



@冰城人 新冠感染者用药目录来了

本报讯(公宣)最近,有不少市民购买的药物,主要集中在“莲花清瘟”“布洛芬”等国家第九版诊疗方案中推荐的几个品种上。为此,北京多名药学、临床、中医专家,参考本轮疫情用药实际,论证了《新冠病毒感染

者用药目录(第一版)》,现推荐给社会公众。此版用药目录按照中西药分开的原则,是对国家第九版诊疗方案中推荐用药的完善和补充,针对发热、咽痛等6类中医诊断症状推荐67个中药品种;针对咳

嗽、咳痰等4类临床症状推荐41个西药品种。这108个中西药产品中有很多非处方药(OTC),除了医院以外,患者也可以根据自身症状需求,从零售药店、电商平台等多种渠道获得。



扫码

看药品目录

民营药企历时两年研发

国内首个可直接用于人体皮肤黏膜

哈市上市消杀冠状病毒等多种病毒及病菌喷剂

本报讯(记者 姜雪松)12月12日,由哈尔滨吉象隆生物技术股份有限公司研发生产的首批“抑君太”皮肤黏膜消毒喷剂正式上市销售。这是国内首个可直接用于人体皮肤黏膜、并可同时消杀冠状病毒、流感病毒等多种病毒及病菌的消毒喷剂。

中科检测技术服务(广州)股份有限公司检测报告显示,“经3次重复试验,样品‘抑君太皮肤黏膜消毒喷剂’原液,作用5分钟,对冠状病毒HCoV-229E和甲型流感病毒H1N1的灭活率均为>99.99%。”经检测认证,“抑君太”消毒喷剂安全无毒,可用于皮肤黏膜,是阻断病毒经口鼻腔途径感染有效方式,为预防冠状病毒又新增添了一道安全屏障。近日,“抑君太”消毒喷剂获得黑龙江省卫生健康委员会消毒产品备案批准。

“1-3分钟即可消杀冠状病毒及各种细菌。”哈尔滨吉象隆生物技术股份有限公司总经理张琪表示,“抑君太”皮肤黏膜消毒喷剂杀菌速度快,它在皮肤、口腔、鼻腔均可使用,尤其适合儿童、老人和酒精过敏者使用。

据介绍,虽然当前在预防冠状病毒,感冒病毒方面的消毒喷剂产品很多,如84消毒喷剂、次氯酸、酒精等消毒剂,但均不能够直接用于口腔。“抑君太”可直接在口腔、鼻腔使用,在口腔黏膜预防病毒,还可以快速消杀物品及环境的冠状病毒及各种细菌,为大众筑起口罩之外的新防线。

张琪表示,“抑君太”消毒喷剂方便携带,使用便捷。每瓶消毒喷剂为50ml,可以喷280次至300次,大约一个月的用量。它可在乘坐飞机、高铁、地铁、公交等交通工具时使用,还可以适用于商超、学校、办公会议、家庭等场景及餐饮、娱乐、景区等人群密集场所。

“吉象隆生物”为国家高新技术企业,专业从事多肽药物研发、报批和生产。目前其已申报、在研多肽药物在国内企业中数量居行业前列。“抑君太”消毒喷剂是企业自有合成多肽药物技术的基础上,根据致病病毒的特点,开展创新研发的新型病毒阻断剂。

“吉象隆生物”总监田辉表示,研发团队通过药物结构设计,对SRAS-CoV-2的HR2区域序列在螺旋体局部结合力竞争、自我螺旋度提升等方面进行了深入研究,设计了多种多肽突变体,提高了药物与受体的结合能力,从而大大降低了药物半数最大效应浓度(EC50),使得病毒阻断剂的研发取得重大进展。目前,企业已掌握抗新冠多肽膜融合抑制剂药物研发技术,并获得2项发明专利。

在两年多的时间里,企业研发人员在配方、工艺、质量研究、产品稳定性、药理毒理研究、有效性、安全性等方面做了大量试验与验证工作,确保“抑君太”消毒喷剂安全无毒、无刺激、不伤肤,环保无残留。

“目前企业已具备日产10万支的生产能力,春节前订单已经排满。”张琪说。



「抑君太」皮肤黏膜消毒喷剂

咋样提高免疫力 中医专家送培补正气锦囊妙计

□刘蕾 本报记者 刘菊

在防控新冠肺炎的关键时刻,为帮助市民掌握提高免疫力的方法,记者采访了哈尔滨市中医医院中医专家王立军主任医师,她与大家分享了培补正气的八条锦囊。

调情志

《黄帝内经》曰:“恬淡虚无,真气从之,精神内守,病安从来”,即要善于自我激励,做到心态平和,保持“阳光心态”;常怀感恩之心,常存感恩之情,通过一些舒缓的音乐或进行适当的体育锻炼来调畅情志。此外,要学会微笑,中医有“常笑宣肺”一说,而现代医学研究证明,笑对机体来说的确是一种最好的“运动”,尤其是对呼吸系统更有帮助。大笑能使肺部扩张,人在笑中还会不自觉地进行深呼吸,清理呼吸道,使呼吸更通畅。人在开怀大笑时,氧气可更多的进入肺脏,随着流动的血液运行全身,让机体的细胞和组织都能获得充足的营养。

睡好觉

研究证明,经常“克扣”睡眠时间,会让身体产生的免疫细胞数量锐减。一天只睡4小时,体内的抗体会减少50%,淋巴细胞中的T细胞数量也会减少,这就是大家常说的免疫功能降低了。经常失眠,还会影响人的神经系统,导致智力下降。严重失眠者,还会影响呼吸系统、循环系统、消化系统、内分泌系统等全身多个系统的功能,导致传染病和肿瘤等多种重大疾病的发生。

练吐纳

新冠肺炎主要症状表现在肺,故养肺在当前更具有实际意义。一是深呼吸,这是最古老的养肺法:早晨起床后做深呼吸,这个深呼吸要有一定频率,一呼一吸尽可能达到6.4秒,这个时间是根

据人体经脉运行规律确定的;二是每晚睡前平躺在床上,在肚脐上方放一个3斤左右的沙袋或小枕头,用力呼气把沙袋顶起,然后吸气把沙袋放下去,刚开始每次练习2~3分钟,逐渐增加到每次5~10分钟;三是闭气法,在吸气末屏住呼吸,使气暂时不呼出,尽可能停止到不能忍受时,再呼出来,这样反复18回。

巧膳食

食用有助于培补正气、增强抵抗力的食物对于培补正气具有重要意义。蘑菇、大豆及制品、枸杞、黄芪等食物中,含有黄酮、甜菜碱等抗氧化物质。瘦牛、羊肉等富含蛋白质,有助于增强抵抗力。多吃新鲜蔬菜和水果,每天超过5种,最好500克以上,其中一半为深色蔬果类。抵抗力较弱者,是病毒侵犯的主要人群,在饮食中要注意增加优质蛋白,如牛奶、鸡蛋每天都应保证。此外,要少食多餐,不可过饱。食欲不好或活动受限的老人要特别注意,不要一顿多吃,尤其是晚上。要多饮水,每天饮水应在2000~3000毫升,少量多次,可饮温开水或淡茶水。

通大便

中医认为,肺与大肠相表里,防控新冠肺炎,保持大便通畅,除了可使消化系统功能正常之外,还可以促进免疫系统功能的运行。对于防疫居家期间,人们运动减少,焦虑情绪等因素容易导致胃肠蠕动减慢,大便干燥,特别是老年人和体弱多病者,若用力排便,还易引发心脑血管事件,为此要充分饮水、多吃粗粮、蔬菜和水果,

并增加活动,也可适当口服芦荟片或饮用决明子茶。

多运动

生命在于运动。防控疫情期间,虽然大多数人隔离在家,但仍然可做一些家庭保健运动,以保持良好的体能。太极拳、太极扇等太极系列、八段锦等气功系列都是很好的运动方式。做此类运动时,切记肢体运动要与相应的“吐纳”配合,使肺功能得到相应的提升。此外,广播操、原地跑步等都可根据自己的条件在家做。

治慢病

患有高血压、糖尿病、高血脂、心脑血管疾病等慢性疾病的人群,往往容易出现免疫功能低下等情况。预防新冠肺炎也不要忘记治疗原发病,必须做到坚持吃药。在疫情没有完全控制时期,若有头痛、身痛等小病痛,可采取线上问诊,小病不宜去大医院。对于中老年人来说,原发病、慢性病的管理是需要一个长期做的功课,不可轻视。

喝中药

为进一步做好新冠肺炎救治工作,国家、省中医药专家充分论证,专门针对普通市民、无症状感染者及轻型患者,分别制定了化湿养正、莲花饮和益气解毒1号方等协定中药汤剂,市民可以到正规三级甲等中医医院由医生辨证后选择性开方。同时,专家还推荐了莲花清瘟胶囊(颗粒)、疏风解毒胶囊、藿香正气胶囊(口服液)、荆防颗粒、银柴颗粒(口服液)、蓝芩口服液、疏肝解郁胶囊等中成药。