

药师视角

三伏贴：冬病夏治，攻克夏伏冬发之宿疾

古人发现一些宿疾有一个共同点，“夏伏而冬发”，其宿根常存体内，缠绵难愈。三伏天是在二十四节气小暑和处暑之间，是全年最闷热也是阳气最盛的日子。此时阳气盛而肌肤腠理开泄，是驱散内伏寒邪的最好时机。三伏天进行穴位贴敷，药物最容易由皮肤渗透入穴位经络，通过经络气血直达病所，对体内阴寒之邪较盛的患者治疗效果尤为显著。

■ 刘海华

7月15日开始就正式入伏了，也就是老百姓口中常说的三伏天来了。三伏天，“伏”有两层含义：一是指阴气在阳气压制下隐匿于地下；二是形容天气过于炎热，不宜活动。三伏天到来，天气炎热，湿热交蒸，毛孔开泄，古人常说：“暑当与汗皆出，勿止。”就是说三伏天出汗是人体散热排湿的正常现象，不要用药去止汗。古人也常借助三伏天，毛孔开泄、爱出汗的时候来排出体内的陈寒痼疾，也就是所谓的冬病夏治三伏贴。

三伏贴在北京老百姓当中越来越热。以北京老年医院中医科数据为例，去年按照北京市针灸学会要求统一订购了温阳化痰贴200人份，结果有部分患者未能购买到。今年预备了300人份，同比增加50%。

根据去年贴敷数据看，按性别分类，女性占比63%，明显高于男性；按病种分类，占比由高到低分别是慢性支气管炎(43%)，过敏性鼻炎(41%)、支气管哮喘(8%)、反复感冒(6%)、慢性阻塞性肺疾病(2%)；按年龄分类，老年人群占比最高，其次是儿童，最后是青壮年。

三伏贴的历史溯源

三伏贴是根据中医“冬病夏治”“春夏养阳”的原则，在一年中最炎热的三伏天采用温阳祛寒湿的中药外敷穴位，以防治冬春季发疾病的一种疗法。

《黄帝内经·四气调神大论》记载“圣人春夏养阳，秋冬养阴以从其根”。古人发现一些宿疾有一个共同点，“夏伏而冬发”，其宿根常存体内，缠绵难愈。所以参考了春夏养阳的原理，选择在夏季利用三伏天天气炎热，在局部穴位上敷以辛热发散之药，可以更好地发挥药物扶阳祛寒、扶助正气、祛除冬病根因的作用，达到“缓治其本”“不治已病治未病”的目的，故称“夏治”。

三伏贴的来源是天灸，是古代冷灸法的一种，取每年初、中、末伏第一天进行治疗，所

以又称为三伏天天灸。天灸最早的记载见于南北朝的《荆楚岁时记》：“八月朔日收取摩墨，点太阳穴止头痛，点膏肓穴治癆瘵，谓之天灸。”更加详细描述其应用的是在宋代《针灸资生经》：“用早莲草椎碎，置手掌上一夫，当两筋中，以古文钱压之，系之以故帛，未久即起小泡，谓之天灸，尚能愈疟。”后来，清代医家张璐《张氏医通》里，将三伏贴用于治疗哮喘：“夏月三伏中用白芥子涂法，往往获效。方用白芥子净末一两，延胡索一两，甘遂、细辛各半两，共为细末，入麝香半钱，杵匀，姜汁调涂肺俞、膏肓、百劳等穴，治疗冷哮。”

后来，三伏贴的应用范围越来越广，扩大到消化系统疾病、风湿免疫系统疾病、骨科常见病、儿科疾病等。

三伏贴治病原理

程莘农院士曾对学生说：“人是恒温动物，喜温而恶寒是人的本能。寒邪最容易让人得病。所有的肺系疾病，不管是反复感冒咳嗽，还是慢性支气管炎、过敏性鼻炎等，都是有寒邪。”怎么来的呢？就是现代人都贪凉，加上空调、冰箱的普及，冰激凌、冰西瓜、冰啤酒等冷食，容易寒邪潜伏，等到来年冬春季节发病，容易导致呼吸系统疾病。

三伏天是在二十四节气小暑和处暑之间，是全年最闷热也是阳气最盛的日子。此时阳气盛而肌肤腠理开泄，是驱散内伏寒邪的最好时机。三伏天进行穴位贴敷，药物最容易由皮肤渗透入穴位经络，通过经络气血直达病所，对体内阴寒之邪较盛的患者治疗效果尤为显著。

什么病症适合三伏贴？不同人群都可用吗？

李奶奶今年70岁，反复咳嗽、痰咳、喘憋10余年，既往有慢性支气管炎、支气管哮喘、慢性阻塞性肺疾病等病史，三年前受寒后导致慢性支气管炎急性发

作，来北京老年医院中医科住院治疗。据患者描述，自从发现慢性阻塞性肺疾病、支气管哮喘等病后，几乎每年都得住院输液2~3次，住院给予中药汤剂，针灸、刮痧、放血拔罐、穴位贴敷等中医康复治疗好后转出院，此后门诊间断治疗，每年三伏天都贴上三伏贴，连续贴敷三年后，近一年没有住院，偶尔门诊开药，怕风、怕冷、咳嗽、咳痰、喘憋等诸症状明显好转。

三伏贴特别适合素体阳虚或怕风怕寒的人，没有明确的年龄界限。根据长期临床研究和目前科学研究论证，北京市冬病夏治三伏贴(纳入市医保管理的)适宜防治的主要病症是：

呼吸系统疾病：支气管哮喘、过敏性鼻炎、慢性咽喉炎、反复呼吸道感染(如咽炎、扁桃体炎、支气管炎、支气管肺炎等)、老年慢性支气管炎、体虚感冒等。

消化系统疾病：胃痛、慢性胃炎、慢性肠炎、胃肠功能紊乱、消化不良等。

运动系统疾病：颈椎病、肩周炎、腰腿痛等。

免疫系统疾病：风湿性关节炎、寒湿性关节炎、荨麻疹等。

儿科疾病：调节免疫、增强体质、支气管哮喘、反复咳嗽、体虚易感冒、厌食、腹泻、遗尿、消化不良、汗症等。



安全用药

“减肥神药”司美格鲁肽有禁忌 减重不能片面追求快速

“减重版”司美格鲁肽最常见的副作用就是消化道不良反应，大部分病人注射早期会有恶心呕吐、拉肚子、头晕乏力的现象，不过这种反应一般是短暂的。比较重要的一点，这个药目前发现会有增加急性胰腺炎发作的风险。此外，在动物实验中，也发现它可能会增加患甲状腺髓样癌的风险。



■ 黄琪奥

近日，国家药品监督管理局批准了诺和诺德公司研发生产的用于长期体重管理的司美格鲁肽注射液(简称“减重版”司美格鲁肽)在中国的上市申请，引发热议。

作为一种受大众追捧的“神药”，司美格鲁

肽是什么？又有什么特点？此次上市的司美格鲁肽适用于哪些人群？

“司美格鲁肽是全球首个且目前唯一用于长期体重管理的胰高糖素样肽-1受体激动剂(GLP-1RA)周制剂。”陆军军医大学西南医院副主任药师谢林利表示，目前司美格鲁肽分为口服和针剂两类，它的减重原理主要包括减少

食欲和饥饿感、减少能量摄入、增加饱腹感、改变食物偏好以及延缓胃排空。临床研究显示，司美格鲁肽引起一天随意用餐的总能量摄入平均减少24%，同时，有动物实验结果显示，司美格鲁肽在减肥的情况下能维持新陈代谢活动，防止能量消耗代偿性下调，从而有助于长期减肥或维持。

目前中国批准上市的司美格鲁肽制剂共有两种，分别是用于糖尿病的司美格鲁肽注射液(简称“控糖版”司美格鲁肽)和此次获批的“减重版”司美格鲁肽。二者虽然主要成分相同，但剂量不同，针对的疾病也不一样。“前者主要适用于经双胍治疗后血糖控制不佳的2型糖尿病患者，或者合并了严重心血管疾病的2型糖尿病患者；后者主要用于长期的体重管理，两者是不能相互替代的。”谢林利说。

谢林利介绍，无论是“控糖版”司美格鲁肽，还是“减重版”司美格鲁肽，都有严格的限制。“以最近上市的‘减重版’司美格鲁肽为例，应该在控制饮食和运动依然没有达到明显减重效果、且体重指数BMI(即体重除以身高的平方)大于30时，才能使用这种药物。”谢林利说，对于体重指数大于等于27但是小于30的，只是超重没达到肥胖，建议至少是合并有高血糖、高血压、高血脂、阻塞性睡眠呼吸暂停或心血管疾病等，才使用该类药物。

除了对体重的限制外，司美格鲁肽还有许多禁忌证。“包括孕妇、有1型糖尿病、糖尿病酮症酸中毒、甲状腺结节、甲状腺髓样癌及相关家族史，或存在既往肠梗阻、胰腺炎、抑郁等病史的患者，都不能使用司美格鲁肽。”谢林利说。

谢林利提醒，即使可以使用“减重版”司美格鲁肽，也需在医生的指导下服用，切忌私自加大剂量，否则会造成严重的后果。“司美格鲁肽最常见的副作用就是消化道不良反应，大部分病人注射早期会有恶心呕吐、拉肚子、头晕乏力的现象，不过这种反应一般是短暂的。比较重

要的一点，这个药目前发现会有增加急性胰腺炎发作的风险。此外，在动物实验中，也发现它可能会增加患甲状腺髓样癌的风险。”谢林利说。

“即使使用‘减重版’司美格鲁肽，也应配合饮食和运动一起减重。”谢林利提醒，目前，针对超重及肥胖症患者的治疗手段，最基本的首先还是生活方式干预，医生会根据患者每日热量摄入，在保证营养的基础上调整饮食结构、制订运动计划，达到减重目的。其次才是药物干预和手术，如奥利司他、司美格鲁肽、切胃手术等。“不管是否用药，生活方式干预都是必需的一个过程。”

对于如何科学减肥，陆军军医大学健康管理中心主任陈宗涛提出了建议：“首先，减重不能片面追求快速，否则可能导致身体机能紊乱并降低机体免疫力，建议一个月减重5到8斤为宜。其次，在减重过程中也应定期复查代谢、肝肾等功能等指标。”陈宗涛说，科学减重并不是少吃或者不吃，而是要吃好、吃对。在减重期间最好多吃牛肉、鱼、虾、鸡胸肉等优质蛋白质，延长饱腹感，抑制脂肪生成；多吃菠菜、芹菜、茼蒿、茼蒿等深色蔬菜，促进肠道蠕动；多吃玉米、燕麦、小米、大黄米等粗粮，补充维生素、矿物质、膳食纤维等多种营养素。并且，还应放慢吃饭速度，将进食时间延长到半小时左右，减轻肠道负担。

最后，陈宗涛提醒，除了控制饮食，减重期间也要适当运动。具体而言，每周除了进行3~5次的中等强度训练外，还可每隔一天进行一次抗阻肌肉力量训练。“其中，中高强度运动以中速跑、跳绳等有氧运动，每次运动时间不超过1小时，每周运动总时间不超过150分钟，抗阻肌肉力量训练每次时间不超过20分钟，如运动途中如有不适，需立刻停下休息。”陈宗涛说，科学减重还需保证规律作息，早睡早起，尽量在晚上11点前睡觉，每天保持7~8小时的睡眠。

医药新知

近日，福州的陈先生感觉自己中暑后服用了一支藿香正气水，15分钟后突然昏厥。随后，陈先生被送至医院抢救，经诊断，陈先生因同时使用头孢类药物及含有酒精的藿香正气水，二者相互作用，发生了“双硫仑样”的中毒反应。

“藿香正气水+头孢”为何会中毒？藿香正气水中通常含有40%~50%的酒精，相当于40°的“酒”。

酒精又名“乙醇”，当乙醇进入人体后有90%以上通过肝脏代谢，会在肝脏中转化为乙醛，而乙醛较乙醇相比，具有更高的毒性，会对人体器官造成损害。

但是人体体内有一种叫“乙醛脱氢酶”的物质，它是乙醛的克星，能将体内有害的乙醛转化为无害的乙酸，所以我们平时适量饮酒并不会中毒。

而头孢在体内可以抑制“乙醛脱氢酶”，乙醛无法转化为乙酸，导致有毒物质乙醛在体内大量蓄积，出现医学上所说的“双硫仑样反应”。若将藿香正气水和头孢同服，必然引起人体不适。

“双硫仑样反应”主要表现为全身反应，包括心血管系统、呼吸系统、消化系统、神经系统体征，会出现面部涨红、头痛眩晕、视物模糊、心悸胸闷、恶心呕吐、腹痛腹泻等症状，严重者或伴有呼吸困难、大小便失禁、心肌梗死及休克等。

如何正确使用藿香正气水？服用后不宜开车和操作精密仪器、进行高空工作。

特殊人群要谨慎。老人、孕妇、幼儿等体质较弱者，对酒精过敏者及有高血压等慢性疾病患者，均应在医生或药师指导下服用。

使用头孢等抗菌药后5~7天内，应避免饮酒或进食含酒精制品，尤其是患有心脑血管疾病、肝肾功能不全者，儿童、年老体弱患者更应注意，饮酒后3天内不得使用头孢等抗菌药物。

除了头孢，阿莫西林、甲硝唑、左氧氟沙星、格列齐特、酮康唑、氯霉素等药物也会和藿香正气水产生“双硫仑样反应”，也不可一同使用。

藿香正气口服液不含乙醇。因此，对于酒精过敏的患者，在必要情况下，可考虑选择藿香正气口服液。

此外，藿香正气“家族成员”中还包含胶囊、软胶囊、正气滴丸等，它们均不含酒精成分，药效也类似干口服液，相对温和。

若必须同服藿香正气和头孢等药物时，可以选择以上不含酒精的其他剂型。

专家提醒，藿香正气水并不能预防中暑，而且其致不良反应有过多例临床研究报道，且少年儿童患者占比较高。

儿童服用藿香正气水的用量，需根据过敏史、年龄、体重等因素综合判断，谨慎用药，必要时建议到医院在医生指导下使用。

危险！服藿香正气水，不能同时用头孢

医药监督

国家药监局通告40批次不符合规定化妆品

7月12日，国家药品监督管理局(下称国家药监局)网站发布关于40批次不符合规定化妆品的通告。

在2023年国家化妆品抽样检验工作中，经上海市食品药品检验研究院等单位检验，产品标签标示注册人为广州市百爱神生物科技有限公司、生产企业为佛山市顺德区香江精细化工实业有限公司生产的名采清透水润防晒喷雾SPF50+ PA+++等40批次化妆品不符合规定。其中，广州市百爱神生物科技有限公司提出样品真实性异议申请，经广东省药品监督管理局审查，被抽检不符合规定的产品确为上述生产企业注册或生产。上述企业提供虚假信息、隐瞒真实情况的行为属于《化妆品监督管理条例》规定的情节严重的行为，查实后将依法从重从严处罚。

根据《化妆品监督管理条例》《化妆品生产经营监督管理办法》《化妆品抽样检验管理办法》，国家药监局要求广东省、四川省药品监督管理局对上述不符合规定化妆品涉及的注册人、备案人、受托生产企业等依法立案调查，责令相关企业立即依法采取风险控制措施并开展自查整改。各省(区、市)药品监督管理部门责令相关化妆品经营者立即停止经营上述化妆品，依法调查其进货查验记录等情况，对违法产品进行追溯溯源；发现违法行为的，依法严肃处理；涉嫌犯罪的，依法移送公安机关。

(来源：国家药监局官网)

