

应用头孢菌素类抗生素后注意哪些忌口？

▲ 商丘市第五人民医院 王红玲

头孢菌素是一类半合成抗生素，被大多数人所熟知。头孢菌素在抗生素的使用中占了相当大的比例，在控制细菌感染和细菌性传染病上起了极其重要的作用是目前应用比较广泛的药物。头孢应用虽广，但在应用过程中一定要注意其不良反应以及使用注意事项，以免在用药过程中造成严重后果。

不良反应

头孢菌素类抗生素是比较安全的一类药物，但仍会发生一些不良反应。首先是会出现过敏反应，包括皮肤瘙痒、荨麻疹等症状，甚至严重的时候会引起呼吸困难、血压下降、喉头水肿以及休克等症状；其次是引起消化系统反应，比如恶心、呕吐、腹泻以及其他胃肠道不适；少数可发生转氨酶升高等；另外还可能会导致肾功能损伤，出现蛋白尿、血尿肌酐清除率降低、尿量减少等；如果长期使用还可能会导致肠道菌群失调，出现二重感染，

如伪膜性肠炎、念珠菌病等。

头孢菌素类抗生素适应症

目前已上市的头孢菌素可分为五代。第一代头孢菌素对革兰氏阳性菌作用十分强大，但对革兰氏阴性菌作用较差，对肾脏有一定毒性。主要适用于因甲氧西林敏感葡萄球菌、溶血性链球菌或肺炎链球菌所引起的上、下呼吸道感染、皮肤软组织感染、尿路感染、败血症等。

第二代头孢菌素对革兰氏阳性菌作用与第一代相似，对革兰氏阴性菌作用有所加强，肾毒性小于第一代。适用于甲氧西林敏感葡萄球菌、肺炎链球菌等革兰阳性球菌，以及大肠埃希菌等敏感株导致的呼吸道感染、尿路感染、皮肤软组织感染、败血症等。

第三代头孢菌素对革兰氏阴性菌作用强大，但是对革兰氏阳性菌作用不如第一代和第二代，对肾脏几乎无毒性。适用于敏感肠杆菌科细菌等革兰阴性杆菌引起的严重感染，

比如下呼吸道感染、败血症、腹腔感染、盆腔炎性疾病等。第四代和第五代对革兰氏阴性菌和革兰氏阳性菌作用均十分明显，无肾毒性。

使用注意事项

在使用头孢菌素类抗生素时，如果之前有头孢类抗菌药物或是青霉素类药物过敏史，应该避免使用或谨慎使用头孢菌素类抗生素。在使用药物后可能会出现迟发性过敏反应，如有出现新发的皮疹，需马上到医院就诊。

此外，头孢菌素类抗生素可能会和其它的药物之间发生药物反应，因此要避免同时使用头孢类抗生素和其他药物。对于一些需要长时间使用头孢类抗生素的情况下，需要在用药期间定期复查血常规。

在用药的时候需要按照医生的嘱咐，剂量要用足，疗程要用够。同时在抗感染治疗时，如果在没有彻底治愈之前不能随意停药。另外，不能在服用几天抗生素后觉得没有什

么效果就随意增量或换药，不然不但会影响用药效果而且会导致细菌耐药。

需忌口食物 在使用头孢菌素前三天后七天及用药期间，均不能饮酒以及服用含酒精的饮品或食物，避免产生双硫仑样反应。比如白酒、啤酒、红酒、米酒、藿香正气水、酒心巧克力、醉虾、醉蟹等。主要是由于头孢类抗生素含甲硫四氮唑基团，会和体内的乙醇发生反应，导致乙醇不能顺利代谢，从而引起乙醇在体内蓄积产生毒性作用，其主要症状为皮肤潮红、头晕、恶心、呕吐、心悸，甚至还会出现血压下降或出现休克，严重者危及生命。

另外，还应该尽量不要吃容易过敏得食物，因为头孢菌素类本身可能会导致过敏，如果在吃了头孢时还吃容易过敏得食物，并且出现过敏反应时就容易判断是否是因为头孢引起得过敏反应。也不能喝活菌酸奶以及益生菌制剂同服，以免活菌被杀死从而影响药效。

学会看懂血常规化验单

▲ 商丘市长征人民医院 王楠

在医院看病，做相关的检查是必不可少的，但是对检查结果的分析需要专业的人员来做，对于普通的患者来说看懂复杂的检测结果是非常的困难。但在医院就诊时，各种的化验结果是经常要遇到的，检验的结果需要医生去做详细的分析，但是患者或患者家属也可以通过相关的符号对结果有一个初步的认识，接下来就让我们谈一谈怎样看懂血常规化验单？

白细胞计数 外周血白细胞是起源于骨髓的造血干细胞，白细胞包括粒细胞，淋巴细胞，单核细胞。其中粒细胞又分为中性分叶核粒细胞，中性杆状核粒细胞，嗜酸性粒细胞，嗜碱性粒细胞。而检测血细胞计数是针对于血液中各种血细胞总数的测定。成人的参考值是（4～10）x10⁹/L、儿童的参考值是（5～12）x10⁹/L、新生儿的参考值是（15～20）x10⁹/L。出现白细胞增多。

主要通过以下两个方面来表现，一个是生理性主要常见于月经前、妊娠、分娩、哺乳期妇女剧烈运动，兴奋激动，饮酒餐后等状况。另一个是病理性主要常见于各种细菌感染，白血病，恶性肿瘤，催眠药等化学物品等急性中毒以及拥用某些升白细胞的化学药物也会使白细胞的数量增多。

而白细胞减少是由于该疾病多在流行性感冒，再生障碍性贫血，白血病的疾病中常见。使用解热镇痛药，部分抗生素，抗肿瘤药等都会促使白细胞的减少。以及特殊感染，例如结核分枝杆菌感染，病毒感染，寄生虫感染等。影响白细胞计数的因素有很多种，但是在必要时也要结合白细胞分类计数和白细胞形态等其他指标综合的对其进行判断。

红细胞计数 红细胞主要作为呼吸载体，能够携带和释放氧气到达全身的各个组织，并且还可以运输二氧化碳，起到调节维持体内酸碱平衡以及免疫黏附的作用，而对红细胞的计数主要是来诊断是否贫血的主要指标之一。参考值男性：（4.0～5.5）x10¹²/L、女性：（3.5～5.0）x10¹²/L、新

生儿：（6.0～7.0）x10¹²/L。红细胞增多主要由于呕吐，腹泻，排尿，过多休克多汗，由于大量失水，血浆量减少，出现血液浓缩，使血液中的各个成分相遇的浓度增加，这仅仅是一个暂时的现象。

红细胞绝对性增多主要是由于两方面一方面是生理性增多。另一方面是病理代偿性和继发性增多。而红细胞减少。是由于营养不良或吸收不良而引起慢性胃肠道疾病，酗酒，偏食等情况的出现，引起铁叶酸，维生素等造血物质的不足，出现造血物质的缺乏，最终导致红细胞减少。说患者是先天失血或后天获得性溶血性贫血，都会导致红细胞的破坏或失血过多，而使红细胞的数量减少。

血红蛋白 血红蛋白常被称为血色素，主要是红细胞的组成成分，承担着运输氧气和运出二氧化碳的功能。其增减的临床意义主要与红细胞增减的意义相同，但血红蛋白更能很好的反映贫血的程度。参考值男性：120~160g/L、女性：110~150g/L、新生儿：180~190g/L。

血小板计数 血小板的主要作用是对毛细血管的营养和支持，产生更多的小血小板因子参与到血液凝固，形成血栓而进一步止血的功能。参考值是（100~300）x10⁹/L。血小板的减少会出现骨髓造血功能的障碍，再生障碍性贫血主要多发于骨髓瘤，全身红斑狼疮，恶性贫血等疾病。

血小板分布异常，脾肿大以及各种原因引起的血液稀释，也会使血小板的数量减少。血小板的数量增加主要是由于创伤所造成的，以及其它疾病主要常见于原发性血小板增多症，真性红细胞增多症类白血病反应等疾病。

红细胞沉降率 红细胞沉降率指的是红细胞在一定的条件下，在单位时间内的沉降距离。细胞的密度大于血浆的密度，除一些生理因素外，体内若有感染或坏死组织的细胞，都会使血沉的速度加快。参考值男性：0~15mm/h、女性：0~20mm/h。

人工流产术后护理要点

▲ 息县人民医院 王英

怀孕是每个年轻夫妇都必须面对的问题。如果避孕失败，可能需要人工流产，这会对身体造成很大伤害。有时因意外怀孕、自身疾病或胎停育等原因，不宜继续妊娠的女性需要到医院接受人工流产手术。无论是意外流产还是人工流产，都会在不同程度上影响女性的健康。加强人工流产术后的护理十分重要，可以在一定程度上避免一些危险因素，帮助患者尽快康复。

人工流产的危害

人工流产是通过药物或手术终止妊娠，虽然这是解决意外怀孕的好方法，但它对女性身体造成了极大的伤害，尤其是人工流产手术，具体有以下危害：

术时并发症 子宫出血 200 毫升以上；人流综合征，也称为心脑血管综合征，其发病率为 12%。患者突然出现一系列症状，如心动过缓、心律失常、血压下降、脸色苍白、出汗严重等，严重时甚至出现晕厥和抽搐。

近期并发症 人工流产不全，术后阴道出血 15 天以上；术后 2 周内因致病菌的感染而出现子宫内膜炎、附件炎、盆腔炎等；宫腔积血、宫腔粘连、术后闭经或月经量明显减少，有时伴有周期性下腹痛或子宫增大积血。

远期并发症 慢性盆腔炎、月经失调、继发不孕、子宫内膜异位症等。

再次妊娠并发症 不孕症；晚期流产率偏高；早产率偏高；围生期死亡率偏高；产前和产后出血率增加；新生儿溶血症增加。

人工流产术后护理措施

饮食护理 术后给予患者饮食指导，确保营养均衡，有利于患者康复，建议患者多摄入蛋白质。同时，同时还需要多摄入新鲜的蔬菜和水果等，帮助子宫内膜尽快恢复，叮嘱患者不要吃辛辣食物。

健康教育 在进行手术后，医护人员应训练病人的医疗技巧，详细告知病人手术后须注意的事项，以及报告手术可能带来的不良影响，

并给予适当的建议，使病人在手术后尽快康复。

术后护理 术后患者的人比较弱，极易出汗，需及时补充水分，可以少量多次饮水。手术后，医生会根据病人的情况开止血药和促进子宫黏膜修复的药物，处理需要详细告知病人剂量和使用方法的药物，以及说明可能出现的不良反应，并叮嘱患者遵医用药。

心理护理 手术后对患者的护理应更加体贴，体贴患者情绪的变化，对出现严重负面情绪的患者及时进行心理疏导，尽量减少手术带来的心理压力，叮嘱患者家属特别是配偶的要多关心患者，有助于患者及时调整心态。对于独自前来接受手术的患者应该多与患者沟通，给予他们最大的同情和关怀，鼓励他们保持积极的心态。

护理注意事项

人流后的一个月患者应注意康复，否则很容易导致身体亏损，变得虚弱，甚至引起各种妇科疾病。人流之后我们应该特别注意以下几点：

注意恢复 手术后，卧床修养 2-3 天后需要逐渐延长活动时间，但不要操之过急。

注意卫生。及时清洁外阴，更换卫生巾和内衣，防止感染。一般来说，患者可以在人工流产后三天洗澡，但他们只能淋浴，并且手术后在一个月内严禁性生活。

注意避孕 子宫和卵巢在流产后恢复需要时间。如果不采取避孕措施，那么当卵巢开始排卵时，很可能再次怀孕。患者在术后 6 个月内不能再次怀孕，否则会对子宫造成继发性损伤。

注意保暖 手术后，身体抵抗力下降，寒湿邪极易入侵。流产后半个月至一个月内，患者不应接触冷水，以防止受孕者着凉，也不应急于减少衣服。即使天气很热，也不要生吃冷的食物。人工流产是对女性身体的具有很大的危害，术后患者应注意护理。如果护理不当，对身体的损伤可能是终身的，因此需要引起重视，做好术后护理。