

大热天 家庭药品是否要“避暑”

市场监管部门:温度超标会造成药物提前失效

近日,多位西安市民向三秦都市报“小秦帮忙”栏目反映,高温天家中常备药的储存成了难题,藿香正气水、胰岛素、退烧药等因室温超标面临失效风险,大家对药品是否该放冰箱、如何正确保存等问题十分困惑。对此,8月4日,记者走访西安多家药店,并咨询专业人士进行详细解答。



药品需30℃以下保存,室温已34℃,市民纠结如何保存。

夏天药品储存成难题

8月3日16时,家住西安市凤城一路的李清茹推开家门时,就看见客厅温度计的红色指针指向34℃,比她出门时又升了2℃。放下购物袋,她习惯性地走向电视柜旁的药箱,想拿支藿香正气水缓解暑气,却又突然停住了手。

“遮光、密封、置阴凉干燥处保存,温度不超过20℃。”药盒侧面的一行小字让李清茹心里咯噔一下,上周刚买的藿香正气水,会不会已经失效了?

李清茹的丈夫手里拿着一瓶胰

岛素说:“这药更麻烦,说明书上要求2℃-8℃冷藏,我刚才看了厨房冰箱,冷藏室温度是5℃。”他指着客厅茶几上的药瓶,“你看这盒降压药,要求30℃以下保存,现在屋里34℃,要不也放冰箱里?”

家住青龙路的宝妈孙昕蕊也在发愁。孩子最近感冒发烧,家中备有退烧药,8月2日,她发现放在电视柜抽屉里的退烧药药盒摸起来有些温热。她赶紧查看说明书,上面写着需在30℃以下保存。“家里没人时空调关着,室温肯定不止30℃了,

这药还能给孩子吃吗?”孙昕蕊疑惑道。

带着这一疑问,孙昕蕊在小区业主群里分享了自己的困扰,没想到,群里瞬间热闹起来。有业主说:“我家的降压药也有温度要求,可从来没有在意过,不知道现在还能不能用。”还有业主提议:“要不把所有药都放冰箱里,这样肯定保险。”但马上有业主反驳:“我听说有些药放冰箱反而不好,会变质。”大家各执一词,却始终没有得出一个确切的答案。

从2℃到30℃ 药品储存温度藏学问

带着市民的疑问,8月4日,记者走访了西安多家药店。在太乙立交附近的一家大型连锁药店,店内被划分为常温区、阴凉区和冷藏区。

“您看这款益生菌,必须2℃-8℃冷藏,离开冷链超过2小时就可能失效。”药店工作人员拿起一盒儿童益生菌解释道,随后,她指着货架上的感冒灵颗粒说,“这种中成药只要在30℃以下保存就行,现在店里开着空调,室温

26℃,完全符合要求。”

记者随机查看了20种常见药品的储存说明,发现温度要求大致可分为四类。

冷藏类(2℃-8℃):胰岛素制剂、破伤风抗毒素、部分生物制剂、益生菌类药物等。执业药师张倩表示,这类药品大多是生物制品,成分不稳定,高温易导致蛋白质变性,失去药效。

阴凉类(不超过20℃):藿香正气水、复方甘草片、维生素C泡腾

片、部分抗生素、软膏剂等。张倩称,这类药品在高温环境下可能出现有效成分挥发、膏体融化等问题。

常温类(10℃-30℃):多数片剂、胶囊剂、中成药丸剂等。张倩称,这类药品对温度适应性较强,但需避免阳光直射和极端高温。

特殊类:硝酸甘油片需避光、密封、在20℃以下保存,且开封后需在3个月内用完,滴眼液通常要求2℃-25℃保存,开启后建议冷藏并在1个月内使用。

并非所有药都适合“冰箱避暑”

记者采访了执业药师张倩,张倩解释道,药品的稳定性受温度、湿度、光照等多重因素影响,其中温度是核心因素。生物制剂和活菌制剂对温度最为敏感,比如未开封的胰岛素,就必须放入冰箱冷藏。

但并非所有药品都适合冷藏。张倩举例说,止咳糖浆、外用乳膏等制剂若放入冰箱,可能出现成分分层或凝固,影响药效。比如布洛芬混悬液,冷藏后可能析出结晶,即使摇匀也难以保证浓度均匀,服用后可能影响疗效。张倩特别提醒,部分液体制剂在说明书中

会明确标注“避免冷藏”,市民需格外留意。

对于需常温保存的药品,张倩建议采取分级应对措施:室温未超过30℃时,可放在通风阴凉处;若室温持续超过30℃,可将药品放入密封盒,再置于冰箱冷藏室门架处(此处温度通常在10℃-15℃)。

针对市民关心的“空调房能否替代冰箱”问题,张倩表示,若空调能稳定将室温控制在25℃以下,阴凉处保存的药品可在室内存放,但需注意远离空调出风口,避免药品因局部温度骤变产生凝结水。“最稳妥的办法是购

买一个带温度计的密封药箱,定期检查箱内温度是否符合药品保存要求。”张倩说。

市场监管部门也提醒,药品长期超规定温湿度保存,可能造成药物提前失效,如温度超标会使药品疗效降低、变质失效,甚至会产生对人体有害的物质;而湿度过高时,药品则容易出现变色、结块等现象。人们服用了这些药品,有可能会产生不良后果。同时,建议每3-6个月一定要清理一次家中备用药,不要服用过期或性状有明显变化的药品。

文/图 本报记者 陶颖 实习生 李果

理疗后老人卧床不起

专家:按摩理疗要选正规机构

8月3日,家住西安市东郊的余先生向三秦都市报965369“小秦帮忙”栏目反映,68岁的父亲因腰部不适,经人介绍到小区附近的“脊柱梳理颈腰椎康复中心”接受调理,没想到理疗后竟卧床不起。

持续理疗后无法正常活动

“我爸现在连翻身都喊疼,医生说腰椎间盘突出不能随意按摩理疗。”余先生8月4日告诉记者,他早上带着父亲去了骨科医院检查。“8月3日下午,我回家探望父亲时,发现他竟瘫倒在床上,腰疼得下不了床,连抬胳膊的力气都没有。”

余先生说,他询问后得知:“7月20日,父亲到长乐东路一家‘脊柱梳理颈腰椎康复中心’体验了理疗,过程顺利无异常。次日再次到店时,由一位高姓店长亲自操作。当时女店长用那个筋膜枪直接对着腰椎震动,力度特别大,当场父亲就觉得不对劲。”余先生

说,父亲理疗结束后腰部便隐隐作痛,当晚痛感急剧升级,整个人疼得无法下床。

7月22日,余先生的父亲通过微信联系高店长表示:“昨天手法太重了,腰伤得厉害。”高店长在回复中称:“这是正常现象,很多人治疗都要经历这个阶段,是身体在排毒恢复。”这样的解释让老人稍感安心,便在家卧床观察。7月24日,老人强忍着疼痛到店,高店长还是坚持说正常,让继续做治疗巩固效果。后来,25日、26日又连续做了两天,27日开始不能下床正常活动。

多部门已介入调查

“筋膜枪根本不能直接用于腰椎这类关键部位,这是常识。颈椎、腰椎等椎间盘突出或是脊椎歪斜的人,连做抖肩运动都要慎重,极有可能引发疾病,特别是脊椎方面的问题。”余先生气愤地说,店家既未询问老人过往病史,也未进行任何身体评估,就贸然操作,太不应该。目前,老人因腰部损伤行动受限,日常生活需专人照料,已产生多项检查与治疗开销。

8月4日,记者来到这家“脊柱梳理颈腰椎康复中心”,据一位负责人说,该店营业执照名称为“西安市浐灞生态区鑫科北星养生馆”,余先

生父亲做的理疗项目均未涉及手法按摩。“一个是‘颤足抖脊健身仪’,一个是‘摆颤一体机’,做完之后会用筋膜枪做肌肉放松。”该负责人指着店内被电视机挡了一半的注意事项说,不适合做理疗项目的都在上面公示了。

8月4日上午,西安市市场监督管理局浐灞国际港分局十里铺市场监督管理所及西安市灞桥区疾病预防控制中心医疗监督科执法人员均赶到现场调查取证。同时,记者了解到,余先生也已向辖区派出所报警,各部门已介入调查,事件正在进一步处理中。

按摩理疗有禁忌需谨慎

随后,记者采访了通用环球中铁西安医院康复医学科主任田鲲鹏,“按摩、理疗不是简单的‘使劲揉’或者上仪器,它是一门需要专业知识的技术。”他强调,正规医疗机构的推拿师需掌握解剖学、生理学知识,能根据患者身体状况评估是否适合按摩,以及采用何种手法。

田鲲鹏建议,优先选择有资质的医院推拿科、康复科,或持有《医疗机构执业许可证》的中医诊所。这些地方会先做检查,比如拍CT,排除骨折、肿瘤、结核等禁忌症,再制定方案。他特别提醒,一些打着“养生按摩”“理疗调理”旗号的店铺,若没有医疗资质,开展涉及脊

柱、关节等深层次的按摩,就具有一定风险。

“脊柱急性损伤期不能按摩,可能加重错位。骨质疏松患者忌用重手法,尤其避免直接按压脊柱、骶部。还有皮肤破损、局部感染,或患有出血性疾病(如血友病)的人,严禁按摩。”田鲲鹏说,按摩时若出现尖锐疼痛、麻木感向四肢放射,或按摩后症状加重,必须立即停止并就医。他还建议,老人、孕妇、有慢性病的人按摩前,最好先让家人陪同,主动告知既往病史,别轻信“越疼效果越好”的说法,舒适且不引发不适的力度才是合适的。

文/图 本报记者 葛兰



西安市灞桥区疾病预防控制中心医疗监督科执法人员现场取证。