右美沙芬药物滥用的预防与自救

▲ 界首市人民医院 **王亚楠**

4月30日,由国家药监局、公安部、 国家卫生健康委员会联合发布的《国家药监 局 公安部 国家卫生健康委关于调整精神药 品目录的公告(2024年第54号)》规定, 自7月1日起。右美沙芬被列入第二类精神 药品目录。这一决定使右美沙芬重新进入大 众视野,公众对于其滥用现象的认识也逐渐 加深。本文将通过两篇推文,帮助大家了解 右美沙芬及其滥用问题,并提供相关的预防 和自救建议。

了解一下右美沙芬

右美沙芬,全称氢溴酸右美沙芬,作为 一种中枢性镇咳药, 主要作用于大脑中的咳 嗽中枢。它通过抑制这一中枢的活性,达到 止咳效果。然而,由于这种作用机制使得右 美沙芬具有一定的成瘾性, 当被滥用时, 可 能导致认知和情绪的改变, 甚至对大脑造成 损伤,存在致死风险。

右美沙芬滥用原因分析

药物成瘾造成的滥用是一个复杂的心理 和社会现象,涉及多个方面:

个人心理因素 好奇心、寻求刺激和 逃避现实等心理因素是药物滥用的重要驱 动力。

社会环境因素 家庭、学校和社会的压



力,以及不良社交圈子的影响,都会增加药 物滥用的风险。

药物特性 右美沙芬的成瘾性是药物滥 用的重要因素。它属于吗啡类药物的右旋异 构体, 具有强烈的亲和力, 与大脑中的 σ 阿片样受体结合时,能够改变神经递质(如 多巴胺)的释放和再摄取,从而产生愉悦感。

右美沙芬的成瘾性还与其代谢和排泄方 式有关。口服后,它很快被吸收并在短时间 内达到高峰浓度,但由于其在血浆中的原型 药物浓度低,个体可能会觉得需要增加剂量 或频率来保持效果,从而引发滥用。

右美沙芬监管增加

根据近两年全国各地关于右美沙芬滥用 的报道,滥用现象主要呈年轻化趋势。大约 三分之一的滥用病例为医源性成瘾(因治疗 用药而成瘾),而大部分患者是在长期大量 服用后身体出现虚弱、器官衰竭等症状被发 现的。此外,一些年轻人因寻求刺激而滥用 右美沙芬, 常表现为情绪波动、学习成绩下 降等问题,导致父母带他们就医。

为应对这一问题, 国家逐步加强了对右 美沙芬的管控措施:

2021年12月,国家药监局将氢溴酸 右美沙芬口服单方制剂由非处方药转换为 处方药。2022年12月1日,《药品网络销 售禁止清单(第一版)》正式施行,右美沙 芬口服单方制剂被禁止通过网络零售。

2023年2月, 国家药品监督管理局等 三部门通知称, 我国部分地区出现右美沙芬 口服单方制剂滥用问题, 且主要人群为青少 年,提出了严格控制药品生产量和加强监管 的要求。

2024年4月30日,右美沙芬被列入第 二类精神药物,进一步强化了监管。

如何避免药物滥用?

提高公众意识 增强对药物滥用危害和

后果的认识。

加强药物管理 严格分类管理处方药和 非处方药,限制药物的销售和使用。

家庭教育 培养青少年良好的心理素质 和应对压力的能力。

建立健康生活方式 避免接触不良信息 和不良社交圈,促进身心健康。

已产生滥用如何自救?

意识到危害 主动寻求帮助和支持。

逐步减少药物使用量 避免突然停药引 发的不适。

专业咨询 寻求心理咨询和治疗, 解决 药物成瘾背后的心理问题。

积极参与康复活动 建立良好生活习惯 和社交圈,逐步回归正常生活。

结语

从右美沙芬到药物滥用, 我们看到药 物成瘾对个人和社会的巨大危害。通过提 高公众的认识和警觉性、加强药物管理以 及建立健康的生活方式, 我们可以有效预 防和减少药物滥用。同时,对于已经陷入 药物成瘾的人, 自救是关键。通过逐渐减 少药物使用量、寻求专业帮助和积极参与 康复活动, 他们可以逐步摆脱药物成瘾的 困扰,回归正常生活。

病毒性肺炎的预防和治疗

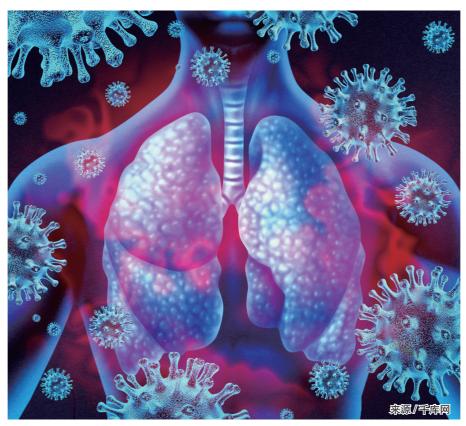
▲ 吉林省人民医院 **袁媛**

病毒性肺炎是由病毒侵犯肺实质而引起 的肺部炎症。通常是由上呼吸道病毒感染向 下蔓延所致,也可由体内潜伏病毒或因输血、 器官移植等原因引起的病毒血症进而导致肺 部病毒感染。在非细菌性肺炎中,病毒性肺 炎占 25% ~ 50%, 大多发生在冬春季节。既 往大多数病毒性肺炎, 尤其是重症病毒性肺 炎, 易发生在免疫力低下的人群中, 如有慢 性疾病的老年人和长期服用免疫抑制药物的 患者等。然而, 近年来, 病毒性肺炎在免疫 功能正常人群中的发生率不断增多。 越来越 受到人们的重视。下面我们进一步了解病毒 性肺炎。

常见的能引起病毒性肺炎的病毒

病毒性肺炎常见的病原体包括甲型和 乙型流感病毒、腺病毒、副流感病毒、呼吸 道合胞病毒、冠状病毒及某些肠道病毒, 如 柯萨奇病毒和埃可病毒等。2019新型冠状 病毒(2019-nCoV)是目前已知的第七种可 以感染人类的冠状病毒, 其他常见的冠状 病毒还包括严重急性呼吸综合征相关病毒 (SARS-CoV)和中东呼吸综合征相关病毒 (MERS-CoV)。这些病毒通过空气、飞沫或 接触传播, 使得肺炎的传播速度极快, 尤其 在冬季和春季流感高发的时节, 病毒性肺炎 的发病率显著上升。

病毒性肺炎的表现



似,主要表现为发热、头痛、乏力、全身肌 肉和关节酸痛等,并伴有咳嗽、少量痰或白 色黏液痰、咽痛等呼吸道症状。由于病毒性 肺炎的快速进展性,它可能迅速发展为重症 肺炎,表现为持续高热、全身酸痛,甚至出 现呼吸困难、发绀、嗜睡和神志异常等严重 病毒性肺炎早期症状与流感症状十分类 症状。严重病例可能并发急性呼吸窘迫综合

征(ARDS)和多脏器功能障碍(MODS),甚 至导致死亡。

病毒性肺炎的治疗

病毒性肺炎患者应保证充分的休息, 保持室内空气流通,注意隔离消毒,预防 流行前期进行疫苗接种,不仅对病毒感染有 交叉感染。建议多饮水,补充维生素和蛋 预防作用,还能有效减少重症病毒性肺炎的 白质,并保持呼吸道通畅。如果有痰应及 发生。

时咳出,必要时可进行吸氧治疗。由于大 多数引起病毒性肺炎的病毒可通过接触、 空气和飞沫传播, 因此在流行期间, 对确 定或怀疑已感染的患者应进行接触隔离, 尽量避免密切接触,如一起用餐时建议使

如出现持续咳嗽、咳痰及呼吸困难的 症状, 应尽快就医。医院通常会进行病毒 抗原测试、胸部 CT 等检查以明确诊断。常 用的病毒性肺炎药物治疗包括抗病毒药物、 激素、雾化吸入和中药治疗等。如果病毒 感染后合并细菌感染,则可能需要应用抗 生素。如果病情进展迅速,患者可能需要 呼吸机支持或体外膜肺氧合(ECMO)等高 级治疗手段。

病毒性肺炎的预防

病毒感染的预防非常重要。在流行期间, 需注意佩戴口罩、勤洗手、保持手卫生、保 持室内通风,尽量减少集体活动。良好的卫 生和清洁习惯是防止交叉感染的基础。在日 常生活中,应合理饮食、按时作息、锻炼 身体,以提高自身免疫力,避免外源性病 原体的侵入。

此外,接种疫苗也是预防病毒性肺炎的 有效手段。目前已推出多种针对不同病毒感 染的疫苗, 如流感疫苗和肺炎疫苗。在病毒