

如何对抗生素滥用“说不”？

新华社北京11月22日电 11月18日至24日是世界卫生组织确定的“提高抗微生物药物认识周”。当前,抗生素使用情况如何?“新华视点”记者走访多地进行调查。

新华社“新华视点”
记者马晓娜、嵇诗、董小红

抗生素



图片来自网络

使用率大幅下降 滥用现象仍然存在

近年来,为遏制微生物耐药,我国严令管控抗生素使用,出台一系列文件、采取专项整治等举措,取得明显成效。全国抗菌药物临床应用监测网数据显示,从2011年到2023年,核心数据医院住院患者抗菌药物使用率从59.4%降到33.4%,门诊患者抗菌药物使用率从16.2%降到7.1%。

但在个别医疗机构,抗生素滥用现象仍然存在。

国家医保局今年8月通报,2023年以来,山西代县和平医院对68%的住院患者进行两种、三种高等级抗生素治疗,且多按最高或较高剂量联合给药。部分患者病历显示体温正常、白细胞计数正常、胸片报告无急性炎症表现,但被诊断为急性支气管炎,并静脉注射头孢曲松、左氧氟沙星、克林霉素等高等级抗生素。

国家医保局今年联合安徽省医保部门对安徽省淮南市定点医疗机构开展专项检查,发现淮南市寿县正阳关镇南社区卫生服务站违反诊疗规范滥用抗生素。该院针对感染病人,不论病情轻重均联合两种、三种高等级抗生素使用,甚至出现同类抗生素口服和输液同时开具的情况。

此外,抗生素可以在线上轻易买到,也为抗生素滥用误用“开了口子”。记者在美团外卖上随机选择一家药店购买阿莫西林胶囊,简单填写了性别、年龄、过敏史等个人信息,在病情描述里选择了“急性支气管炎”选项,便弹出一位“海南嘉隆互联网医院”周姓医师的对话框。对方询问是否有信息补充,记者正输入时,聊天页面显示“已为您开具处方”,全程不到一分钟。

抗生素滥用涉及诸多因素

记者了解到,抗生素滥用同医师诊疗水平、抗菌药物管理和公众用药意识等方面都存在一定的关联。

——个别临床医师缺乏合理用药的意识和能力。四川大学华西医院临床药学部药师于磊等专家指出,部分医务人员对一些疾病认知和诊疗经验不足,缺乏使用抗生素的正确理念,盲目为患者使用抗生素以达到迅速控制病情的目的。

一些医务人员为了规避责任而为低概率感染风险的患者预防性使用抗生素。业内人士说,受监管缺失、医生知识储备不够等因素影响,基层医院在这方面问题更加突出。

——医疗机构抗菌药物管理水平不足。中国医院协会抗微生物药物合理应用工作委员会副秘书长、浙江大学医学院附属第二医院抗菌药物管理办公室主任王选铨说,抗菌药物管理是一项系统工程,专业性极强。目前各级医疗机构还是依赖以药学人员为主的传统管理模式和行政化、应对检查式的管理方法,很难取得良好的管理成效。

——公众对抗生素使用存在认识误区。山西医科大学第二医院药学部副主任段金菊说,比如,上呼吸道感染的大部分患者是病毒感染,且具有自限性,不需要使用抗菌药物。但很多患者存在认识误区,认为感冒了就要尽早服用抗生素,往往自行购药服用,或是主动要求医生开抗生素。

“一些患者在服用抗生素时依从性不佳,吃了一两天看到症状缓解就不吃了,或者不按医嘱间隔来服药,疗程不完整、服药不规律、剂量不准确等,都是抗生素的不合理使用,都可能会导致耐药性的发展。”段金菊说。

多措并举规范抗生素使用

受访专家指出,微生物耐药问题复杂,需要全社会共同努力,从医生到公众多方努力,才能让抗生素使用更加科学规范。

国家卫健委等13部门联合制定了《遏制微生物耐药国家行动计划(2022—2025年)》,对卫健、医保、药监、工信、科技等相关部门提出明确要求。专家表示,应进一步推动落实,强化遏制耐药综合治理。

“专业化是抗菌药物管理的根本。”王选铨认为,医院应建立一支专业管理团队,同时在流程改造、信息化等方面给予必要的支持。

提高临床医生合理用药观念和诊疗能力十分迫切。目前,国家要求定期开展抗菌药物处方权规范化培训。但有卫生系统人士反映,一些培训流于形式,成了“走过场”,课程设计缺乏系统性和专业性针对性,临床指导性差。“应进一步优化培训形式、内容,加强培训力度和精准度,力求实效。”业内人士建议。

中国社会科学院健康产业发展研究中心副主任陈秋霖表示,当前我国抗生素管理在销售渠道还存在薄弱环节,特别是网络销售处方药乱象频出、监管难度大。相关部门应加强常态化监管,加大对违法违规行为的处罚力度,同时完善对第三方平台的约束机制,督促其负起主体责任。

健康科普也需持之以恒。段金菊等专家表示,要提高公众规范使用抗生素的意识,澄清抗生素使用中的一些误区,纠正不合理的用药观念和用药习惯。“要让大家知道,滥用抗生素不仅可能影响治疗效果,而且会引发过敏、肠道菌群失调、肝肾功能损害等不良反应,还会导致细菌耐药性快速发展,使原本有效的抗生素失效,在未来面临无药可用的困境。”

手机“成瘾”, 当心被心梗“盯上”!

2024年11月20日是第11个“中国心梗救治日”。随着国人生活方式的改变,冠心病高发、多发,且正在逐渐向年轻化发展。这其中多种不健康的生活方式是冠心病及其严重并发症——心肌梗死的常见诱发因素。江苏省人民医院(南京医科大学第一附属医院、江苏省妇幼保健院)心血管内科王连生教授团队经过长期临床研究总结发现:饮食习惯、运动、睡眠、不良工作方式与手机成瘾是与心梗发生发展密切相关的五个关键因素。

健康的饮食模式如地中海式饮食习惯,可显著降低动脉粥样硬化性疾病的发病风险。该饮食模式中,强调饮食习惯应富含蔬菜、水果和全谷类;推荐低脂奶制品、家禽、鱼类、豆类、非热带植物油及坚果;限制钠盐、糖、含糖饮料以及红肉的摄入。此外,一些富含不饱和脂肪酸、纤维、抗氧化剂和叶酸等生物活性物质的食物也被证明可降低冠心病发病及心肌梗死的风险。

运动对心脏有多方面的积极影响,不仅能增强心肌收缩力,促进心肌更有效地泵血,还有助于改善血液循环,确保心脏和其他器官获得充足的氧气和营养。定期运动还可帮助控制体重、降低血压、改善胆固醇水平,这些都是心梗的关键风险因素。

良好的睡眠习惯对于维护心脏健康至关重要。对于成年人,建议每晚睡眠7到9小时,并建议改善睡眠环境和习惯,比如保持环境安静、黑暗和适宜温度,避免睡前使用电子设备,以及建立固定的睡眠和起床时间。

推荐上班人群保持合理的工作时间,避免长时间连续工作;工作期间适当活动,减少静坐时间,如每小时起身活动5~10分钟。

每天使用智能手机>5小时被认为是智能手机使用过度。手机成瘾与心肌梗死之间的联系可能通过多种机制发挥作用。首先,手机成瘾常常伴随着不健康的生活习惯,如缺乏运动、不规律的饮食和睡眠剥夺。其次,手机成瘾的用户常有睡眠习惯改变,尤其是喜欢睡前使用智能手机,更容易推迟睡眠,影响睡眠质量,且在夜间暴露于富含蓝色的光下会导致昼夜节律延迟和心脏自主神经活动紊乱。此外,手机成瘾还可能对心理压力增加,增加心脏负担。

来源《扬子晚报》