



爱心共享药架 守望相助共克时艰

本报讯（记者钟婷 姜一平 通讯员王华琦文/图）12月23日，我市首个爱心药架在城东街道阳光社区设立，为有需要的群众免费提供防疫物资。

当天，在城东街道阳光社区大门口出现了一个小小的爱心药架，上面整齐摆放着口罩、酒精湿巾、泡腾消毒片、盐酸溴己新片等防疫药物，市民江女士开心地领取了两件药物。

我选择盐酸溴己新片、酒精湿巾，主要是因为家里有人咳嗽，刚好拿回去可以用，湿巾就是擦擦消毒也很方便。免费提供药物，我觉得这样的形式挺好的。江女士表示。

记者在现场看到，闻讯前来看取药物的居民，在看到爱心药架上粘贴的无接触赠药、对症自助适量取药的温馨提示后，都非常自觉地按需领取。

今天，街道在我们社区设置了爱心药架，当前疫情形势下，非常贴合我们居民防疫的需求，解决了部分居民用药需求。城东街道阳光社区党委书记梅海林介绍。

爱心药架上的防疫药物由爱心企业和街道提供，药物被领完后，社区会按需进行补充。下阶段，爱心药架将在我市各个社区上线，为更多的市民提供所需的药品。



万邦德捐赠 价值1900多万元的抗疫物资

本报讯（记者钟婷 姜一平 通讯员王华琦）12月23日，万邦德医药控股集团向市慈善总会捐赠了价值1900多万元的抗疫药物和口罩。

当天下午，万邦德医药控股集团向市火速志愿队交接了第一批捐赠的物资。

今天首批捐赠1万瓶盐酸溴己新片，还有1万只KN95口罩和3万只普通口罩。接下来，公司一定会克服人员短缺、原材料供应不足的情况，继续加班加点生产，尽早供应本市所需的防疫物资。万邦德医药控股集团副总经理刘同科介绍。

因为原材料紧缺，万邦德公司目前防疫药物只有止咳化痰药品盐酸溴己新片在生产。为缓解群众用药和防疫困难，万邦德公司将分批捐赠30万瓶盐酸溴己新片、30万只KN95口罩和100万只普通口罩。

掌上温岭App“共享药品”板块有市民急需的口罩、止咳药、退烧药等物资，如确有需求，可通过平台发起求助，我们火速志愿队会进行发放。市火速志愿队队长王祥云表示，之后捐赠的防疫药物，市慈善总会将通过镇（街道）慈善分会进行分发，有需要的市民届时可以去领取。

战疫互助平台 精选三十问

1.高烧，吃药退烧后8小时又慢慢烧到39℃，浑身疼痛，吃了阿咖酚散没效果，可以尝试泰诺林。

2.问：夫妻俩都阳了，可以隔离在同一个房间吗？如果可以，有什么要注意的？

答：有条件可以单独住。没条件则各自做好防护，减少交叉感染。

3.问：我前两天没有发热就洗了澡，当晚就难受，现在浑身酸软、晕乎乎的，请问需要输液吗？

答：新冠康复需要一段时间，身体没有完全痊愈的情况下洗澡，有再次受寒的可能。输液必要性不大，可多休息、多喝水。可喝些葱姜汤水，多吃白萝卜，慢慢康复。如果不适症状加重，还是需要就医。

4.问：女性，50岁。之前吃泰诺的同时在吃祖卡木颗粒，连续4天发烧至38.5℃，且反反复复，喉咙如刀割，咳嗽有黄痰。请问是否属于细菌感染，有什么药品可以推荐使用？泰诺和祖卡木颗粒能否一同使用？

答：新冠疾病反复缠绵，症状复杂，考虑为寒湿毒疫，建议找中医师辨证治疗，切忌自己随意服用中成药。

5.打完九价第一针后发烧，可以吃布洛芬。

6.问：我目前口服的药有泰诺、宣肺止嗽合剂。昨晚开始痰中有血丝，黄痰。请问是多喝水还是吃点什么药？

答：咳嗽黄痰，是呼吸道的黏膜出现了炎性分泌物。可以选择抵抗细菌的抗生素来治疗，比如阿莫西林克拉维酸钾、左氧氟沙星等药物。或者选择鲜竹沥口服液清热化痰，或枇杷叶煮水喝。

7.热度下降后需要继续观察，可能会有反复。不要着急洗

澡，避免再次受凉。

8.问：老年人60岁，有高血压，青霉素过敏。烧了24小时（最高达到40℃），中间给过三次泰诺酚麻美敏，发现可能有尿路感染，因为患者总想上厕所尿尿（水并没有喝太多），但是尿不出还有点痛加下腹坠。是不是可以给她吃头孢？

答：可以加服来立信，一次1片，一日2次。服3天看看，如果没有改善，及时就医。

9.（缓解相应症状）问：我可以吃什么药来缓解咳嗽、喉咙痛、鼻塞？身边有清开灵、连花清瘟、鲜竹沥。

答：复方鲜竹沥适应咳嗽黄痰。清开灵、连花清瘟、鲜竹沥都是苦寒的药物，服用时间最好不要超过3天，会引起肠胃不适。咽痛厉害的若有扁桃体肿大，可能合并扁桃体炎，可用莫西沙星片0.4g一天一次，杀细菌治疗。目前体温正常，有咳嗽、咽痛，鼻塞，就医购药困难的情况下，可尝试：生白萝卜丝加入两勺蜂蜜搅拌均匀，加盖放置30分钟，待萝卜的水分慢慢出来，用勺压一下出来萝卜水，加入点热水趁温喝就可以了。或者用萝卜和适量蜂蜜打汁去渣，一次100毫升，加50毫升热水，一天饮用4次，连续5天，每天一个萝卜。祝早日痊愈。

10.70岁老人，有类风湿关节炎，一直吃纷乐硫酸羟氯喹片、雷公藤多苷片及福美加，发烧后可以吃散利通或对乙酰氨基酚片。

11.45岁患者，患糖尿病已四年，且有脂肪肝，去年谷氨酶增高后服药有降低，高烧可吃散利痛退烧。

12.问：患者63岁，没有基础病，刚抗原测出来阳了，一直干咳，目前没有发烧。家里只有999感冒灵、橘红胶囊，请问有用吗？

答：没有发烧，不要使用退



热药。橘红胶囊化痰止咳，不适合干咳；可选择福尔可定片、右美沙芬。找不到药的可试试：大白萝卜取汁100ml，加入蜂蜜，温一下喝，不要煮熟，要生的。

13.（血透病人）家里有血透病人，低烧，抗原阳性，需要与医院尿毒症腹膜透析专科门诊联系。

14.（女性经期）问：发烧第一天，月经来了，可以吃益母草颗粒吗？中午吃了布洛芬没有出汗，体温降到了37.8℃，晚上可以喝小柴胡颗粒吗？

答：布洛芬和益母草不冲突，注意服用时间要错开。高热退下后，后面几天还有热度，可以使用小柴胡冲剂。

15.（过敏体质）问：高烧至38.8℃，吃了布洛芬缓释胶囊1颗，大概2小时后有过敏现象，

不是比一开始发烧的更危险？这样不发烧，光咳嗽的要注意什么？

答：咳嗽咳痰，可服用溴己新、氨溴索、愈创甘油醚、乙酰半胱氨酸等，干咳无痰可服福尔可定、右美沙芬等。如症状持续加重，甚至出现呼吸困难，及时就医。

19.（甲亢患者）问：低烧，吃了感冒颗粒，隔天吃了布洛芬，家里有连花清瘟、复方对乙酰氨基酚片、复方氨酚烷胺片、头孢克洛分散片，应如何吃药？

答：甲亢病人，退热选择对乙酰氨基酚或布洛芬，不要吃含有伪麻黄碱的药。

20.咳嗽带有血丝，无胸闷、胸痛、气促、呼吸困难等症状，不建议去医院，可以吃一点止咳药对症处理，注意休息。

21.（儿童药物过敏）问：11岁孩子发高烧3天，吃了美林后退烧，体温偶尔还会反反复复至38℃左右，第四天咳嗽比较厉害，傍晚喝了一小瓶依托红霉素混悬液，晚上睡觉前发现手臂上有一块块红色的包，第二天眼皮上也有，孩子说有点痛、有点痒，请问是过敏反应还是新冠症状？要怎么处理？

答：确保过敏症状好转后，可以使用对乙酰氨基酚，因为其中含有抗过敏的氯苯那敏，可以用。但过敏体质的人也可能发生过敏，使用过程中要注意身体变化，有皮疹、喉咙肿痛等，请及时到医院就诊。

16.有高血压（稳定）、糖尿病（稳定）等基础病的老人，发烧至38.7℃，在服用盐酸二甲双胍片、硝苯地平片的情况下，也可以选择布洛芬退烧。

17.2周岁宝宝发烧，不建议重复和交替使用退烧药。

18.（不发烧只咳嗽）问：感染新冠后，一开始就不发烧或者持续低烧，但是咳嗽很厉害，是

烧到39.7℃，饭后已快20分钟了，能吃对乙酰氨基酚吗？

答：泰诺是复方制剂，已含有对乙酰氨基酚的成分，避免重复使用。发热是疾病的一个过程，可能会持续3天左右后下降，泰诺可以根据说明书继续规范使用勿过量，如持续高热不退身体不适，也可以物理降温。

25.（服用药物须知）抗病毒口服液和泰诺不建议同时服用。

26.口腔温度和腋下温度相差不是很大，约在0.3℃，要结合患者具体的症状吃退热药。

27.（降温方式）布洛芬缓释可每12小时吃一次，若退热不佳，需要协同物理降温。或尝试少商穴放血疗法等中医药手段。

28.（过敏体质）问：用了两次洛索洛芬钠，发现皮肤过敏，不能再用这个药了。是否可以服用泰诺？

答：先确保过敏症状好转，再使用泰诺。泰诺是对乙酰氨基酚，还有抗过敏的氯苯那敏，可以用。但过敏体质的人，也可能发生过敏反应，使用过程中要注意身体变化，出现皮疹、喉咙肿痛，及时到医院就诊。

29.（药物服用）布洛芬0.2~0.4克/次，每4~6小时一次，最大限量为2.4克/日，最好不要超出三天。

30.（传染性）一般情况下，新冠症状消失后，2次以上核酸检测阴性或3次抗原检测阴性，不会具有传染性。

记者 辛雨吟 整理



科普之窗

前沿科技 / 科学常识 / 科技人物 / 科学大事件

主办单位：市科协

智齿，拔还是不拔？跟脸大脸小没关系

社会进化和骨骼退化的过程中，牙齿的退化不如牙槽骨明显，所以常造成最后萌出的第三磨牙位置和形态出现异常，也就是我们常听医生提到的阻生现象。阻生智齿就是只能部分萌出或完全不能萌出，甚至以后也不能萌出的智齿。

02 阻生智齿危害多 应该尽早拔除

阻生智齿往往会影响口腔健康。最常见的危害就是智齿冠周炎了，即智齿牙冠周围的软组织发生的炎症。智齿很多时候因各种原因不能完全长出来，在牙龈瓣与牙冠之间形成较深的盲袋，食物残渣及细菌极易进入袋内；加之冠部牙龈瓣常因咀嚼食物而受到损伤，形成溃疡，当全身抵抗力下降（如感冒、发烧、熬夜等）时，就会引起炎症的急性发作。如炎症不加以控制或处理不当，还可能会造成面部肿胀，甚至压迫喉咙，严重时可造成窒息，危及生命！待炎症控制后如不能及时拔除智齿，肿痛会再次找上门来！

另一个危害是邻牙遭殃，甚至殃及颌骨。由于智齿位置靠后不易清洁，智齿与前面邻牙之间容易蓄积食物残渣，滋生细菌，久而久之会腐蚀邻牙，造成智齿不仅自己烂掉还把前面邻牙一起带坏的严重后果，最终可能一失两牙，后悔莫及！还有一些更隐蔽的智齿，它们躲藏在颌

骨深处，暗地里膨胀、挤压周围的骨质，直至形成囊肿，可怕的是开始没有任何症状，而有症状时可能已经造成无法挽回的后果！

鉴于以上原因，智齿出现问题后越早拔越好，如果可以在智齿萌出后应该尽早对其进行检查以确定是否需要拔除。因为这个时候智齿多数尚未发育完全，拔除创伤小，并发症少，易于愈合。但拔智齿与瘦脸没有直接因果关系，所以不要为了瘦脸而拔除智齿，那是达不到目的的！

03 拔智齿前后的注意事项

智齿拔除前后的注意事项非常重要，不能忽视。首先，拔除前要做好充分的准备，包括心理准备、知识准备及生理准备。其中，心理准备就是自我消除紧张焦虑恐惧心理，现阶段阻生智齿拔除手术多采用高速涡轮机微创拔牙法，时间短，创伤小；知识准备是了解各种拔牙禁忌证（心脏病、高血压、糖尿病及妊娠期和月经期等）及拔牙前后的注意事项；生理准备包括智齿周围炎症的控制和身体处于健康状态等。准备做得越充分，拔智齿过程中的痛苦越少，拔智齿之后的恢复也会更顺利。

智齿拔除后，提醒大家注意以下几点：

1. 纱卷咬30~40分钟后取出，24小时内不要

漱口。

2. 不要吮吸拔牙窝，1~2日内唾液中带有粉红色丝属于正常现象。

3. 2小时后可以进食进水，避免用患侧咀嚼，不宜吃过硬过热食物，不宜吃碎屑过多的食物，避免食物残渣残留增加感染机会，建议吃温凉稀软的食物。

4. 拔牙后可能会有轻度炎性水肿，术后24小时内可冷敷术区，减小或避免肿胀；若出现肿胀，24~48小时为肿胀的高峰期，第三天后会逐渐消退。术后24~48小时之后可热敷促进肿胀消退。术后可能会有低烧，无需吃药，仅需好好休息，消肿后自然消退。

5. 如出现出血过多，唾液中有血块，疼痛肿胀严重、张口困难、发高烧等不适症状，应到医院就诊。

6. 医生会根据患者全身情况以及拔牙术中情况来决定是否需术后口服药物或静脉输液，一般拔牙术后不需要用药。如缝线，可在术后5~7天复查拆线。

7. 拔牙后一周内尽量多休息，少说话，避免剧烈运动，也不建议乘坐飞机出行，以免血压升高，增加伤口出血、感染风险，还有就是尽可能不要抽烟、喝酒。

来源：科学辟谣