

老年患者应用抗感染药物的注意事项

▲ 广州市白云区妇幼保健院 李爱

老年人抵抗力衰减，容易出现感染性疾病，特别是严重细菌性感染，并且老年人具备与年轻人不同的生理特征，机体内各个组织成分也发生较大转变，所以抗菌药物的体内环节也有相关转变。在抗菌救治中不良反应发生率也高于年轻人，因此必须参考其特征科学运用抗菌药物。

老年人的药代动力学特征

老年人机体各个器官接近老化，功能衰退，因各个脏器血流量降低，药物的吸收、分布、代谢、排泄、生物利用度与清除速度均有所转变，而血浆蛋白的浓度、免疫功能、身体耐受能力与药物之间的相互作用也影响其机体环节。

药物的吸收 老年人消化道黏膜上皮细胞锐减，胃肠蠕动与括约肌活动降低，胃肠黏膜血流量降低，致使药品吸收速率与血药峰浓度降低，而吸收半衰期与血药达峰时间延长。并且老年人胃酸分泌降低，也改变了药品的溶解与解离度，如胃液酸度的减少可影响某些氨苄西林酯与头孢呋辛酯的吸收。

药物的分布 老年人体内组织成分发生

了明显的改变，全身及细胞内含水量减少，肌肉组织减少而脂肪相对增多，这使亲水性抗菌药物（如β内酰胺类、氨基糖苷类、糖肽类等）的分布容积减少，亲脂性抗菌药物（如喹诺酮类、大环内酯类、替加环素等）则增多。其次老年人的心输出量以每年1%的速度降低，血管弹性与通透性减少，也可影响药物的分布。再次老年人血浆蛋白减少，药物与血浆蛋白结合是抗菌药物机体内分布与存储的关键途径，尤其是与药物相结合的白蛋白降低，促使结合型药物降低，主要影响蛋白结合率高的药物（如头孢曲松、替考拉林、替加环素等），游离形药物增加，药物清除加快。

药物的代谢 肝脏是大部分药物代谢的主要场所，老年人肝脏构架与功能出现衰弱，肝脏微粒体药物氧化酶活性减少，结果诱发肝内抗菌药物的代谢减少，药品清除迟缓，半衰期延长。

药物的排泄 药物排泄重点依靠肾与小肠，肾排泄药物的量、速度与肾小球的滤过功能及肾小管的分泌功能有直接联系。老年人因肾单位降低，肾血流量降低，肾小球滤

过率降低，并且肾小管的分泌与重吸收功能也降低，因此药物容易堆积在机体内，毒副反应提高。

药效判断的影响原因 老年人的表述能力减退，外加脑动脉硬化形成老年性痴呆，或者患病后精神异样、意识障碍等要素，导致无法直接具体的表述病症状况、抗生素运用情况及是否存在药物不良反应，医生也无法得到精准的临床信息。此外，老年人临床病症不典型，一身多病及各类药物联用，药物不良反应发生率也有一定的提升。

老年人感染的特征

感染的临床病症不典型 一些老年人原发感染的病症通常体现为不典型，虽然有严重的感染，可单纯体现为虚弱与疲惫，体温不高或者仅有低热。一些特征性的病症与指征不发生或体现轻微。

起病方法特殊 不少老年人，特别是高龄病患通常以尿失禁、精神恍惚、不思活动、跌倒、生活无法自理等方式起病，不容易获得亲属与医生的关注。

易发生意识障碍 老年人已有不同水平

的脑血管硬化，发生感染后，在致病菌、脓毒血症与电解质紊乱等多种因素影响下，容易发生嗜睡、烦躁、昏迷等中枢神经系统的病症。

易出现多脏器功能损伤 老年人大部分伴有慢性心、肺、肾功能不全或糖尿病等病症，一旦出现较为严重的感染，容易出现感染性休克、心律失常、消化道出血、弥散性血管内凝血或多脏器功能损伤。抗感染药物的应用,在某些程度上也会加剧肝、肾功能的损伤。

老年人感染时抗感染药物的应用原则

掌握抗菌药物的使用时机 老年人免疫功能衰减，机体内寄殖细菌增多，因此出现感染的概率提高，感染一旦出现，其发展大多较为迅猛，病症可急速加重，严重者会威胁到生命，因此应当尽快、精准、科学的选择抗生素，尽快把控感染。

尽量避免使用肾毒性抗菌药物 氨基糖苷类、糖肽类抗生素均有肾毒性，在老年人中特别容易出现，并且这两类药品还容易引起老年人耳蜗前庭伤害，同时使用利尿剂如呋塞米更加容易出现。

急性心梗的六大护理要点

▲ 广东省江门市人民医院 傅为清

急性心肌梗死是一种心血管疾病，具有很大的危害性，救治不及时很容易导致患者死亡。很多患者在急性心肌梗死发生后，因反应不及时，未能尽快入院接受治疗，错失黄金救治时间，最终导致死亡，给家庭及亲人造成重大打击。中老年人是急性心肌梗死的高发群体，尤其是有原发性心血管疾病的患者、高血压老年患者、冠心病老年患者以及心律失常老年患者等。随着社会的发展，急性心肌梗死的发生率持续升高，同时显现出年轻化趋势，如何早期识别、诊断、治疗急性心肌梗死，成为人们迫切想要掌握的知识。

适当休息 胸痛发作时需立即坐下或平卧休息，可舌下含服硝酸甘油或口服阿司匹林以缓解疼痛，若使用硝酸甘油症状不能缓解，需及时就医。平时可以维持正常工作，要避免过度劳累，一旦确诊为心肌梗死，应严格卧床休息，在接下来的两周时间内，患者需要在旁人的帮助下，完成所有日常生活、活动，心肌梗死急性发作期间，应避免用力大便，进餐不宜过饱，以免加重心肌耗氧，严重可导致心跳骤停等情况出现。

饮食调理 科学合理的饮食非常重要，如果在生活中患者摄入过多油腻、高脂肪以及糖类食物，会导致胆固醇在动脉血管壁沉积，加速动脉粥样硬化。因此患者饮食应清淡，选择易消化的食物，确保摄入足够的蔬菜和水果，采取少食多餐的方式，肥胖患者需要注意控制摄入量，以减轻心脏负担。

劳逸结合 心肌梗死缓解期也应保持足够的睡眠休息时间，为了保持心脏健康，避免从事过重的体力劳动，如在走路、爬楼梯或者是骑车时，患者应保持缓慢的节奏，避免动作过快、强度过大而引起心率增快、血压升高，引发心绞痛。另外饱餐后不宜立即进行运动，寒冷天气会导致血

管收缩，应注意做好保暖。

戒烟限酒 吸烟是导致心脑血管疾病的主要危险因素，为此患者必须做到戒烟限酒，通常少量饮用低度酒，如啤酒、黄酒、葡萄酒，有助于促进血液循环，平衡气血，但如果是不限量的过度饮酒，无节制的饮用烈性酒将会导致患者出现危急情况，同时患者在生活中也不宜过多摄入浓茶和咖啡。

减少刺激 遭受刺激过多、情绪过于激动也是导致急性心肌梗死发生的主要原因，针对这一问题需积极通过相关措施减少刺激，降低急性心肌梗死发生率、减轻患者疾病。人们要积极放松自身精神与心理，始终维持平和平稳的心境，有效调整精神和心理状态。为了自身健康着想，为了提高精神心理的健康程度，需主动规避竞争激烈比赛，即便要进行低强度比赛，也不能过于要强的争夺冠军，需将锻炼身体作为比赛的目标，不要过分在意输赢。

日常生活护理 平日进行运动时，需提前进行身体热身活动，比如进行伸腿运动以及举臂运动等。在运动结束后及时进行一些放松活动，不能立刻停止运动、在运动完后立即躺下休息，预留一定的身体缓冲时间，让身体逐步适应运动以及不运动时的状态。而在洗澡时必须注意，尽量不要在饱餐后或是饥饿状态下洗澡，水温尽量调至与体温相当，水温过高会促进皮肤血管扩张，令大量血液逐步流向体表，诱发心脑血管缺血。洗澡时间不易过长，长时间洗澡容易引起疲劳或缺氧，尤其是老年人或是冠心病患者。

对于心肌梗死的护理至关重要，上述观点只是部分护理建议，心肌梗死的危害极大，为了尽可能减少这些疾病的威胁，希望读者做到对其高度关注，积极掌握其护理方法及护理重点，以最大程度地抵制心肌梗死疾病的危害。

中老年朋友需要掌握的心绞痛常识

▲ 四川省绵阳市北川羌族自治县永昌镇中心卫生院 俞春蓉

心绞痛是中老年朋友常见的心血管疾病之一，给患者带来巨大的痛苦。大多数患者朋友是通过胸闷、胸痛来判断心绞痛，但其实，心绞痛也会受到情绪波动、劳动强度的影响。了解心绞痛的症状和自救方法，对于保障我们的健康至关重要。

什么是心绞痛

心绞痛是一种右冠状动脉供血不足、心肌缺血、缺氧引起的临床综合征,主要表现为胸闷、胸痛或不适感。一般情况下,随着年龄的增长,心绞痛的患病率随之上升。心绞痛有多种类型,依据发作状况、机制,可以将其分为稳定型心绞痛、不稳定型心绞痛、变异型心绞痛三种。

心绞痛有哪些症状

稳定型心绞痛症状: 患者在情绪波动、体力劳动时出现发闷、压迫性胸痛,一般在发生在胸骨后,波及整个心前区,并且伴随着烧灼感。

不稳定型心绞痛症状: 胸部不适的部位、性质和稳定型心绞痛相似,但是会更加严重,且症状持续时间长,在睡眠或安静状态下亦可发生。

变异型心绞痛: 在安静状态下,心前区产生疼痛感,并且伴随心律失常、晕厥等。

通常情况下,心绞痛发作时会出现一种剧烈而压迫性的疼痛感,常伴随着气促、出汗、恶心、心悸等症状。

如何判断自己发生心绞痛

确定发生疼痛的部位: 心绞痛的疼痛症状通常发生在胸骨后方的心前区,或者是在整个前胸部,疼痛范围较大,若感到前胸出现片状疼痛,可能为心绞痛症状。

确认诱因: 心绞痛的发生会有一些诱因,如体力劳动、情绪波动、饱餐之后,使得自身心肌供血不足,进而引起心绞痛。

确诊疼痛症状: 心绞痛发生后,患者会产生闷痛感、压痛感,同时还会有明显的出汗、心悸等症状,甚至部分患者的疼痛感还会向肩背部放射。

辅助检查: 除了确认疼痛部位、诱因、症

状之外,还应到医院进行辅助检查,如心电图检查,以科学的方式确认是否发生心绞痛。

发生心绞痛，如何正确应对

就地休息: 发生心绞痛时,患者朋友应立即停止活动,就地休息,减少氧消耗,有效减轻心绞痛的症状。

舌下含服硝酸甘油: 若患者病史明确,心绞痛不是第一次发生,且疼痛部位、性质、程度与以往一样,此时可以舌下含服一片硝酸甘油,一般情况下2至3分钟就会起效,有效改善心肌供血。如果5分钟后症状依然得不到缓解,可以再次含服一片,并拨打急救电话。需要注意的是,青光眼、血压低的患者,不适合服用硝酸甘油。

保持坐位: 若患者出现呼吸困难的情况,可以保持坐位,或者将背后垫高,靠在床上。

怎样预防心绞痛

注意饮食: 控制盐的摄入量,避免过量食用而引发血压升高,进而引起心绞痛;控制脂肪、胆固醇的摄入量;多吃富含膳食纤维、维生素的食物,如粗粮、水果、蔬菜等。

劳逸结合: 过度劳累容易诱发心绞痛,所以,日常生活、工作中,要做到劳逸结合,避免过重的体力劳动,养成规律的生活习惯。

保持好心态: 情绪过于激动容易诱发心绞痛,患者朋友们应学会调节生活中遇到的压力,缓解不良情绪,可以培养一些爱好,适当运动,多与他人交流等,保持愉悦、良好的心态。

保持腹内常清: 便秘也会诱发心绞痛,所以,应保持良好的排便习惯,可以通过食用蜂蜜、香油、香蕉等,促进肠胃蠕动。

心绞痛在心血管疾病患者群体中比较常见,尤其是冠心病患者,在生活中极易出现心绞痛症状。对于中老年朋友来说,心绞痛不仅会引起局部疼痛、呼吸困难、浑身无力,情况严重者还会出现心律失常等危害。所以,应该重视心绞痛的危害,学会判断心绞痛,在发生心绞痛时能够采取正确措施进行急救。