

# 吃药怎么喝水?很多人都做错了!

吃药多喝水是对的吗?药师告诉您:那可不一定!吃药喝水也是要分情况的。

## 服用后不宜喝水的药物

**止咳类药物:**如止咳糖浆,一般服完5~10分钟不宜喝水。此类药物较黏稠,会黏附在咽喉部,直接作用于患处消炎止咳,若喝水多,会使局部药物浓度降低。

**经口腔黏膜吸收的急救药品或需迅速起效的口崩片:**如硝酸甘油、硝苯地平、硫酸沙丁胺醇等,饮水会将口腔中的药物冲入胃里,影响疗效。

**咀嚼片、口腔中咀嚼或吮服使药片溶化后吞服的片剂:**药片经嚼碎后表面积增大,可促进药物在体内溶解和吸收。

**苦味的健胃剂:**比如龙胆汀,通过刺激舌头上的味觉,反射性促进胃液的分泌,来增加食欲。大量饮水会冲淡苦味,降低健胃的效果。

## 服用后需少量喝水的药物

**抗酸、保护胃黏膜药:**如硫酸铝、氢氧化铝凝胶,如饮水过多,可使药物被过多稀释,覆盖在受损胃黏膜的药物颗粒减少,保护膜变薄,治疗作用减弱。

**消化道黏膜保护剂:**如蒙脱石散,具有较强吸附力,可均匀覆盖在整个肠腔表面,以吸附致病微生物。

## 服用后需大量喝水的药物

**对消化道有刺激的药物:**如阿司匹林、强的松等,多饮水可稀释其在消化道的浓度,保护消化道。

**引起泌尿系统损伤的药:**如喹诺酮、磺胺类、抗病毒药,代谢产物容易在尿中析出不溶性结晶,可引起泌尿系统损伤,出现结晶尿、血尿、尿痛等。

**盐类泻下药:**如硫酸镁,下泻后需及时补充,防止水盐代谢紊乱。

**祛痰药:**祛痰药能破坏痰液中的黏性成分,将黏稠的痰液溶解成流动的痰液,以便咳出。服药的同时多喝水有助于稀释痰液,给祛痰药帮忙。

**退烧药:**发烧时,身体本身会加速体内水分蒸发,而扑热息痛、布洛芬等退烧药,主要通过扩张外周血管、加速排汗来降低体温。吃退烧药期间多喝水补充液体,能预防脱水的发生。

**利尿酸药:**痛风患者吃别嘌吟

醇、丙磺舒等药物时,也应该多喝水,增加尿量多排尿,并预防尿路结石。

**可能引起口干的药物:**如阿托品、山莨菪碱等,服用这类药物后需要多喝水缓解口干。

**胶囊:**胶囊容易黏附在胃壁上,溶化的药物不能均匀散开,导致局部浓度过高刺激胃黏膜。且不能迅速形成一定浓度,无法起到治疗作用。

## 不宜用热水服用的药物

**维生素类:**如维生素C、维生素B1、维生素B2等,遇热后容易被氧化还原分解而失去药效。

**助消化类:**如胃蛋白酶合剂、胰蛋白酶、多酶片等。

**含活性菌类药:**如复方乳酸菌营养剂、双歧杆菌三联活菌胶囊等,遇热后活性菌被破坏。

**活疫苗类:**如小儿麻痹症糖丸,含有脊髓灰质减毒活疫苗等,热水会使疫苗灭活,不能起到免疫机体、预防传染病的作用。

## 其他药根据剂型决定

多数情况下,服药时用温水或凉白开即可,不宜用太热(不超过50℃)的水;少喝水是指用50毫升左右的水送服药物,且半小时内不

宜再饮水;多喝水是指在服药期间,一天需要喝2000~2500毫升水。

除了喝水量有特殊要求的药物,日常生活中我们可以根据药物的剂型来决定喝多少水。

**冲剂150毫升:**服冲剂时,每次用150毫升水冲服,例如感冒清热颗粒。但需要注意的是,蒙脱石散只需50毫升水冲服。

**药片150~200毫升:**大部分片剂用150~200毫升水送服即可。如果饮水量太少,药物仅靠少量胃液很难完全崩解,还可能由于局部药物浓度太高,刺激胃黏膜,导致炎症或溃疡。

**胶囊至少300毫升:**胶囊遇水会变软、变黏,易附着在食道壁上,造成损伤。为保证药物被送达胃部而避免食道损伤,服胶囊时,饮水量不应少于300毫升。避免胶囊卡喉,不妨吃药前先喝少量温水润润食道,服胶囊后再连续喝一杯水。

药师提醒:患有严重心脏病、肾病的人,不适合上面这些“喝水”的标准,因为喝水太多会加重心、肾负担。具体该如何喝水、喝多少水,请咨询医生,不要自行决定。

(据《北京青年报》)

## 分类广告

省级媒体 权威发布 微信办理 送报上门 (周一至周五出刊)  
郑重声明:本版各类信息,如遇要求交付押金或预付款时,务必小心,谨防受骗!否则后果自负。

### 拍卖公告

接受委托,我公司将于2023年7月26日上午10点30分在竞拍平台(https://paimai.caa123.org.cn/)对鄂尔多斯市准格尔旗两套商业房产依法公开拍卖,起拍价格:标的一-897750元;标的二-812250元;标的三-1000000元。有意竞买者,请至我公司或内蒙古拍卖网(www.nmgpa.com.cn)查看详情及办理报名手续。

一、展示、报名时间及报名方式:自公告发布之日起至拍卖会开始前一天(2023年7月25日下午16时止,预约看房及办理报名手续)。

二、竞买保证金:有意竞买者需缴纳竞买保证金,将标的金额的20%汇入我公司账户,方可办理报名手续领取竞买账号,竞买不成功者保证金不计息退还(3个工作日之内)。

保证金汇入账户信息:户名:内蒙古拍卖网有限公司,开户行:中国建设银行股份有限公司呼和浩特分行,账号:1505011095670000081

三、展示地点:标的所在地。

四、咨询电话:13789486089 15354807269

内蒙古拍卖网有限公司 2023年7月19日

### 内蒙古青川铁合金有限公司转型升级改造高钛渣项目环境影响评价报告书征求意见稿公示

我单位委托内蒙古青川环保科技有限公司编制完成《内蒙古青川铁合金有限公司转型升级改造高钛渣项目环境影响评价报告书(征求意见稿)》,现根据《环境影响评价公众参与办法》(生态环境部令第四号),对环评信息及征求意见稿全文公示如下:

一、建设项目概况:项目名称:内蒙古青川铁合金有限公司转型升级改造高钛渣项目;建设地点:武川县绿色工业集聚区;建设内容:利用厂区现有生产厂房及配套设施①将现有1×12500KVA硅铁矿热炉改造为1×13500KVA高钛渣熔炼炉;②将现有皮带上传料系统改造为密封提升上料系统;③将现有成品精整车间原有人工破碎设备改为机械破碎,新增鄂式破碎机、锤式破碎机、振动筛分等铸道整设备;④对矿热炉原有除尘系统进行密封改造;建设规模:年产高钛渣3万吨,副产渣渣1.5万吨;项目总投资:480万元

二、环境影响评价征求意见稿全文网络链接及查阅纸质报告书的途径:网络链接:https://pan.baidu.com/s/1p0e5X4KN393f4tCK6eMrQ?pwd=1234;查阅纸质报告:武川县绿色工业集聚区内蒙古青川铁合金有限公司,欢迎您的咨询。

三、征求意见的公众范围:真诚征求对本项目建设可能对环境造成影响或关注的本项目的公民、法人和其他组织对本项目环境影响评价和环境保护措施提出宝贵意见和建议。

四、公众意见的网络链接:https://pan.baidu.com/s/15Z0h0X18GpEtTowxK080Q?pwd=1234

五、公众意见的反馈途径:公众可通过网络连接下载公众意见表,填写后交建设单位或环评单位,也可发送至建设单位或环评单位相关责任人邮箱。1.建设单位名称:内蒙古青川铁合金有限公司,联系人:张青川,电子邮箱:277560112@qq.com,联系电话:18047425723;2.环评单位名称:内蒙古青川环保科技有限公司,地址:内蒙古自治区呼和浩特市回民区成吉思汗西街恒大雅苑1-12011,联系人:乔剑锋,电子邮箱:116735538@qq.com,联系电话:18047196688;请公众在发表意见并填写公众意见表时提供有效的联系方式,以便我们及时向您反馈相关信息,真诚感谢您的参与!

六、公众提出意见的起止时间:2023年7月17日起至7月27日

内蒙古青川铁合金有限公司 2023年7月17日

### 结婚祝福 结婚启事

校园爱情长跑,终于修成正果!  
文峰先生与领弟女士于癸卯年农历六月初三(公历2023年7月20日)正式结为夫妇,一堂缔约,良缘永结!特此登报,敬告亲友,亦作留念。  
2023年7月20日

### 结婚启事

张鹏先生与刘璐女士于公历2023年7月20日,恋爱6周年之际正式结为夫妇,特此公告,敬告亲友,亦作留念。  
2023年7月20日

### 通知

内蒙古中复康养老服务服务有限公司将在本公告发布之日起15日后召开股东会,要求全体股东参加,会议时间为2023年8月5日上午8:00,联系人:刘建华,电话15147091777,会议地点:呼和浩特市赛罕区成吉思汗大街山水小区西门底侧店,内蒙古中复康养老服务服务有限公司2023年7月20日

### 遗失声明

国家税务总局呼和浩特市玉泉区税务局 2023年07月18日

### 遗失声明

项雄遗失蒙KA9305道路运输证,证号150627034894,声明作废

### 呼和浩特市蒙豫塑料制品有限公司废弃资源利用项目环境影响评价报告书征求意见稿公示

一、建设项目基本情况:本项目于呼和浩特市和林格尔县盛乐镇姑子板建材工业组团,建设建设高钛渣生产项目,占地面积1350m<sup>2</sup>,年加工废旧塑料600t。

二、建设单位基本信息:呼和浩特市蒙豫塑料制品有限公司,地址:呼和浩特市和林格尔县盛乐镇姑子板建材工业组团,联系人:李总15804718773。

三、环评单位基本信息:内蒙古创实环保科技有限公司,地址:内蒙古自治区和林格尔县云谷大道东赛科星3楼B区8号,联系人:张工13015002038。

四、公众意见及环境影响评价报告书(征求意见稿)获取途径:网络途径:环境影响评价公示平台(jse-eia.cn)。

五、征求公众意见的主要事项:征求意见的公众范围主要是项目附近的居民,主要事项包括您对该项目环保方面有何种建议和诉求等。您可以采用下列任何一种方式将您的意见反馈给我们:1.拨打电话。2.以信函、传真、电子邮件的方式。3.填写公众意见表。

呼和浩特市蒙豫塑料制品有限公司 2023年7月17日

### 遗失公告·减资注销·招标环评·出售转让

乘车路线:地铁1号线到人民会堂站下车(东北角)或3、4、19、59、56公交

●土默特左旗官收镇人民政府集体经济组织会计核算中心 遗失银行开户许可证副本,核准号:Z1910000756802, 账号:915003010001301639, 开户银行:中国邮政储蓄银行股份有限公司土默特左旗支行,特此声明。不慎将达拉特旗宏利煤炭运输有限责任公司的道路运输证正本、副本丢失,证号150621033073, 车辆号牌:蒙K2123挂, 声明作废。●鄂尔多斯市四叶草爱心公益发展中心的民办非企业单位登记证的副本丢失,代码52150600MJ24787014, 法定代表人:丁金凤, 声明作废。●呼和浩特市玉泉区明珠鼎盛幼儿园遗失存款人查询密码, 核准号:J1910016762021, 账号:50160188000046270, 开户行:中国光大银行股份有限公司呼和浩特市兴安南路支行, 声明作废。●达拉特旗馨华生活超市的行政章丢失, 印章编号15062110025486, 声明作废。●内蒙古永盛人力资源有限公司的财务专用章丢失, 编号1503020062174, 声明作废。●内蒙古乾阔房地产营销策划有限公司不慎将刘成的原法人章丢失, 声明作废。●赛罕区贝净家电维修服务中心(统一信用代码92150105MA0QLF4R28) 丢失公章一枚, 声明作废。●鄂尔多斯市鑫彤商贸有限公司(统一社会信用代码91150602MA0N13E51U)的财务章丢失, 声明作废。

●本人刘亚平, 身份证号152626198311160149, 由于疏忽不慎将呼和浩特市恒大城P1-0375号车位认购协议遗失, 认购协议编号0000185, 金额14.85万元, 由此造成的一切后果与内蒙古鲁桥置业有限公司无关, 特此声明。●杭锦旗伊和乌素鑫安不锈钢加工厂(统一信用代码92150625MA0PK4704L)的公章遗失, 声明作废。●内蒙古利景物流有限公司(代码91150104MACENJT7W5U) 遗失公章一枚, 声明作废。●本人赵舒, 身份证号152628198706290231, 由于疏忽不慎将呼和浩特市恒大城22号楼2单元1204号房发票丢失, (发票编号01318244, 发票金额47415元; 发票编号01318245, 发票金额990000元), 由此造成的一切后果与内蒙古鲁桥置业有限公司无关, 特此声明。●包头市陆捷物流有限公司旗下车辆蒙BA85120(黄)道路运输证丢失, 证号150207763313, 声明作废。●包头市陆捷物流有限公司旗下车辆蒙BAQ06挂(黄)道路运输证丢失, 证号150207763314, 声明作废。●李金锁遗失保安员证, 证号15012020001520, 声明作废。●太仆寺旗太盛农业科技有限公司(统一社会信用代码91152527MA0QK18WXE)的公章遗失, 声明作废。●九原区沙河堡镇馨馨烤肉馆遗失营业执照正本, 统一社会信用代码92150207MA0R4A5J8X, 声明作废。

●王晨霞(父:王鹏, 母:林晓霞) 遗失出生医学证明, 出生证编号Q150151443, 声明作废。●王晨羽(父:王鹏, 母:林晓霞) 遗失出生医学证明, 出生证编号R150093993, 声明作废。●请公司于2023年4月20日遗失身份证, 证号150102199807011627, 本人已申领新证, 旧证已失效, 特此声明。●张玉, 身份证号150105198904050622, 将购买呼和浩特市明大房地产开发有限公司开发的赛罕区帅富家园商铺44号、45号的购房合同及收据原件丢失, 现声明作废。●鄂尔多斯市“148”指挥中心法律服务所(统一社会信用代码911501030014880, 声明作废) 崔佳, 性别:女, 遗失出生医学证明, 编号H150011039, 声明作废。●神州闪贷(福建)汽车服务有限公司赤峰分公司不慎遗失开户许可证, 开户银行:兴业银行股份有限公司赤峰分行营业部, 核准号J3910026439703, 账号:595010100100140849; 遗失营业执照正本, 统一社会信用代码91150402MA0NGGJT7J; 遗失财务专用章, 法人章(郭丽娟)各一枚, 声明作废。●谢林, 杨景芝不慎丢失内蒙古港湾湾湾地产开发有限公司出具的绿城润园项目16栋2单元601购房收据两份, 收据号码LCRY1416, 开票日期2019年12月28日, 定金票据金额20万元整, 收据号码LCRY1477, 日期2019年12月31日, 首期房款385032.00元, 声明作废。

●准格尔旗鼎泰保温建材有限公司(普通合伙)遗失银行开户许可证, 核准号J2053001409201, 开户行:中国建设银行股份有限公司准格尔旗支行, 账号15050188664300000598, 声明作废。●内蒙古恺宸物业服务(统一社会信用代码91150104078376454F) 遗失公章、财务专用章及石文君法人章各一枚, 声明作废。●内蒙古顺陆道路运输有限公司遗失蒙A79739(黄色)道路运输证, 证号150106006502, 声明作废。●内蒙古武协体育产业发展有限公司遗失财务专用章一枚, 编号1501030014880, 声明作废。●崔佳, 性别:女, 遗失出生医学证明, 编号H150011039, 声明作废。●神州闪贷(福建)汽车服务有限公司赤峰分公司不慎遗失开户许可证, 开户银行:兴业银行股份有限公司赤峰分行营业部, 核准号J3910026439703, 账号:595010100100140849; 遗失营业执照正本, 统一社会信用代码91150402MA0NGGJT7J; 遗失财务专用章, 法人章(郭丽娟)各一枚, 声明作废。●谢林, 杨景芝不慎丢失内蒙古港湾湾湾地产开发有限公司出具的绿城润园项目16栋2单元601购房收据两份, 收据号码LCRY1416, 开票日期2019年12月28日, 定金票据金额20万元整, 收据号码LCRY1477, 日期2019年12月31日, 首期房款385032.00元, 声明作废。