

躺着就能瘦的神仙药来了?

专家:我国尚未批准用于减重治疗



文/羊城晚报记者 张华

想吃就吃、无须运动,躺着就能“瘦”是很多肥胖(或认为自己肥胖)人士的梦中情“药”。最近有两个处方药上市,分别是新型降脂药英克司兰钠注射液和新型降糖药司美格鲁肽,由于它们都能间接起到减重的效果而被网友奔走相告,很多社交平台上都能看到用这两个药减肥的案例分享。专业人士提醒,这两个药都是处方药,有严格的适应症,我国尚未批准这两个药用于减重治疗,另外,要配合控制饮食和适当运动,药物的疗效才能发挥最大化,想靠吃药躺着瘦仍是“个神话”。

达到65公斤,尤其是腹部堆积了大量脂肪,低密度脂蛋白胆固醇很高,需要降血脂。”55岁的陈女士每年体检几乎都会被医生要求减肥、降脂,她低密度脂蛋白胆固醇大于3.0mmol/L,存在心血管疾病的中、高风险。但是,由于没什么不适,她始终没有下决心去规范治疗,只是寻求一些减肥方法,比如针灸、代餐等,效果始终不满意。后来她打听到有一种新型降脂药英克司兰钠注射液通过“港澳药械通”政策在香港大学深圳医院、广州和睦家医院、中山市陈星海医院等多家医疗机构落地。广州和睦家医院药剂科主任李晋介绍,欧盟2020年批准了该药物上市,这是一个小干扰核酸(siRNA)药物。“在2022年5月份,通过‘港澳药械通’政策引进了该药物。”

“一般来说,原发性高胆固醇血症患者(含杂合子型家族性高胆固醇血症)在饮食和生活方式干预且服用最大耐受剂量他汀药物(降脂药)基础上可加上Inclisiran进行联合治疗,或者在他汀类药物不耐受的患者中,用Inclisiran单药治疗。”香港大学深圳医院助理院长、心血管综合内科科主任姚启恒教授说。今年8月23日英克司兰钠注射液获中国国家药品监督管理局批准在我国上市,作为饮食的辅助疗法,用于成人原发性高胆固醇血症(杂合子型家族性和非家族性)或混合型血脂异常患者的治疗。同样,目前也有一种新药司美格鲁肽出现在公众视野,其主要适用于接受二甲双胍和/或磺脲类药物血糖不达标的成人2型糖尿病患者的血糖控制。司美格鲁肽在抑制血糖升高的同时,还可抑制胃排空和抑制食欲,从而影响体重变化,一周注射一针,降糖的同时也可能收获减肥的功效,这也让很多网友奔走相告。

李晋指出,“虽然在临床试验中,英克司兰钠注射液展现了积极疗效,对于使用最大耐受剂量的他汀治疗后仍无法使LDL-C达标的患者,它最多可以减少52%的LDL-C水平。但在实际应用中还是有比较明显的个体差异。”也就是说,未必能达到期待的神仙效果。李晋认为,在降脂过程中,一定需要配合控制饮食和适当运动,这样才能把药物最大的疗效体现出来。同样,需要提醒的是,司美格鲁肽作为处方药,需要专科医生诊断后符合其适应症才可开具使用,此外,还需要注意药物的安全性、注意事项、联合用药、剂量、禁忌证等问题。虽然国外已获批准用于减肥,但存在人群限制,所以应持谨慎态度,不可盲目自行使用,以免对身体造成不良影响。需要特别提醒的是,目前我国尚未批准英克司兰钠注射液、司美格鲁肽用于减重治疗,因此切勿盲目“跟风”,一定要按照药品说明书适应症规定,在专业医生建议和指导下用药。

均为处方药,尚未批准用于减重

血脂血糖难降,新药问世受追捧

“身高1.62米,体重差不多

主要是提高专注力和兴奋度

编者有话

“吃药就能变学霸,家长群疯传‘聪明药’”“网红第一减肥神药开售,吃药‘躺瘦’你心动了吗”……近段时间一些处方药,甚至是受严格管制的精神类药走进了公众视野,网传其不费吹灰之力就能取得的神奇效果让闻者难免心痒。其实这背后是超适应症用药、不规范用药,其给健康,甚至生命带来的威胁鲜有人提及。《羊城晚报》推出本期策划,希望能给读者提个醒,别因走捷径,而付出健康代价。

“聪明药”是多动症治疗药 普通娃吃或因冲动更易犯错

文/羊城晚报记者 林清清 通讯员 宋易倩

网传有种“聪明药”,考试前吃了可以精神百倍,不困不累,记忆力飙升。每到考试季都会引起不少家长或学生关注。这种“聪明药”是什么?有用吗?普通人能吃吗?广州医科大学附属脑科医院副院长张继辉提醒,“聪明药”是多动症的治疗药物之一,并不能提高认知功能表现,且属于严格管控的精神类药物,普通人滥用得不偿失。

为什么大家会觉得“聪明药”有用呢?张继辉解释:“主要是由于它提高了学习的专注力,让服用者增加了自信心,同时也因为兴奋减少了睡眠时间,就像喝了咖啡一样,少睡几个小时也不觉得困。”从机理上来讲,这种“聪明药”对于考前临时抱佛脚,需要短期内集中注意力、熬通宵背书等,可能有些帮助。但对于需要知识长期积累的高考,或是需要逻辑分析的数学等,则是没有帮助的。

属于严格管控的精神药物

如果长期使用会有什么影响?张继辉强调,目前所谓的“聪明药”主要有两种,都属于严格管控的精神药物。正常人群不建议常规使用,更不要自己想方设法去买药。精神类药物如果长期使用,可能会出现耐受性。若是多动症孩子需要长期服用这类药物的话,则需要医生的指导下,适时通过“药物假期”让受体对药物保持敏感。张继辉特别提醒,精神类药物的使用量、使用方法和频率都有严格规范,要在医生处方和国家监管下按规定使用。

并不能提高认知功能

属于严格管控的精神药物

属于严格管控的精神药物

属于严格管控的精神药物

“这类‘聪明药’实际上是治疗儿童多动症或者发作性睡病的精神活性药物。”张继辉介绍,有注意缺陷综合症的儿童,往往难以集中注意力。由精神科医生开出的这类药物,主要是兴奋大脑皮层,帮助他们保持警觉性、集中注意力。对于没有多动症等注意力缺陷的正常人群,“聪明药”也能提升专注力和记忆力吗?张继辉介绍,研究显示,“聪明药”并不能提高认知功能表现,而且使用“聪明药”,可能会令一些原本在中上水平的孩子表现更差。因为“聪明药”令他反应更快、更易冲动,从而影响了细致度、谨慎度,最终导致更容易出错。

属于严格管控的精神药物

属于严格管控的精神药物

属于严格管控的精神药物

强力枇杷露+阿片类药品 有成瘾风险

文/羊城晚报记者 陈辉 通讯员 冯美期 王校宇

很多人认为中成药疗效佳、毒副作用小、药性温和。事实上,中成药品种繁多、组成复杂,不合理使用也会出现较多不良反应,甚至还可能上瘾,比如说强力枇杷露与阿片类药品同用易成瘾。广州中医药大学第三附属医院药学部孙丽副主任就安全服用中成药问题为读者支招。

新癪片与抗炎药同用或致胃出血

感冒灵颗粒 开车或高空作业慎用

发热恐惧症或导致退热药滥用

强力枇杷露 与阿片类药品同用易成瘾

新癪片与抗炎药同用或致胃出血

感冒灵颗粒 开车或高空作业慎用

发热恐惧症或导致退热药滥用

强力枇杷露 与阿片类药品同用易成瘾

新癪片与抗炎药同用或致胃出血

感冒灵颗粒 开车或高空作业慎用

发热恐惧症或导致退热药滥用

强力枇杷露 与阿片类药品同用易成瘾

新癪片与抗炎药同用或致胃出血

感冒灵颗粒 开车或高空作业慎用

发热恐惧症或导致退热药滥用

强力枇杷露 与阿片类药品同用易成瘾

新癪片与抗炎药同用或致胃出血

感冒灵颗粒 开车或高空作业慎用

发热恐惧症或导致退热药滥用

强力枇杷露 与阿片类药品同用易成瘾

新癪片与抗炎药同用或致胃出血

感冒灵颗粒 开车或高空作业慎用

发热恐惧症或导致退热药滥用

强力枇杷露 与阿片类药品同用易成瘾

新癪片与抗炎药同用或致胃出血

感冒灵颗粒 开车或高空作业慎用

发热恐惧症或导致退热药滥用

强力枇杷露 与阿片类药品同用易成瘾

新癪片与抗炎药同用或致胃出血

感冒灵颗粒 开车或高空作业慎用

发热恐惧症或导致退热药滥用

强力枇杷露 与阿片类药品同用易成瘾

新癪片与抗炎药同用或致胃出血

感冒灵颗粒 开车或高空作业慎用

发热恐惧症或导致退热药滥用

强力枇杷露 与阿片类药品同用易成瘾

新癪片与抗炎药同用或致胃出血

感冒灵颗粒 开车或高空作业慎用

发热恐惧症或导致退热药滥用

强力枇杷露 与阿片类药品同用易成瘾

新癪片与抗炎药同用或致胃出血

感冒灵颗粒 开车或高空作业慎用

发热恐惧症或导致退热药滥用

强力枇杷露 与阿片类药品同用易成瘾

新癪片与抗炎药同用或致胃出血

感冒灵颗粒 开车或高空作业慎用

发热恐惧症或导致退热药滥用



广州中医药大学副校长、广东省中医院院长 张忠德教授

理气血、补脾肾 取石术后巧养生

文/羊城晚报记者 林清清 通讯员 沈中

【医案】英姨,73岁,反复腰痛半年

英姨今年73岁,半年前突然出现腰部剧烈疼痛,就诊于某医院急诊科,诊断为肾结石,采用体外碎石治疗。英姨的腰痛有所改善,此后仍有隐痛,伴有腹胀、头晕等不适,而

且汗还特别多,特别是喝热汤后总是满头大汗,衣服湿透。其间英姨多次就诊于其他医院,但效果仍不佳。英姨听闻德叔治疗肾结石很有一手,便向德叔求助。

【德叔解谜】术后失调,气滞血淤,脾肾不足

德叔解释,肾结石是泌尿系常见病、多发病,每20个人中就有一人可能会患肾结石,中医称之为“石淋”,常是由膀胱气化淤滞,或者劳心、劳力过度,膀胱暗生内热,内热与淤滞煎熬,日久结成砂石而成。小的肾结石,可以采用清热利湿、排石通淋之法;结石过大或有并发症时,常手术治

疗。英姨便是因结石过大,而选取了手术治疗方案,但术后没有及时调养,导致气滞血淤,肾气亏虚,气滞血淤,而出现一系列不适,日久波及后天脾胃。

治疗上,德叔以理气活血、健脾补脾为主。坚持服药半月后,英姨的腰痛、腹胀、头晕等症状基本消失。

【预防保健】慎饮食,巧养生,除病根

肾结石与饮食、生活习惯密切相关,平时应注意多喝水、多排尿,避免憋尿;减少菠菜、浓茶、酒精、咖啡、豆类、动物内脏、海产品、辛辣刺激食物等的摄入;保障规律作息,适量运动,避免久坐。可以辩证选择鸡内金、金钱草、海金沙、乌药、青皮等通淋排石

之品,帮助结石排出。若是急性发作疼痛难以缓解应及时就医。体外碎石治疗后应静养为宜。可以适当进食理气活血、补益脾胃的食材,如鸡血藤、川芎、黄芪、党参、西洋参、巴戟天、杜仲、续断等,帮助碎石排出,并补养耗损的阳气。

【德叔养生药膳房】巴戟血藤牛骨汤

材料:牛脊骨450克,巴戟天15克,鸡血藤20克,西洋参10克,生姜三四片,精盐适量。
功效:活血补气,健脾补肾。
烹制方法:诸物洗净,牛脊骨剁块,放入沸水中焯水备用;上述食材一起放入锅中,加入清水1500毫升(约6碗水量),武火煮沸后改为文火煲1.5小时,加入适量精盐调味即可。



有问题问德叔团队?扫码入群可提问。

风湿国月说

文/黄闰月

系统性红斑狼疮患者看过来 这些孕前和产前检查不可少

系统性红斑狼疮(SLE)是一种常见于育龄期女性的慢性自身免疫性疾病。虽然SLE患者生育能力与非SLE同龄女性相比无显著差异,但由于妊娠期激素水平改变对SLE病情会产生不利影响,导致SLE患者妊娠期出现病情复发或加重,同时,SLE患者合并的重要脏器损害、自身抗体、药物等多种因素可能影响自身及胎儿健康,对于正在备孕或已怀孕的SLE患者来说,孕前和产前检查异常重要。



黄闰月 广东省中医院中西医结合临床医学教授、主任医师、博士生导师

【孕前检查】评估疾病活动性和妊娠风险

患者计划怀孕前,医生要对其疾病的活动性进行全面评估,并了解并发症的情况。同时,还要评估患者的脏器损伤情况、既往妊娠史以及血栓事件史。如果患者的疾病处于活动期,建议要先控制病情再怀孕。

【产后注意】没有禁忌证者建议母乳喂养

对于没有母乳喂养禁忌证的SLE患者,建议母乳喂养。产后6周左右,患者应进行全面的产后复查,包括血常规、尿常规、肝肾功能、免疫学检查等。

【产前检查】密切监测确保母婴安全

SLE患者怀孕后要定期进行产前检查。医生会密切监测患者的身体状况,包括血压、心率、体重、关节疼痛等指标。同时,还会关注胎儿的生长发育情况。

【退热药忌混合服用、过量服用】

专家表示,发热其实是呼吸道感染最常见的症状之一,也是人体在调动免疫系统来对抗疾病的过程中表现出来的一种症状。若孩子刚发热就用过多的退热药,不仅对机体不利,而且还可能掩盖病情,延误治疗。

【家长恐惧、焦虑或退热药滥用主因】

“孩子一发烧我就心慌,特别害怕孩子‘烧坏脑子’,得赶紧把孩子‘烧坏’了”,和黄女士有同样想法的家长不在少数,而这种现象在医学上被称为“发热恐惧症”,研究发现孩子的体温和家长的焦虑呈正相关。这种恐惧、焦虑往往是导致孩子被滥用退热药的主要原因,甚至部分家长会因为过度担心孩子发热而盲目治疗,若采用各种偏方、土方等。

【退热药忌混合服用、过量服用】

专家表示,使用退热药的目的是缓解孩子发热带来的不适,不能以退热为目标而给予孩子多种退热药混合服用,或者过量使用退热药。

【退热药忌混合服用、过量服用】

专家表示,使用退热药的目的是缓解孩子发热带来的不适,不能以退热为目标而给予孩子多种退热药混合服用,或者过量使用退热药。

【退热药忌混合服用、过量服用】

专家表示,使用退热药的目的是缓解孩子发热带来的不适,不能以退热为目标而给予孩子多种退热药混合服用,或者过量使用退热药。



图/视觉中国