化的优质服务。

在院领导支持下及相关部门配合下,门诊办全体人员不断优化服务流程,持续改进服务内容,为患者提供更加方便、快捷、优质的健康服务。

## 西安市中医医院 开展提高抗微生物药物认识周活动

阳光讯(记者 郑亚雷)为响应国家卫健委医政医管局号召,积极应对微生物耐药带来的挑战,提高社会公众对耐药的认知水平,遏制微生物耐药发展与蔓延,西安市中医医院药剂科于11月22日在医院门诊大厅举办了2021年提高抗微生物药物认识周活动。

活动现场,药剂科们通过多种形式为在场患者进行了抗微生物药物相关知识的科普。举办了抗微生物药物知识科普讲座,对抗微生物药物的定义、分类以及如何正确使用抗微生物药物等内容进行了讲解;对患者就平时用药中存在的疑惑进行了耐心解答;现场还分发了相关科普宣传单。

不合理使用抗微生物药物是导致微生物耐药的主要原因之一,西安市中医医院药师建议:不要随意购买抗微生物药物;不要随意使用或停用抗微生物药物,用药需遵医嘱;养成良好的生活习惯,勤洗手、戴口罩、多运动。

## “第十七届糖尿病进展学习班暨第九届内分泌代谢病基层骨干医师培训班”落幕

阳光讯(记者 张华)11月20日,由陕西省国际医学交流促进会主办、陕西省人民医院内分泌糖尿病病院承办的“第十七届糖尿病进展学习班暨第九届内分泌代谢病基层骨干医师培训班”在西安宾馆举行。会议采用线上线下方式同时进行,特别邀请了北京协和医院内分泌科教授朱慧娟、重庆医科大学附属二院教授李启富等省内外知名专家进行授课。来自全省各级医院的临床骨干医师80余人现场参会。

本次会议专家授课内容涵盖垂体疾病、肾上腺疾病、糖尿病、免疫检查点抑制剂相关内分泌系统不良反应等,还有涉及库欣病、肢端肥大症、胰岛素瘤、甲状腺结节、痛风性关节炎、醛固酮增多症、糖尿病神经病变等内分泌疾病,内容丰富、覆盖面广,获得了学员们的一致好评。

## 西安市巾帼康养健康照护技能培训示范基地授牌



阳光讯(记者 郑亚雷 文/图)11月23日上午,西安市妇联在西安市人民医院(西安市第四医院)航天城院区举行巾帼康养健康照护技能培训示范基地

地授牌暨第二期培训开班仪式。该基地的建立,旨在依托西安市人民医院(西安市第四医院)先进医疗体系和专业团队,运用“特色课程+技能实训+跟踪问效”的教培模式,将有力提升从业人员健康照护技能专业化、职业化、规范化水平,为更好婴幼儿照护服务提供有力保障。西安市妇联、市民政局、市卫健委、市人民医院(西安市第四医院)相关领导,市家协负责人及全体学员参加活动。

开班仪式上,西安市人民医院(西

安市第四医院)院长李兴洲介绍了培训基地的场地建设、课程设置、师资配备等情况。西安市妇联党组书记、主席薛林莉为医院授予西安市巾帼康养健康照护技能培训示范基地牌。教师代表、参训学员代表分别作了表态发言。学员代表表示,要抓住此次技能培训机会,认真学习,全面提升技能和素养,为全市康养服务的健康发展助力。西安市妇联一级调研员赵小燕希望老师和学员相互配合,努力完成培训任务,运用新的技能积极投入以后的家庭服务中。

## 西安眼健康教育科普馆 迎来高新一中实验中学学生参观

阳光讯(记者 张华)当下,儿童青少年近视率呈上升趋势,保护眼睛、预防近视已刻不容缓。为了更好的呵护好孩子们的眼睛,11月20日,高新一中实验中学初一学生连同家长共56人,分批参观了位于西安高新医院综合医疗楼六楼的西安眼健康教育科普馆。同时,由眼科主任赵燕麟,副主任仝警安、林玉春等专家组成的医护团队为学生们提供公益的电脑验光、视力检查,眼健康咨询

等,并对每位学生的检查结果进行分析,给予科学的指导建议。

“我们的眼睛就像一台照相机,里面可有大学问。”西安高新医院眼科的医生向前来参观的学生和家长详细讲解了眼球结构、眼睛成像的原理以及什么是屈光不正、高度近视的危害、怎样预防近视等科普知识。

讲解员带领参观人员共同观看了眼科动漫视频,开展了爱眼护眼讲

座,以通俗易懂的语言介绍了眼睛构造、常见的眼部疾病、近视眼形成原因及防控知识。

据了解,西安眼健康教育科普馆是由西安高新医院与温州医科大学附属眼视光医院合作,西安高新医院承建的西北地区规模最大的第一所以医疗服务为主导,关注普遍眼健康,特别是儿童青少年近视防控的公益性眼健康教育科普场馆。○④