

# 吃药到底要喝多少水 这个问题你想过吗?

吃药要喝水,这是所有人的共识。但喝水有什么标准和  
要求,很多人就可能回答不上来了。殊不知,这个小小细节里  
包含着吃药大学问!



## 水喝不对 你的药可能白吃了

有些患者往往服药时,并不太关注  
这个细节。一片药一口水?两颗胶囊半杯  
水?或者有不少人认为,吃药时能用水把  
药吞下就好,和喝水多少有什么关系呢?  
喝水对于吃药来说,是非常重要的。  
用水不当,轻则使得药品不能达到它的  
最大功效,严重的可能会造成药品的不良  
反应。

今天,药师就分别从药品剂型、药品  
代谢,以及列举特殊药品的角度,告诉大家  
每种药品用多少水服用最合适。  
当然,药师还是建议大家,应在医生的  
指导下服药,服用药物时一定要仔仔细  
细阅读药物说明书。

## 服药喝水越多越好?不见得

把药品生吞下去大家都知道是不成  
的,那索性多喝点水?问题来了,也不是  
所有药品都是喝水越多越好。我们要具  
体情况具体分析。

**缓解腹泻的药物:**如蒙脱石散之类,  
如果在服用后摄入过多水分,会影响药物  
固定抑制消化道内的病毒病菌。因此一般  
该类药物说明书上,会明确标明药物与水  
的服用比例,比如一袋蒙脱石散,需要倒  
入50ml水后,混匀快速服用。即使在此类  
药物服用后,一小时内也应该减少喝水。

**保护胃黏膜作用的药物:**如硫糖铝、  
氢氧化铝凝胶等,如果在服用后,又摄入  
大量水分,只会消解此类药物为保护胃  
黏膜而形成的凝胶状物,致使酸性离子

弥散,所以服用这类药物期间尽量少喝  
水,控制水分摄入。

**一些中药糖浆剂:**为了起到润喉止  
痒效果,在制作过程中加入蜂蜜,使药剂  
在服用后能覆盖黏膜表面,有利于药效  
发挥,所以服用中药糖浆剂时,一般会建  
议少喝水。

**预防心绞痛发作的药物:**如硝酸甘  
油片、麝香保心丸等应直接在舌下含服,  
通过舌下静脉吸收,服用后30分钟内不  
宜喝水。

**利尿药:**如加压素、去氨加压素,  
服用期间不宜喝水,否则可能会引起水  
潴留或低钠血症及其并发症。

## 药品剂型不同 用水量大有区别

**• 冲剂和传统中药颗粒剂**  
配水量:150至200毫升  
服冲剂时,可参照煎汤药的方法,每  
次用150至200毫升水冲服。现在市面常见  
的中成药,往往是颗粒剂形式,这类颗粒剂  
本身就需要温水冲服,例如感冒清热颗  
粒,用150至200毫升冲开服下,饮用后  
再用一口水漱口即可。

**• 刺激性药物**  
配水量:500毫升以上  
一些刺激性的药物,如果在胃中没有  
足够的水分稀释,不能完全崩解成小颗粒,  
会由于局部浓度太高刺激胃黏膜导致炎症  
或溃疡。如四环素类药物等刺激性药物,不  
论服用的剂型如何,均要加大送服的水量,  
喝500毫升水可减轻其对消化道的刺激。

**• 胶囊剂型**  
配水量:至少300毫升  
胶囊是由胶质制成的,遇水会变软变  
黏,喝水少了冲不下去,滞留在食管中慢  
慢地溶解并对食管黏膜产生不良刺激,严  
重者可引起食管炎。若这类不良刺激长期

存在,甚至可引起食管黏膜细胞癌变。

**注意事项:**为保证药物被送胃部,避免  
损害食道,服胶囊时,饮水量应不少于300毫  
升。并且,服药后咽下时,应稍稍低头,这样可  
更顺利地服下药物,避免发生咳嗽反应。

**• 片剂**  
配水量:150至200毫升  
大部分片剂,如日夜百服宁、开瑞坦  
等,通常用150至200毫升水送服即可。如  
果饮水很少,药物仅靠少量的胃液很难完  
全崩解。

**注意事项:**不可喝太多水,否则会稀  
释胃液,加速胃排空,反而不利于药物的吸收。

**• 代谢过程特殊的药物**  
配水量:1500毫升以上  
像苯溴马隆、柳氮磺吡啶片等这类药  
品,它可以增加尿液中尿酸的含量,导致尿  
酸结晶。用药期间请多喝水,以增加尿量,  
帮助尿酸排出,刚开始用药时的饮水量不  
要少于1500毫升。

## 吃这些药 得摆出正确的姿势

吃不同的药怎么喝水我们大家都知  
道了,但有的药物,对服药人吃药时的姿势  
还有比较细化的要求。具有代表性的药物:  
阿仑膦酸钠。

这个药在服用时,应在清晨空腹,用一  
满杯白水(175至250毫升)送服药品。用  
药后半小时内不要进食、喝饮料(包括矿泉  
水)或服用其他药品,以免降低阿仑膦酸钠  
的吸收。不仅如此,用这种药后半小时内  
或服药当天首次进食前不要躺卧,因为阿  
仑膦酸钠对食管有刺激,服药时躺卧会增  
加这种刺激。

通常,绝大多数药品在服用时,都建议  
直立上半身,让药品直接通过水的作用,带  
到我们的胃里,以达到药品最大的效果。

据北京青年报(图片来自网络)

## 结婚3年多 一直不敢要孩子

# 其实癫痫患者也能生育健康宝宝

结婚3年多,和丈夫十分相爱,从青  
葱校园的情侣成为现实中的夫妻,却一  
直不敢要孩子……到底要不要怀孕?  
能不能怀孕?孩子会不会受到药物影  
响?自己的病会不会遗传给下一代?这  
些疑虑都是压在义乌张女士心头的一  
块块巨石。

张女士是一名癫痫患者,有癫痫病  
史十多年。癫痫一般偶发于她感冒、发  
热之后或者是太过疲劳的时候。很多人  
一听到癫痫会觉得很可怕,脑海里立即  
浮现口吐白沫、四肢抽搐的画面。其  
实,临床中这样的癫痫患者仅约三四成。  
有些癫痫患者发作时会晕倒、失去意  
识,有的发作时旁人并不会注意到,症  
状为心慌、梦境感,听到特别的声音,  
或者视物变形等,张女士正是如此。

为了更好地科学备孕,张女士和丈  
夫特意挂了浙大四院癫痫女性联合门  
诊。“医生,我担心癫痫会遗传给下一  
代,也担心长期吃药会影响孩子健康。”  
别担心,癫痫患者是可以生宝宝的,只  
不过要比健康人群多注意。按照我们制  
定的计划一步步来。”神经内科癫痫专  
家方嘉佳说道。

方嘉佳强调,不建议癫痫患者在  
没有准备的情况下意外怀孕,一定要  
万事俱备。癫痫女性备孕前,医生要  
综合评估三大风险因素:①癫痫发作  
期,孕妇会处于缺氧的状态,这时子  
宫内也是缺氧状态,所以在孕期很容  
易引起流产或者早产。②很多患者  
三四种药物一起用,这些药物可能有  
致畸风险,需在医生指导下选择合理的

用药方案。③虽然95%的癫痫不是  
遗传引起的,但是否跟遗传相关需要  
专科医生评估,如果有遗传相关性的  
需要增加遗传咨询。

因此,在为张女士制定备孕计划的  
时候,方嘉佳首先评估认为张女士不  
是遗传性癫痫,没有癫痫家族史,自  
身发育情况正常。由于张女士原本服  
用的癫痫药属于风险药物,医生对药  
物进行调整,添加新药,慢慢撤回前  
服用的药物。最后就是观察发作频  
率,一般来说要求至少保持半年到  
一年不发作,这才是怀孕的安全时  
机。如果最近几个月还是有发作的  
情况,那是不适合怀孕的。

换上新药后,张女士没有出现药物  
副作用,服药后一年都没有癫痫发  
作。在医生的指导下,张女士跟丈夫  
开始备孕,不久后

顺利怀上了宝宝。

方嘉佳建议,怀孕前三个月是宝  
宝大脑发育的关键时期,要特别关注  
胚胎发育情况,需要癫痫联合门诊、  
产科、药剂科医生一起加强产科监  
测。“很多人认为怀孕了要把药物  
减下来,这种想法不对。从我们医  
生的角度来说,反而是要增加药量,  
保证这个阶段药物浓度维持稳定。”  
方嘉佳强调,癫痫女性在怀孕过程中  
也应坚持用药,私自停药可能诱发  
癫痫,导致胎儿畸形或早产、难产、  
流产。分娩后,癫痫妈妈也可以选择  
母乳喂养。

现在,小张已怀孕30周了,宝  
宝发育情况良好,夫妻俩之前一直  
悬着的心也终于放下了。接下来,  
他们只需放心迎接新生命的到来。

全媒体记者 柳青 通讯员 金星星

现场发布的为  
最终彩票中心  
以下彩票公告

福彩七乐彩 第2022079期 总销量3526200元  
中奖号码:基本号(●) 特别号(★)  
01 05 08 13 14 16 30 27  
... (中奖条件及奖金表略)

福彩3D 第2022184期中奖号码:4 8 5  
... (浙江中奖项及奖金表略)

福彩快乐8 第2022184期 本期销售金额:80208650元  
... (中奖项及奖金表略)

中国体育彩票浙江省20选5第2184期开奖公告  
... (中奖项及奖金表略)

中国体育彩票排列5第22184期开奖公告  
... (中奖项及奖金表略)

中国体育彩票超级大乐透第22079期开奖公告  
... (中奖项及奖金表略)

## 义乌市城市环境空气质量日报 (2022)第194期

义乌市生态环境监测站 7月13日  
站点名称: 空气污染指数AQI: 77, 空气质量级别: II, 空气质量状况: 良, 首要污染物: 臭氧

简要说明:当日我市城区空气质量状况为良,空气污染指数AQI为85,首要污染物为臭氧。空气质量可以接受,但某些污染物可能对极少数异常敏感人群健康有较弱影响。

## 浙江恒风集团有限公司关于召开二〇二二年第1次临时股东会的公告

经公司董事会研究决定:于2022年7月29日上午9  
点在浙江恒风集团有限公司21楼会议室召开浙江恒风  
集团有限公司2022年第1次临时股东大会,现将有关事项  
公告如下:

一、会议主要内容:1.审议《关于更换公司董事的议案》;  
2.审议《关于更换公司委派监事的议案》。

二、出席对象:  
公司董事、监事、法律顾问、产权所代表以及截止  
2022年7月15日在义乌产权交易所登记在册持有本公  
司股权的股东,公司高管列席。

30万股以上的股东可以自行出席;不足30万股的  
可以自行组合授权凑足30万股或以上产生一名委托代  
理人出席会议,原则上每名股东代表受托股东数不超过  
20人;因故不能出席的,可委托代理人出席,逾期未委托  
的视同放弃(授权委托书附后)。

三、参加会议须知:  
凡符合条件的股东代表,持本人身份证、资金专户存  
折(法人单位持股权证和单位介绍信)于2022年7月22  
日上午9:00~11:30,下午14:00~17:00到恒风大厦  
2021室计划发展部办理登记手续。代理出席的必须持有  
授权委托书。

四、其它事项:  
1.出席会议食宿和交通费用自理。  
2.联系电话:0579-85234150 联系人:骆光祖  
公司地址:恒风大厦(诚信大道628号)  
浙江恒风集团有限公司  
二〇二二年七月十三日

## 授权委托书

兹委托 \_\_\_\_\_ 先生/女士全权代表本人  
出席浙江恒风集团有限公司2022年第1次临时股  
东会,并代为行使表决权。  
委托人(签字): \_\_\_\_\_ 委托人身份证号码: \_\_\_\_\_  
资金存折账号: \_\_\_\_\_ 委托人持股数: \_\_\_\_\_  
受托人(签字): \_\_\_\_\_ 受托人身份证号码: \_\_\_\_\_  
委托日期: \_\_\_\_\_

## 公告

根据《中华人民共和国道路交通安全法》、《道路  
交通安全违法行为处理程序规定》以及相关规范要  
求,为确保交通安全与畅通,义乌市交警大队近期  
新改、升级一批交通违法行为采集设备,用于  
采集机动车违反禁令标志指示、机动车驾驶时接  
接听手持电话、机动车不系安全带、逆向行驶、  
违反禁止标线、未礼让行人等违法行为,现向社会  
公告。采集点位:四海大道富港大道辅道(逆向),五洲大道  
中村路段(逆向),航站楼一楼乘客出口(逆向),国  
贸大道城北路口(逆向),环城南路五洲大道路口  
(逆向),铁东路(稠州西路国贸大道交叉口)(逆向),  
铁东路(稠州西路-贝村路)(逆向),西城路前店小  
学出口(逆向),新科路春潭路(逆向),凯吉路三凯路  
(逆向),西城路幸福路(逆向),凯吉路中行路(逆  
向),西城路中行路(逆向),大成路双林路(逆向),  
S103杜桥村(违反禁止标线),稠州西路稠关三街  
(不礼让行人),城北路永宁路(不礼让行人),金塘路  
韵达快递路段(不礼让行人)。公告五日后,上述路  
段的监控采集设备开始工作。请广大机动车驾驶人遵  
守交通法规,安全行车!

义乌市公安局交通警察大队  
二〇二二年七月十三日

## 保险中介许可证公告

许可证编号:00012537  
机构名称:浙江义乌农村商业银行股份有限公司  
机构编码:5A0102600000000000  
统一社会信用代码:91330782609786576E  
代理险种:企业信用保险、家庭财产保险、机动车辆保险、信用  
保证保险、货物运输保险、人寿保险、年金保险、健康保险、意  
外伤害保险。  
营业地址:浙江省金华市义乌市福田街道城北北路677号  
发证机关:中国银行保险监督管理委员会浙江监管局  
发证日期:2022年6月13日

## 关于全市政务服务办事场所更名的公告

为落实《国务院关于印发加快推进政务服务标准化规范  
便利化的指导意见》(国发〔2022〕5号)规定,经报市  
政府同意,现将全市各级政务服务办事场所更名如下:  
一、市级政务服务办事场所  
1.市行政服务中心更名为市政务服务中心。  
2.市自贸区行政服务中心更名为市自贸区政  
务服务中心。  
3.市行政服务中心车管分中心更名为市政  
务服务中心车管分中心。  
4.市行政服务中心婚姻登记分中心更名为市  
政务服务中心婚姻登记分中心。  
二、镇、街道政务服务办事场所  
镇、街道行政服务中心更名为镇、街道便民服务中心。  
三、村(社区)政务服务场所  
村(社区)便民服务中心更名为村(社区)便民服务站。  
义乌市行政服务中心管委会  
二〇二二年七月八日