

来源：广州日报

时近岁末

不少人酒局聚会约不停

然而，

医院急诊室也跟着“热闹”起来。

“头孢配酒，说走就走”

警示语再次高亮！

“医生！医生！快，快，快.....”几天前，伴随着急促的脚步声，宁波市中医院抢救室门口搀扶进来一位60多岁的男性患者。只见他面色苍白，手捂着胸口，一直气喘、干呕，身上散发着浓浓的酒味。

一检查，这位老伯血压60/40mmHg（正常值为90-140/60-90mmHg），心率130次/分（正常值为60-100次/分）。陪同家属焦急地问医生：“老头子平时身体都很健康的，怎么好好地吃着饭就这样了？”

接诊医生详细询问了患者病史，原来，老伯前一天感冒发热，在医院静脉输液，打了头孢类药物。当天中午聚会高兴，喝了点酒，就变成了这样.....

医生判定：这是典型的“双硫仑样反应”，于是立即为老人给予对症补液治疗，很快，患者症状减轻，回家观察了。

宁波市中医院急诊科隆康健医生说：“幸亏这位大伯送来得比较及时，所以没有造成严重的后果。每年都有人因为吃药后喝酒被送进急诊，有些甚至还危及生命。近半个月来，这已经是我们遇到的第三位‘双硫仑样反应’的患者了。”

什么是“双硫仑样反应”？

使用药物后饮用含有酒精的饮品，会导致人体内的乙醛蓄积而引起中毒反应。可表现为面目潮红，眼结膜充血、搏动性头痛、恶心呕吐、呼吸困难、胸痛、心肌梗塞、低血压休克、急性心衰、肝损伤，甚至死亡。

据相关文献报道，头孢类抗生素致双硫仑样反应与饮酒可达99%密切相关，原因与

药物的化学结构有关。

那么，到底吃了头孢之后

多久才能喝酒呢？

医学界对此是有明确答案的：

如果是先吃了头孢，建议用药6至7天之后才喝酒，保证体内药物全部代谢了。另外一种情况就是先喝过酒了，那么3天后吃头孢比较合适，因为对于大部分人来说，酒精在3天后几乎都代谢完了。

除了头孢，降糖药、降压药、感冒药、安眠药、肠胃炎药、抗过敏药、抗心绞痛药等都会和酒精发生一些化学反应。

春节如何健康吃大餐？

服药后这几种食物要“忌口”

提到春节，许多“吃货”首先想到的是餐桌上的美味佳肴，就算“每逢春节胖三斤”，也让人难以抵抗美食的诱惑。不过，在满桌子的美味佳肴面前，可不是每个人都可以放任自己胡吃海喝。

中山大学孙逸仙纪念医院药学部陈楚雄副主任药师提醒，对于本身有基础疾病或正在服药期间的人来说，对某些食物需要忌食，以免影响药效或加重病情。

甜酸咸辣美味多

这几类人要“忌口”

陈楚雄副主任药师表示，对于一部分本身有基础疾病或长期需要服药的人则需特别注意，不同口味的食物本身具有各自的特性，对某些疾病的发生、发展和药物的治疗作用，可能产生一定影响。尤其是以下几类人，有一些食物最好别碰。

酸：有胃病者应避免喝醋

春节期间，吃饺子、拌凉菜离不开醋，或者来一杯苹果醋。醋是酸性的，少量喝醋有助于消化，但过量喝醋对胃有刺激作用。如果一个人胃酸过多，大量饮用苹果醋会导致胃酸增加、胃酸反流和胃灼热。

如果平时服用阿司匹林、氯吡格雷、利伐沙班、达比加群、布洛芬、双氯芬酸钠、糖皮质激素、大剂量维生素C等对胃粘膜有损伤的药物，可能让胃黏膜受伤程度“雪上加霜”，容易导致胃病加重或发作。因此，对于有胃病或正在服用对胃黏膜有损伤药物的人应避免喝醋。

甜：糖尿病患者应避免吃太甜

汽水、果汁等甜饮料虽然是节日餐桌的配角，但大家却总少不了喝上一两杯。招待客人的果盘里也盛满了好吃的糖果、点心，让人忍不住多尝几个。这些甜食升糖指数高，容易引起血糖波动，有糖尿病疾患者应少吃。

其他升糖指数较高的食物如胡萝卜、南瓜、龙眼、荔枝、西瓜、枣、菠萝、蜂蜜、土豆泥、炸薯条、油条、燕麦片、烙饼、馒头也应少吃。

咸：高血压患者应避免吃太咸

腊肉、香肠可用来做凉菜和炒菜，是很多家庭必备的年货。但这些腌肉类食物中含盐较高，加上不少人做菜喜欢多放盐，可能造成节日摄入盐过多，影响降压药效果。

因此，有高血压疾患者正在服用降压药应尽量少吃腌制食物和过咸食物，以免短时间内摄入钠过多，导致药效受损，增加高血压和脑卒中的发病风险。

辣：阴虚阳亢者

应忌食辛热助阳之品

火锅常出现在春节餐桌上，不少人吃火锅会加很多辣椒，吃其他菜也喜欢加花椒、胡椒和葱姜蒜等辛辣调料。辛辣食物吃着虽然爽快，但阴虚阳亢者却不适合，这类人应忌食胡椒、辣椒、大蒜、白酒、羊肉等辛热助阳之品，以免加重病情。

平时服用六味地黄丸、养阴清肺丸、大补阴丸等养阴的中成药碰上辛辣食物，效果会大打折扣。

服药期间，喝东西也有讲究！

吃的有讲究，喝的也同样有讲究。陈楚雄副主任药师提醒，在服用某些药物时，有些饮品不能随便喝。药物与饮品之间的相互作用，不仅可能影响药效，还可能产生“反作用”，对人体产生危害。

除了头孢不能配酒，

这些药也不行

聚餐时免不了喝酒，饮酒可活跃气氛，但要适可而止，特别对于有肝病者更应注意，以免伤肝。肝脏是人体重要的解毒和代谢的器官，很多药物要通过肝脏代谢和转化，服药期间喝酒容易导致毒副反应。

比如甲硝唑、头孢菌素可抑制乙醛脱氢酶，造成乙醛代谢不畅，容易在体内蓄积而发生中毒；阿司匹林用药饮酒可增加胃出血风险；乙酰氨基酚用药饮酒可增加肝衰竭风险。

除此之外，服用安眠药、降压药、降糖药、抗痛风药、抗凝药等药物期间，饮酒也可造成危险。

西柚汁虽然可口，

也需要“忌口”

西柚汁又称葡萄柚汁，深受大众喜欢。然而西柚汁中含有呋喃香豆素，呋喃香豆素通过不可逆抑制肠道代谢酶CYP3A4，增加药物的生物利用度，使进入血液的药量倍增，发生药品毒副作用的风险增加。

因此，如果服用经过CYP3A4代谢的药品，比如胺碘酮、环孢素、非洛地平、氨氯地平、阿托伐他汀、辛伐他汀、阿普唑仑、卡马西平、华法林等，服药期间应忌喝西柚汁。

这些药不宜用茶送服

春节期间，许多地方有吃茶品茗风俗，然而有的药物如胃蛋白酶、多酶片、硫酸亚铁、葡萄糖酸钙、氢氧化铝、地高辛、颠茄酊、四环素、黄连素等不宜用茶水送服，因为茶叶中的鞣酸与药物中的蛋白质、重金属盐、生物碱等作用产生沉淀，可影响疗效和产生副作用。

通常喝中药也不用茶水送服，因为茶叶中的鞣酸很容易与生物碱发生不溶性沉淀。