



防疫新形势下该如何备药?

记者走访了解到,福州药店库存充足,专家建议备药、服药前需遵循医嘱

N海都记者 陈逸之
林宝珍 蔡凯

近日,随着多地开始调整疫情防控措施,“新冠吃药顺序图解”“防疫必备十大药品”等购药、备药信息在网络流传。不少市民询问:这些“建议”靠谱吗?要怎么合理备药呢?

记者走访了福州几家线下药店,了解药店库存情况及市民购药情况。专家提醒,自行用药可能导致用药过量,对身体造成伤害,应依照医嘱用药。



扫码查看相关视频

自行服药可能过量、损伤器官

对于网传的“新冠用药图”,市民有什么看法呢?在宜又佳医药六一路店购买感冒冲剂的陈女士表示,她有定期备药的习惯,前来药店也是补充家中库存。“我家人在医院工作,叮嘱我不要轻信网络消息,所以我只相信官方消息,根据权威建议买药。”

路人陈先生表示,自己没有囤药的习惯。“我有看到网上传的防疫备药建议,但是我觉得不要盲目跟风购买,日常健康饮食、强身健体就足够了,等真的要用药了,再听医生的建议。”

记者采访了福建医科大学附属协和医院药学部主任刘茂柏主任药师。刘茂柏告诉记者,市民可在家中准备

一些对症治疗的非处方药品,“但是,复方药物成分较多,假如同时服用多种,可能导致重复用药,损害身体机能;如果有需要,最好用以前自己曾服用过的”。备药、服药前,应该咨询医生、药师,确保合理用药。

对于莲花清瘟“受热捧”,福建省中医药学会呼吸病分会主任委员、福建省第二人民医院呼吸科陈志斌主任医师表示:“中医博大精深,几千年来与疫病的斗争中,总结出丰富的经验,创造了许多优秀中成药。除莲花清瘟胶囊外,还有很多其他同类药品有效,如四季抗病毒口服液、金银花口服液等,临床应用广泛,同时也适合儿童服用。”

药店库存充足 要遵医嘱购药

6日,记者来到宜又佳医药六一路店。店员告诉记者,近日前来购买治疗发热、感冒等药物的顾客略有增加,日均约50人,主要购置莲花清瘟胶囊、双黄连口服液、藿香正气水等。“我们店药物库存充足,基本可以做到及时进货、补货。”同时,记者从该店员处得知,该店尚未售卖抗原检测试剂盒,也并未接到有关通知。

记者随后来到位于树汤路的博爱医药商店第二十三分店。店长张先生正向顾客解答不同感冒药的药效、用法与针对病症。“最近来买感冒药的顾客人数比之前多了近一倍,大多数视冬季备药需求,少有一次性大量购药的情况。”张先生告诉记者,布洛芬缓释胶囊、莲花清瘟胶囊等药品销售量较大,店内也会针对性备货。

张先生建议,现下进入冬季,人体抵抗力略有下降,市民可通过均衡饮食、锻炼身体、规律睡眠等良好生活方式提升身体机能,预防生病。

“店内目前没有销售抗原检测试剂盒,进货种类需要根据公司总部安排。”好药师大药房湖东路店店员李女士告诉记者,目前,店内除莲花清瘟胶囊尚在补货,其他药品库存充足。

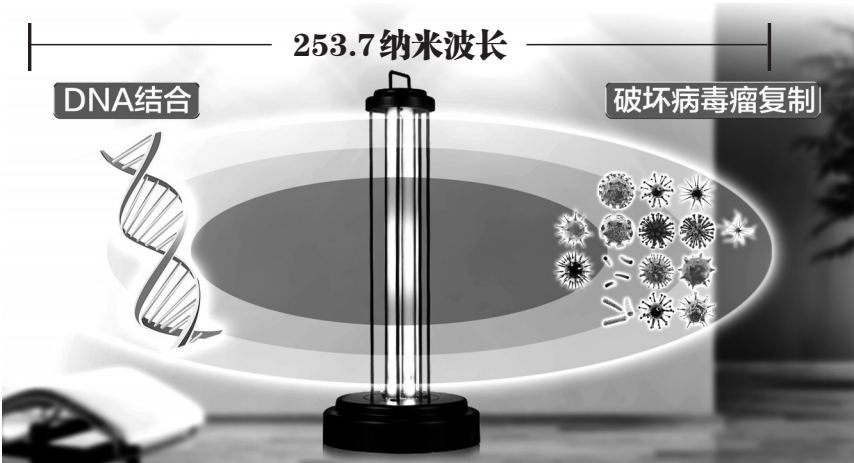
对于网络流传的“防疫备药指南”“新冠吃药顺序图解”等说法,李女士表示,市民购买药物时,应根据医嘱购买,切忌跟风盲目囤药。“用药是有针对性的,假如自行随意用药,反而适得其反。同时,药物有保质期,大量囤药可能造成资源浪费。”李女士说,市民在没生病的情况下不必提前服用感冒胶囊、冲剂。

紫外灯能秒杀新冠病毒? 别信,不靠谱!

乱用当心眼睛和皮肤病变

N科普中国 人民网 澎湃新闻

近日,国务院联防联控机制召开的新闻发布会上,有记者提问,近日有公众提出说紫外线消毒杀菌率达到99%以上,对于消灭流感病毒0.3秒就可以了,用于降低新冠病毒传染致病性0.3秒时间就足够了。还有人提出家用红外线设备也有降低病毒传染致病性的作用。那么,紫外线、红外线的消毒效果到底怎么样,现场的消毒能不能使用相关设备?



波长在253.7纳米的紫外线消毒能力强

什么是紫外线消毒

中国疾控中心环境所研究员沈瑾表示,紫外线是比较常用的物理消毒方式的一种,目前包括紫外线灯、紫外线水消毒器、紫外线空气消毒器、紫外线物表消毒器等等,主要适用于光

滑的物体表面、空气和水体消毒。

沈瑾说,紫外线具有比较好的杀菌效果,但是穿透力比较差,所以它需要在适用的范围内去使用才能保证消毒效果。传统的紫外

线灯一般情况下消毒作用时间要半个小时,当然这些年紫外线技术也有一些新的发展,有一些报道称,一些新的技术能够在短时间内达到消毒效果。但是目前还没有看到有系统的、权

威的研究或者报道说0.3秒这么短的时间内就可以达到消毒。现场消毒时,因为环境的温度不同,受污染程度不同,如果用这么短的消毒时间去做消毒,消毒效果是很难保证的。

威胁了。

紫外线消毒确实有不少优点,不用加热,不用浸湿,消毒完了没有什么残留,通通风把臭氧吹跑就好。

紫外线为何能消毒

波长越短,单个光子的能量就越大,能量达到一定程度,就能破坏生物体内的重要分子比如DNA、RNA,引起生物体病变甚

至死亡。像紫外线波长就在10~400纳米之间,通常消毒用的紫外灯,波长在253.7纳米,属于UV-C波段,消毒能力强。经过紫外

消毒灯照射一段时间,细菌、病毒中的DNA就会被“高能”的紫外光破坏、切断,之后就没有办法正常地生存、繁殖,对人也就没有

紫外线杀菌的风险

根据紫外辐射对生物作用的生物效应,将紫外光谱分为多个区域,紫外光谱中UV-C部分的能量最高,杀菌消毒最有效,因此UV-C又被称为短波灭菌紫外线。UV-C主要来自

于人工光源,其危害主要包括两个方面——辐射和臭氧。

紫外线本身所拥有的能量过大,若是人们没有专业的防护措施就进行照射,就会对人体产生一定

的副作用。如果眼睛暴露在UV-C中,会导致光性角膜炎,这是一种非常痛苦的症状,感觉就像沙子擦到眼睛上。如果皮肤暴露在高强度的UV-C下时,会出现红斑(类似于晒

伤的皮肤发红),损伤人体免疫系统,并增加患皮肤癌的风险。

波长低于240nm的UV-C会产生臭氧,如果不及时通风,会有臭氧污染的隐患,可能损伤呼吸道。

“秒灭”病菌可能吗

专家表示,紫外线只要功率够大,理论上当然可以做到“秒杀”病菌,但是日用的话,这种大功率紫外线就有可能成为“凶器”了。

这也是为什么紫外消毒设备也有民用、医用等区别(使用难度和功率、效率不同),而且它们都有功率规定,要能确保即使人短时间

内不小心暴露在紫外线中,也不会受到严重伤害。这样,虽然消毒可能要多花点时间,但不容易造成意外。

就算真的打算在家使用紫外线消毒,也请一定仔细阅读说明书,弄清照射时间、有效距离等重点,并且做好提示,避免家人进入正在使用紫外线消毒的房间。

紫外线适合家用吗

沈瑾说,紫外线消毒有较大的局限性,不建议在家里作为常规消毒手段。

专家表示,首先,众所周知,光沿直线传播,紫外线也是光,有遮有挡效果立刻大打折扣,这也是为什么紫外线往往用于光滑表面(没有缝隙和沟沟坎坎不会挡光)、空气和水(透明)的消毒。像实验室的不锈钢超净台,里边是光溜溜的,紫外线照够半小时,就能消毒了。而手术室里,紫外线则往往用

于空气消毒,避免空气中的病菌感染病人。污水处理厂,则会用紫外线处理水。

反观家里,各种家具、垫子要么挡光,要么缝隙太多,紫外线照不进去,自然起不到消毒的效果了。可能的朋友会说,那我消毒空气行不行?行是行,可是我们使用空气净化器,或直接开窗通风,都能达到使屋里空气中的病菌含量大大下降的作用,并不一定非要使用紫外灯。

红外线消毒多用于餐具

沈瑾说:“红外线主要杀菌原理是热效应,这和温度、时间有很大关系,目前红外线消毒柜主要是用在耐热的餐具消毒上,我国除了‘三新’外(编者注:‘三新’指利用新材料、新工艺技术和新杀菌原理生产的消毒剂和消

毒器械,其安全性、有效性、环境适应性等方面优于现有消毒产品),所有的消毒产品都需要按照国家消毒产品相关的标准、法规等要求去完成卫生安全评价,并且要备案,然后才能够用在传染病防控当中。”