

被藿香正气水送进抢救室

解暑神药吃不对真要命

近日有媒体报道，福建福州的陈先生因发热、咳嗽前往医院就诊，并接受了静脉输注头孢西丁钠的治疗。

就诊结束后回家途中，他感觉发热、胸闷、腹胀，判断自己中暑了，便购买藿香正气水口服了一支，却在服用藿香正气水15分钟后出现心慌气短、面部潮红、心率加快、头痛头晕症状，之后突然昏厥倒地。随后，陈先生被送至医院抢救。经诊断，陈先生因同时使用头孢类药物及含有酒精的藿香正气水，导致二者相互作用，发生了双硫仑样中毒反应。

藿香正气水适合所有中暑症状吗？各类藿香正气类产品究竟该如何选择？

藿香正气水+头孢为啥秒变“毒药”

藿香正气作为夏日祛暑的良药，有多种剂型（如藿香正气水、藿香正气丸、藿香正气散等），无论是内服还是外用，都能缓解夏季因高温潮湿引起的各种不适症状。然而，在使用时也需注意用法用量和特殊人群的用药禁忌，以确保安全有效。

藿香正气水和头孢类药物一起吃，为什么会引起中毒？我们都听说过头孢类药品和酒同时服用，可产生致命的“双硫仑样反应”。同样的道理，藿香正气水中通常含有40%~50%的酒精，当这些酒精进入人体，经过乙醇脱氢酶的转化变成乙醛。由于头孢类药物抑制了乙醛脱氢酶的活性，导致乙醛无法继续降解，从而在体内大量堆积，便会出现胸闷心慌、头痛面红、焦虑的症状，引起中毒，严重时还可诱发急性肝损伤、呼吸骤停甚至死亡。

值得一提的是，并非所有的头孢类药物与藿香正气水同服均可导



图片来源于网络

致双硫仑样反应，像头孢噻肟、头孢唑肟、头孢克肟、头孢磺啉因不含甲硫四氮唑基团，在应用期间饮酒不会引起双硫仑样反应。因此，这几种头孢药物也同样不会与藿香正气水中的乙醇发生反应。

不是所有藿香正气都含酒精

藿香正气水、藿香正气胶囊及藿香正气液……藿香正气“家族”作为夏季的解暑神药，并不是都含有酒精。同时，也不是所有人群都能随便服用。

藿香正气水中是含有酒精的，藿香正气水是由乙醇渗漉法和水煎煮法制取，所以成分中含有乙醇。其乙醇含量达到40%~50%，相当于40度的酒，所以服用藿香正气水之后不得驾驶机动车、车、船，从事高空作业、机械作业及操作精密仪器。

藿香正气液及胶囊剂型都不含有酒精，其药效与藿香正气水类似，只是制备方法不同。但是，如有高血压、心脏病、糖尿病、肝病等慢性

疾病患者，或正在接受其他治疗的患者，均应在医生或药师指导下服用。此外，藿香正气水也不宜与滋补类中成药同时服用，老人、孕妇、幼儿等体质较弱者也尽量不要喝。

中暑分“阴”“阳”用药各不同

伏天儿中暑人群增多，但藿香正气并不是中暑的万能神药。中医把中暑分为“阴暑”与“阳暑”，两者的成因和治法都不同。

“阴暑”是在天气炎热时过度贪凉所致，空调温度过低、电风扇强吹，都会导致寒邪侵袭肌表、热闭于内而致病，典型表现为身热头痛、无汗恶寒、关节酸痛、腹痛腹泻等。

阴暑者，可用藿香正气水，以辛温解表、化湿和中，从而缓解中暑症状。

“阳暑”是长时间在户外暴晒或在高温密闭环境中，出现头晕、倦怠、口渴、眼花、大汗、胸闷、心烦等症状，严重者可出现血压下降、晕厥、意识障碍等。

阳暑者，应清暑益气、养阴生津，可用白虎汤、十滴水等，也可用浸过凉水的毛巾擦拭身体，适当食用一些西瓜、绿豆糖水等缓解中暑症状。如果出汗过多，可适当喝一些淡盐水，注意补充水分。

不管是“阴暑”还是“阳暑”，如果通过上述做法症状没有缓解或病情加重，应及时到正规医疗机构就诊。

藿香正气还能这样用

藿香正气药品可以用于多种不适症状，除了用于外感风寒、内伤湿滞或夏伤暑湿所致的感冒外，还能缓解脾湿胃浊引起的食欲不振、舌苔厚腻等。同时，在水土不服、晕车晕船，小儿消化不良，受凉引起的腹痛、腹泻等方面，藿香正气也能帮上忙。

不仅如此，把藿香正气药品稀释后，局部外用可缓解痱子、蚊虫叮咬等瘙痒不适之症，有助于疮疖、痔疮的消炎止痛，对头癣、手足癣、灰指甲也有一定帮助。

这些涉酒药记得避开头孢

除了藿香正气水，生活中还有很多含有乙醇的药物，不能和头孢类药物一起服用。例如十滴水、感冒止咳糖浆、复方甘草口服溶液，治疗跌打损伤的药酒等也含有乙醇；一些西药像环孢素口服溶液、左卡尼汀口服溶液也含有一定量的乙醇，如果与某些抗菌药物如头孢菌素（头孢呋辛、头孢哌酮等）、甲硝唑、奥硝唑等混合使用，也有可能产生“双硫仑样反应”。

值得一提的是，一些中草药在炮制时，需要用酒精加强药性，还有一些中草药的有效成分需要以酒精为溶媒，这些药物与抗菌药物同服都会导致乙醛蓄积，要注意识别。

来源：北京青年报

立秋时节如何科学应对呼吸道疾病

2024年8月7日，是二十四节气中的第十三个节气——立秋。国家卫生健康委6日举行新闻发布会，介绍时令节气与健康有关情况。

立秋时节，气温逐渐转凉，但“秋老虎”威力不减，如何科学应对季节交替带来的健康挑战，尤其是呼吸道疾病的发生？中国疾病预防控制中心研究员王丽萍指出，夏秋交替，人体的呼吸系统最易受到侵袭，老人、儿童、体弱者、营养不良者以及一些慢性基础性疾病患者，容易感染包括流感在内的呼吸道传染病。为此，公众首先要树立自己是健康第一责任人的理念，要保

持健康的生活方式，养成良好的卫生习惯，增强体质，提高抵抗力。

“公众应该根据温度变化，及时调整衣物，肺炎、流感的易感人群可以积极接种相关疫苗。”王丽萍强调，还要做好健康监测，出现类似发热、流涕、咽痛等呼吸道疾病症状时，要尽量保证休息，根据情况及时就医。

立秋是秋季的第一个节气，但并不是酷热与凉爽的分水岭，还会伴随一段夏季的余热。节气交替之际，有哪些养生保健方法可以预防呼吸道疾病？北京中医药大学东直门医院主任中医师龚

燕冰表示，立秋时段还在伏天，这个时候说“秋燥”还有点早，除了要避免凉风侵袭之外，还要继续防暑祛湿，预防感冒要兼顾祛湿和祛寒。

龚燕冰推荐公众可以服用代茶饮——陈皮姜茶，陈皮有健脾祛湿兼理气的作用，生姜有解表散寒、温胃止呕、温肺止咳的作用，各取3~6克泡水喝。立秋过后的一段时间，一些人可能会出现肺燥，有口干、咽干等症状，可以进食百合、梨、银耳等食物，有滋阴润燥功效。如果出现感冒症状，还可以揉按列缺穴，每次揉按一到两分钟，

可以反复揉按，能起到宣肺解表、温经通络的作用。

另外，对于近日晒背养生的社会关注，龚燕冰指出，晒背是一种传统的养生方法，符合中医冬病夏治的理论。这相当于利用太阳照射和大自然阳气，来提升身体阳气的一种方法。冬天手脚特别怕凉的人，阳虚或者体质虚弱的人，还有一些寒湿比较重的人，都适合晒背。正常人也可以通过晒背养生，但患有高血压等慢性病、皮肤病的患者，以及容易上火、有湿热症的人群，要慎重晒背。

来源：光明日报