

## 随意掰药暗藏隐患

高婷宇

生活中,很多人面对大药片时,会习惯性地掰开、碾碎或溶解服用,尤其是给孩子或老人喂药时,认为这样更方便吞咽。然而,这种看似“贴心”的操作,实则暗藏隐患,轻则让药物失去疗效,重则可能引发中毒风险。

**西药篇:**  
随意掰药,拆除“安全装置”

**缓释/控释片:**暴力拆解引发药物“井喷”

像硝苯地平缓释片(降压药)、盐酸曲马多缓释片(止痛药)这类药物,采用特殊的缓释技术,通过膜衣、骨架结构或微孔泵系统,让药物在12小时至24小时内缓慢释放,持续发挥药效。一旦将其掰开,药物结构遭到破坏,原本缓慢释放的药物会瞬间大量释放,带来致命风险。例如,曾有一位62岁的高血压患者,将硝苯地平缓释片掰成两半服用,短短1小时内,血压就从160/100mmHg骤降至80/50mmHg,随即突发意识丧失,被紧急送到医院抢救。

**肠溶片:**破坏“防护服”,药效全失

阿司匹林肠溶片、奥美拉唑肠溶胶囊等肠溶片,其表面的肠溶衣如同“防护服”,能抵抗胃酸侵蚀,确保药物顺利抵达小肠的碱性环境后再溶解发挥作用。若掰开服用,阿司匹林会在胃部提前释放,可能诱发胃出血;奥美拉唑则会被胃酸迅速分解,完全失去药效。

**膜修饰制剂:**有刻痕也不可以随意掰

很多人误以为药片上有刻痕就可以随意掰开,实则不然。刻痕分为功能性刻痕和非功能性刻痕,前者仅为方便吞咽(如对乙酰氨基酚片),允许掰开;后者只是生产标记(如部分缓释片),严禁分割。判断能否掰开,关键要看药品说明书“用法用量”项,若标注“整片吞服”,则不可拆分。

**中药篇:**  
改变剂型,破坏“药效密码”

**丸剂:**缓释技术不容破坏

安宫牛黄丸(急救药)、六味地黄丸(补肾药)等传统丸剂蕴含着古人的智慧。以蜜丸为例,蜂蜜作为黏合剂,可延缓药物释放,尤其适合补益类方剂。若将安宫牛黄丸碾碎冲服,药力释放过快,可能引发腹泻;掰开六味地黄丸,破坏蜂蜜缓释层,会导致滋腻碍胃。

**外用当内服:**错用剂型,危害很大

把外用药膏当口服,或将口服片剂塞入体内等错误操作,会酿成严重后果。例如,如意金黄散作为外敷消肿药物,含有天南星等毒性成分,一旦内服,可能导致喉头水肿甚至窒息;甲硝唑片作为口服抗感染药,若放入体内,其辅料可能刺激黏膜,引发溃疡。

**煎煮法:**错误服用,自废武功

将中成药颗粒直接吞服(正确方式应为热水冲化)、把胶囊中药



粉倒出冲泡(部分药物会失去肠溶保护)等做法,违背了药物的科学服用方式。中医常说“汤者荡也,丸者缓也”,擅自改变剂型,就像让骑兵下马作战,失去了应有的“战术优势”。

**安全用药指南:**  
避开“分药雷区”

**四类绝对不能掰的药物**

缓释/控释制剂类代表药物:硝苯地平控释片;肠溶制剂类代表药物:雷贝拉唑肠溶片;双层膜修饰剂类代表药物:多潘立酮片;抗癌靶向药类代表药物:吉非替尼片。

**三招识别“可拆分药物”**

1.看说明书:标注“可掰开”“分散片”等字样,通常可拆分。

2.查刻痕性质:功能性刻痕的药片(如美托洛尔缓释片)才适合掰开。

3.吞咽困难者的替代方案:优先选择口服液、滴剂或口腔溶解片;使用药片切割器(仅限普通片),或用凝胶啫喱包裹药片辅助吞咽。

每一粒药片的剂型设计,都凝聚着药学家的无数心血,无论是西药的精准控释,还是中药的精妙配伍,都有其科学道理。随意掰开药物,极有可能打破药物原本的设计,带来严重后果。为了自身和家人的健康,服药时一定要严格遵循医嘱,让药物精准发挥疗效,守护我们的健康!

(作者单位:山西省中医院)



## 自制巴沙鱼丸

王瑞庆 文/图

每次逛超市,冷冻区那一片片白白嫩嫩的巴沙鱼柳总是格外吸引眼球。它不仅肉质细腻、无刺,价格也十分亲民。据网上查阅,巴沙鱼原产于越南湄公河,属于鲶科鱼类,因其个头大、生长快,且对水质要求不高,但对水温较为敏感,所以在我国仅广东、广西和海南有少量养殖。虽说冰冻鱼柳难以完全保留鲜鱼的本味,但它纯净的色泽与无刺的特性,让其成为我制作鱼丸的首选食材。

想要做出口感丰富的巴沙鱼丸,关键在于巧妙搭配食材。将巴沙鱼柳与肥肉丁一同打成泥,再加入荸荠丁,便能带来令人惊喜的脆爽口感。若一时买不到荸荠,用切碎的莲藕丁替代,同样能达到不错的效果。

**食材准备**

1. 主料:巴沙鱼柳1片、猪肥膘肉适量、荸荠丁或莲藕丁适量。

2. 辅料:老姜1块、盐适量、鱼露少许、玉米淀粉适量、鸡蛋清1个。

**制作步骤**

1. 备料绞打:以往我习惯用刀背将鱼肉斩成泥,如今有了家用绞肉机,制作肉馅变得轻松又高效。先将巴沙鱼柳和猪肥膘肉粗切成条,放入绞肉机中搅打成细腻的肉泥。取出后,用刀再略斩几下,让质地更均匀。

2. 调味搅打:向肉泥中加入适量盐、用老姜切末泡出的姜水,再淋入少许鱼露,顺着一个方向搅打至肉馅上劲。接着加入玉米淀粉和蛋清,继续搅打均匀,让肉馅充分吸收调料,变得更加紧实。

3. 添加脆爽食材:最后,把切得细碎的荸荠丁或莲藕丁倒入肉馅中,搅拌均匀。需注意,为了保持鱼丸洁白的色泽,千万不要添加酱油、生抽等带颜色的调味料。

4. 余煮成型:起锅加入冷水,无需等水烧开,就可以开始余丸子。保持小火,让丸子在温水中慢慢成型。待丸子全部漂浮起来后,转大火,煮至沸腾后再煮两分钟。此时,可根据个人喜好加入喜欢的配菜,再次煮开后即可关火出锅。

将多余的鱼丸晾凉后放入冰箱冷冻保存,下次想吃时,直接加水或高汤煮一煮,就能快速享用这份美味,既方便又实惠!

### 采桑子·登迎泽公园藏经楼

张志敏

凤山画阁凌虚起,云影经楼。骚客  
清游,诗赋书丹题壁留。  
凝眸湖色且收尽,把酒忘忧。悦意  
悠悠,菊艳枫红吟季秋。

迎泽公园藏经楼是迎泽公园的标志性景点之一。藏经楼原名藏经阁,是太谷县资福寺的重要建筑之一,1961年,迁移到迎泽公园现在的位置。这座楼阁的历史可以追溯至清代,具有深厚的历史底蕴和文化价值。在这里,人们可以欣赏到精美的建筑艺术,领略到深厚的历史文化底蕴,感受到传统与现代的完美融合。

**赏析**

这首词上阙起笔便以夸张手法将藏经楼建筑与自然融合,一个“起”字配以“云影经楼”,既暗合藏经楼的佛教意蕴,又赋予建筑飞檐凌空的动态美。随后构筑了骚客登临、题壁留痕之“清游”行迹,同时与下阙“凝眸湖色”的水平延展,形成十字交叉的审美

张力,暗合中国园林“借景”的造境智慧。

从尾句“菊艳枫红”看,作者是在写藏经楼季秋之景,实则通过“诗赋书丹题壁留”勾连历史时空,斑驳的题壁墨迹如同时间的叠影,使当下游赏与往昔文人雅集形成互文。这种时空交叠“把酒忘忧”的清游逸兴、人文情怀,透着王羲之“后之视今,亦犹今之视昔”的哲思。结句“吟季秋”的“吟”字尤为精妙,既是实写赋诗行为,更是将整个秋色化为可诵读的文本,彰显“天地有大美而不言,四时有明法而不议”的审美意识。

此词在44字的有限篇幅中,通过建筑与自然、时间与空间、人文与宗教的多维交织,构建出层次丰富的审美空间,堪称佳构。

### 才艺展示



盛世繁华(国画) 张春燕 作