

吃药需避免的几种错误方式

生病吃药，天经地义，但吃药要讲科学，否则不仅不利益治病，还可能招来麻烦。医生指出吃药应避免以下几种错误的方式：

躺着吃药。不仅不能顺利到达最佳吸收部位而发挥疗效，而且可能刺激食道，造成呛咳或局部灼伤。

干吞药物。有些人吃药图省事，不喝水，直接将药物放进嘴里干吞下去。殊不知多数药片对食道黏膜都有一定的刺激作用，干吞法无疑增加了药片粘附于食道黏膜的时间，可引起与躺着吃药同样的恶果，且程度可能更严重。

对着瓶口喝。此种做法多见于其各种合剂。这样做一是容易污染药液，促使其变质失效；二是服药量难以准确掌握。

(下转二三版中缝)

(上接一四版中缝)

多药同吃。由于各种药物的形态、大小、重量各不相同，经食道进入胃肠的速度便不一致，容易在“途中”发生障碍。规范的服药方法是：将大小药片、胶囊、药丸分开服用。

中西“结合”。这样做可能发生种种不良后果，或破坏有效成分而降低疗效；或使药物毒性增强。因此，中西药应分开服用，间隔时间不宜少于1小时。

饮料送药。牛奶、茶水、豆浆、咖啡等能用来自送服药物吗？医生回答是否定的。因为这些饮料中常含有不少化学物质，易与药物发生反应而削弱疗效，服药的理想用水是白开水。

笑口常开

☆ 全家新买的汽车出外兜风，突然，汽车不动了，一家人顶着烈日使劲推了两个小时。

丈夫站住了：“我现白在总算明白的那汽车商的话是什么意思了。”妻子一边擦汗一边问：“他说这车非常省油”。

☆ 儿子在学校惹了事，放学后被老师留下。接儿子回来的路上，有熟人问我：“为什么今天回来这么晚？”我说：“儿子被留校了。”儿子对我说：“你就对人家说留学好了，为什么说留校！”