用错药，后果很严重

中国医药教育协会昨在我市启动合理用药推广项目

有个软件可帮助您用药，当然最重要的是听医嘱

霍香正气水不能和头孢一起吃，中药加西药不等于“中西医结合”，参麦注射液不是什么补剂……这些医护人员的常识，却是许多市民用药认知上的“坑”。在我市多家医院的门急诊，药物不良反应的患者屡见不鲜。

为了降低药物使用风险，昨天上午，中国医药教育协会合理用药推广项目启动仪式在宁波四明大药房新晨店举行，参加活动的有药店药师，也有普通市民。

慢病患者药物不良反应高发

启动仪式上，中国医药教育协会主任委员王震教授指出，慢病患者不合理用药现象普遍存在，尤其是中老年慢病患者，往往由于同时患有多种疾病而出现配药用药无禁忌的现象，“比如滥用抗生素、选择药物不当、忽略药物之间配比禁忌等”。

王震的话，记者在市李惠利医院、市一院、宁大附院等多家医院得到了印证。

有一位70岁的老大爷，患有高血压、冠心病、慢性心功能不全，同时在吃3种药。他的老伴过世后留下一种降压药没吃完，老大爷在吃完自己的降压药后就开始吃这种降压药，结果3周后感觉气急气促，上医院一查，心衰明显加重了。医生说，他吃的这种降压药对心衰患者是有害的。

一位60岁的大伯，患原发性高血压10年、Ⅱ型糖尿病6年，尿蛋白阴性，同时吃3种药，但血压经常波动，还出现了双踝水肿的症状。原来，大伯治病心切，吃药时不自觉加大了药量，结果高钾血症的风险也上去了，对心血管和肾脏非常不利。

还有一位50岁的大叔，同样有10年高血压史。他特别担心药物副作用，用药很“省”，而且服药次数不足，导致血压波动大，超声心动图还提示左室肥厚。

此外，不少患者为图方便，将一些要间隔服用的药同时服用，结果原来的病没好，还引发了胃溃疡、反流性食管炎等消化道疾病。

有个软件可帮您合理用药，当然最重要的是听医嘱

在合理用药推广项目启动仪式现场，中国医药教育协会和上海容翌信息科技有限公司联合开发的一款软件——合理用药助手，深受与会者的好评。

使用该软件，通过输入药品名称或扫描药盒上条形码，就可以查出这一药品的用药禁忌。记者尝试着输入“头孢”，显示出数十种头孢类药物，点击其中一种“头孢克洛分散片”，禁忌及注意事项的内容随即出现。如果继续添加输入其他药品，除了可以知道这些药各自的注意事项，还可以知道几种药一起吃会有什么风险。该软件可同时查询5种药品的配伍禁忌。

“对于普通市民来说，有这么个软件就相当于有一个随叫随到的私人药师，吃药时就多了一道保障。”中国医药教育协会副主任委员姚璐说。

软件虽好，但也不能太过依赖。宁大附院主管用药的副院长许素玲表示，临床上，许多医生会超药品说明书使用药品，这些经验疗法通常都是安全有效的。

市李惠利医院药剂科主任周华表示，当软件提示几种药物“犯冲”时，并没有考虑到药物的具体剂量，小剂量合用往往能规避风险同时保证疗效，这种现象在医生实际用药中也非常常见。

总之，专家表示，这类软件仅供参考，碰到处方和软件有矛盾的时候，市民还是要遵从医嘱。

新闻链接

关于药物不良反应，您要知道这些

关于药物不良反应，周华认为，市民要弄清以下几点：

一，任何药品都可能存在不同程度的不良反应。不良反应发生与否、程度大小因人而异。

二，药品说明书上的不良反应越多，不等于不良反应越容易发生。相反，说明书上的不良反应多往往意味着该药物的试验做得非常充分，研究者对药物本身的性能有更深入的了解，用药反而更加安全。一些药物的不良反应在说明书上较少提及，在某种程度上可能存在更多的用药隐患。

三，中药的不良反应未必少。中药中的有效成分也是以化学物质为基础的，随意使用同样会引起诸多不良反应，特别是对肝肾功能的损害。使用中药同样不能脱离医生和药师的指导。

关于家庭小药箱，您要知道这些

专家认为，合理用药还在于给家庭小药箱瘦身。

家庭小药箱里，三类药物是必备的。一是应急、救急类药物，如心脏病患者服用的速效救心丸，哮喘患者使用的喷剂等。二是慢病管理类药物，如高血压患者服用的降压药，糖尿病患者服用的降糖药等。三是处理外伤类的药物和用品，如红药水、纱布、酒精棉球等。

此外，家庭小药箱中还可以备一些缓解感冒症状及退热的药物、解热镇痛的药物和止咳化痰的药物。

头孢等抗生素不适合进入小药箱。抗生素仅针对细菌感染，以感冒为例，如果是病毒引发，使用抗生素就相当于“吃错药”。此外，滥用抗生素还会造成致病细菌耐药。

记者 童程红 通讯员 柏家鸣

有一种职业叫“了解大地的脉动”

他们常年守候在测震的台网中心

宁波虽然是弱震少震地区，但地震监测依然得一丝不苟。市地震监测中心负责测震的工作人员常年守候在台网中心，他们和许许多多的地震监测人员一样，不但要定时定点从观测井中提取流体，测出氡的溶解度以掌握地震的前兆，还要通过测震波形、震相分析等来监测大地的脉动。

建成省内首家市级地震监测预报中心

今年5月12日是我国第九个“防灾减灾日”。今年“防灾减灾日”的主题是“减轻社区灾害风险，提升基层减灾能力”。

据宁波市科技局地震处王里处长介绍，我市总体上属于少震弱震区，整体地震活动水平较低，但依然存在发生破坏性地震的构造背景。近年来，宁波市防震减灾工作立足震情灾情实际，以提高区域地震灾害综合防御能力为目标，以完善地震监测基础设施、强化地震灾害防御、抓实地震应急准备为抓手，取得了一定的成绩，连续多年被评为全国地震系统先进单位、全省防震减灾综合考评一等奖。

我市目前已建成省内首家市级地震监测预报中心，与省属宁波地震台合署办公，下辖地震台站15处，观测手段包括测震、强震、地下流体、地电磁和地形变等，区域监测能力达到ML1.5级。中心按Ⅶ度抗震设防标准建设，配备技术先进的地震监测信息系统及地震应急指挥系统，已成为我市防震减灾工作的基础业务支撑中心。

中心严格执行24小时值班制度，保障全市各类地震台网正常运转，坚持故障响应不过夜；今年有效应对了“浙江磐安3.5级地震”“浙江临安4.2级地震”，并第一时间派出地震现场工作队，协助省地震局开展现场地震应急工作；积极配合省局实施地震烈度速报与地震预警项目，开展区域烈度速报、预警中心建设和预警台建设工作，提高社会公共服务能力；按照每月开展地震速报考核，每季度开展部门地震应急演练，每年开展百日集中学习活动，提高业务人员技能、体能，提高地震应对能力；利用5·12、7·28等特殊时间节点，积极开展地震科普宣传。

实施了活断层探测与地震危险性评价项目

从2007年到2011年期间，中心在宁波市区、余姚市、慈溪市实施了地震活断层探测与地震危险性评价项目，基本查明了我市地震重点防御区的活断层分布、位置及活动性，并在城区东侧首次发现弱活动断层，即育王山山前活动断裂。该项成果已被城市发展总体规划吸收利用，作为强制性要求予以执行。

抓好基层地震安全示范工程。在2009年建成奉化岩头村民居地震安全示范工程的基础上，每年组织开展1期农村工匠抗震防灾专项培训，并组织专业技术人员设计适合农村实际的“抗震设计及建造图集”，免费提供给农民使用。推进地震安全示范社区创建，已有四家社区通过国家级认定，为我市其它社区防震减灾提供了示范和借鉴。

促成雅戈尔动物园投资建设大型体验式地震科普馆。该园总建筑面积约5000平方米，布展投入2400万元。该馆无论在设计理念还是在运营模式上都有诸多创新，主要表现在“三化”。其一是企业主导化：企业投资为主、政府补助为辅，建成后，由企业负责日常营运管理。其二是理念创新化：将知识传播、技能掌握、思维启迪、趣味游乐等融为一体。其三是效益扩大化：雅戈尔动物园年接待游客超过60万人次，且基本以中小学生为主，在该园建设科普基地，具有受众面广、社会影响大的先天优势。

我市的地震应急准备充分

全市市县两级政府都已制定《地震应急预案》及其《操作手册》，并根据工作需要定期修订。市地震局通过“综合减灾示范社区”“地震安全示范社区（村）”等创建活动，积极推进社区、乡镇建立健全地震应急预案，并为镇海炼化、皎口水库等容易引发地震次生灾害的工程（企业）制定地震应急预案提供了指导和服务。

依托现有资源成立地震应急救援队和市级地震应急现场工作队。依托公安消防部队建立市级地震应急救援大队，并为配备专用装备，组织专业训练提供条件。依托地震监测中心建立市级地震应急现场工作队，并组织开展了负重行走、野外拉练等体能训练，及流动监测、灾情收集报送、灾害评估等现场工作专题演练。

建设地震应急现场工作装备库及市级地震应急指挥中心。装备库面积约160平方米，储备有流动监测仪、灾情采集单兵系统、无人机、海事卫星电话、生命探测仪等应急装备物资，并建立了较为规范的库房及装备日常管理维护制度，基本满足市级地震应急现场工作要求。我市地震监测中心兼具市级地震应急指挥中心职能，软硬件基本可满足市级地震应急指挥要求，获全国市级地震应急指挥系统单项质量考核评比“优秀奖”。

记者 王元卓

通讯员 王虎羽 袁宝珠 李慧峰