

药都要放冰箱吗 一日服三次就是早中晚3次吗

安全用药 这些冷知识你了解多少

服药不仅讲究时间,也要讲知识。

关于服药的误区和冷知识,本报记者帮您梳理。

11月13日,辽宁省暨沈阳市2020年安全用药月启动仪式举行。

活动现场,省药学会的专家针对疫情防控用药及疫情防控要点对参加启动仪式的药师代表、群众代表进行培训;药品监督部门还向市民发放了安全用药宣传资料。

沈阳市市场监督管理局相关负责人介绍,今年的“安全用药月”活动以“安全用药 战疫同行”为主题。期间,将围绕疫情防控、法规制度、药学知识等方面开展主题宣传,开展辽宁省第二届药学科普微视频大赛、辽宁省疫苗质量安全事件应急演练活动、安全用药大讲堂及安全用药进校园、进社区等活动,向社会宣传贴近百姓的安全用药知识。

活动现场,辽沈晚报记者通过采访药品监管部门工作人员、相关专家、市民,为读者梳理了五大安全用药误区和冷知识。

药品都要放冰箱贮存吗?

其实,大部分药品可在室温条件下保存。使用冰箱存放片剂、胶囊剂、散剂等,易受潮加速变质。糖浆剂在低温情况下也易导致药物浓度发生改变,影响疗效。温度升高时会变质或变性的药品如胰岛素、

活菌制剂、部分滴眼剂或其他生物制品等,可在冰箱冷藏层2~8℃下保存,以保证药品的质量。胰岛素切勿冷冻,冷冻会破坏其蛋白质,降低药效。提醒市民,要按照药品标签或者说明书上的贮存要求保存。

“一日服药3次”就是早中晚三次吗?

药品说明书上的“一日3次”,指的是24小时平均3段,即每8小时服药1次,而不是随早中晚餐时间服用3次。如果严格做到每8小时一次有困难的话,也应尽量使服

药时间间隔最大可能地均衡。同理,一日2次,即指每12小时服用一次;一日4次则要求6小时服用一次;一日一次则应固定在每天同一时间服用。

事关1.7亿人!快递员、育儿嫂也能评职称了

记者12日从人力资源和社会保障部获悉,人社部印发通知,支持企业自主开展技能人才评价、发放职业技能等级证书,同时建立健全职业技能等级认定与专业技术职称评审的贯通机制。这意味着,快递员、育儿嫂等“蓝领”,也能像医生、工程师等“白领”一样参加职称评定。

人社部数据显示,我国共有1.7亿左右技能劳动者。长期以来,企业对“蓝领”和“白领”执行两套不同的职业能力评价体系,前者按照五级技工的等级认定,后者沿用专业技术职称体系,二者互不相通。这不仅一定程度造成“蓝领”“白领”待遇的差距,也给技能人才的职业发展带来障碍。

“建立职业技能等级认定与专业技术职称评审贯通机制,顺应了人才融合发展的趋势,有利于破除身份、学历、资历等障碍,贯通技能人才职

业发展通道,搭建企业人才成长立交桥。”人社部职业能力建设司相关负责人表示,下一步将逐步扩大贯通领域,能扩尽扩,能融尽融。

通知明确,按照“谁用人、谁评价、谁发证、谁负责”的原则,将支持各级各类企业自主确定技能人才评价范围,自主设置职业技能等级。企业按规定颁发的职业技能等级证书,纳入各级人社部门建设的证书查询系统,向社会公开。

通知还提出,鼓励备案企业申请为社会培训评价组织,为其他中小企业和社会人员提供人才评价服务。人社部门要按照属地原则,建立信息互通、结果互认机制;要将取得职业技能等级证书的人员纳入人才统计范围,并按规定落实相应人才政策。

据新华社

美商务部宣布暂不执行TikTok在美交易禁令

美国商务部12日发表声明说,将暂不执行原定于当天生效的禁止移动应用程序TikTok在美境内相关交易的命令。

声明说,该决定遵守了宾夕法尼亚州联邦地区法院10月30日作出的一项临时叫停禁令的裁决,未来是否执行禁令将视法律进展而定。

美国总统特朗普8月6日签署行政令,称TikTok对美国国家安全构成威胁,将在45天后禁止任何美国个人或实体与TikTok及其母公司字节跳动进行任何交易。8月14日,特朗普再次签署行政令,要求字节

跳动在90天内剥离TikTok在美国运营的所有权益。

中国外交部发言人汪文斌11日在外交部例行记者会上援引美国有关法官的话说:“美国政府对TikTok应用对国家安全造成的威胁的描述都是假设的。”汪文斌说,中国一贯反对美国泛化国家安全概念、滥用国家力量,无理打压外国企业的做法,希望美方切实尊重市场经济和公平竞争原则,遵守国际经贸规则,为各国企业在美投资经营提供开放、公正、非歧视性的营商环境。

据新华社

药品只要不过有效期就有药效吗?

药品的有效期不是绝对的,是有条件限制的,这里指的条件就是药品标签及说明书中所指明的贮存条件。每种药品的有效期是指在特定的贮存条件下能保存的时间,一旦贮存条件发生了改变,药品的有效期也就发生了变化。例如规定在

冰箱中保存的药品若在常温下保存了,则有效期就会明显缩短。另外一旦药品拆开了盒子或打开了瓶盖等开始使用时,这类药品就应该及时使用,不再适用于长期保存了,因为这时的条件已经不再符合制定有效期时的条件。比如一般眼药水的

有效期是1年或2年,但是开封后,使用期限最好不要超过一个月。所以患者在使用药品时,应尽量做到打开了原包装的药品及时使用,否则,即使未到药品标注的有效期,药品也有可能失效变质。

四

所有药品都要在饭后服用吗?

选择合适的时间服药,不仅能有效地保障药物治疗效果,还能降低药物的副作用。

如对胃无刺激性或刺激性小的药物或需要作用于胃部的药物通常需要饭前服用;肠溶片类药物在胃液

中不易崩解,只在肠道中才会被吸收,一般要求空腹服用。

五

服药也需要讲姿势吗?

依据药物的性质和剂型的不同宜采取适当的姿势。

一般而言,对于大多数剂型的药物,服用时最好采用直立或者端坐的姿势,尤其是大药片或胶囊剂,而且要喝足量的水(100~200ml)。这样可以使药物顺利通过食管进入胃肠道。还有一些药,如治疗骨质疏松的双膦盐酸类(阿仑膦酸钠等),可引起食管

炎、糜烂、溃疡。为将药尽快送至胃部,必须直立姿势服用(在早餐前至少半小时用200ml温开水整片送服)之后仍须保持上身直立半小时以上。

缓解心绞痛的硝酸甘油舌下含片,若患者站立含服,可能因产生体位性低血压,头部一时缺血而昏倒,因此最好采取半卧位含药。这种姿势能使回心血量减少,利于心绞痛较

快缓解,又可避免引起低血压的危险。还有些药物,如哌唑嗪、特拉唑嗪等用于降血压时,易发生体位性低血压,首次给药或加大剂量时,应坐位服药后立即躺卧。服用诱导期短的安眠药(如咪达唑仑、唑吡坦等),应在临睡时坐位服药后躺下,以免发生意外。

辽沈晚报记者 朱柏玲

暖气团邂逅西南风 沈城这几天暖洋洋

今天白天天气晴朗,气温将再次回升,最高气温将回升到15℃左右,最低气温在6℃上下,中午暖洋洋,走在室外也是十分舒适。

明天白天天空云量稍有增多,在西南风的助力下,最高气温重返17℃附近,有可能再次打破历史当天的最高气温纪录。傍晚前后,康平东部、法库和沈北北部的个别地方可能会有一些分散性雨点儿。

近几天,沈城接连“高温”,并且连续两天刷新了历史当天最高气温的纪录。那么到底是什么原因呢?据了解,一是这次到达沈阳地区上空

的暖气团比较强势,二是因为西南风的助力。

从全省来看,今日冷空气彻底撤离我省,气温顺势回升,最高气温除沿海地区略低,其他地区均回升至15℃以上。明日各地上空云量增多,以多云为主,但不影响气温的继续回升。全省最高气温基本全部回升至15℃以上,其中朝阳地区接近20℃。这气温对比常年同期值绝对是高水平运行。

总体来说,今明两天天气晴好,气温适宜,各地以3~4级偏南风为主,体感舒适,适合外出,大家可以尽

情安排户外活动。16日(下周一)新冷空气到达,气温下行,暖气团基本无力回天,气温进入同期正常水平,难再高调。

此外,需要注意的是,目前昼夜温差大,加之供暖期室内外温差也比较大,容易造成感冒,提醒市民及时根据最新的气象信息,调整好着装。连续晴好的天气里,空气湿度欠佳,天干物燥,市民要注意用火用电安全,同时记得及时补充水分,注意日常护肤保湿。

辽沈晚报记者 胡月梅

药品网络销售新规来了

国家药监局12日公布《药品网络销售监督管理办法(征求意见稿)》,面向社会征求意见。

征求意见稿明确,药品网络销售者应当是药品上市许可持有人或者药品经营企业。中药饮片生产企业销售其生产的中药饮片,应当履行本办法规定的持有人相关义务。

药品网络销售不得超出企业经营范围。疫苗、血液制品、麻醉药品、精神药品、医疗用毒性药品、放射性药品,药品类易制毒化学品等国家实行特殊管理的药品,

不得通过网络销售。

药品网络销售者为持有人的,仅能销售其持有批准文号的药品。没有取得药品零售资质的,不得向个人销售药品。通过网络销售处方药的,应当确保电子处方来源真实、可靠,并按照有关要求进行处方调剂审核,对已使用的处方进行电子标记。向个人销售药品的,还应当建立在线药学服务制度,配备执业药师,指导合理用药;执业药师的数量应当与经营范围相适应;做到药品最小销售单元的销售记录清晰留存、可追溯。

具备网络销售处方药条件的药品零售企业,可以向公众展示处方药信息。其他药品零售企业不得通过网络发布处方药销售信息。向公众展示处方药信息时,应当突出显示“处方药须凭处方在执业药师指导下购买和使用”等风险警示信息。

药品零售企业通过网络销售药品,不得以买药品赠药品、买商品赠药品等方式向公众赠送处方药和甲类非处方药。

据新华社