

健康无小事，停药需谨慎

◎福建医科大学附属漳州市医院药学部 钟 韦

“药吃了一段时间，感觉好多了，应该能停了吧？”生活中，不少人面对需要长期服用的药物，常常会产生这样的想法。然而，这种凭感觉的自行停药，并非在给身体“减负”，反而可能是在给健康埋下“隐患”。

1. 治疗不彻底，病情反复

这是最常见的情况。许多药物（如抗病毒药、抗抑郁药、降压药等）需要长期或足疗程服用，当您感觉症状减轻时，只是药物发挥了治疗作用，控制了病情，但病因并未完全根除。比如，目前的口服抗乙肝病毒药物只能抑制病毒复制，改善患者症状，无法完全消灭病毒。突然停药可能导致病毒反弹、肝功能异常，甚至引发肝硬化和肝癌。

2. 增加治疗难度，走向“无药可用”的困境

不完整的疗程是催生“超级细菌”和“超级病毒”的重要原因。比如：（1）服用抗生素治疗细菌感染：吃了2~3天药感觉不发烧、不难受了，如果此时停药，体内残余的、强大的细菌可能会存活下来并重新繁殖，这些幸存下来的细菌可能会对之前使用的抗生素产生耐药，再治疗时就可能需要更强效、更昂贵的药物。这不仅危害您个人的健康，还会对整个社会公共卫生产生巨大威胁。（2）抗病毒药（如抗HIV药、抗乙肝病毒药）：不规则服药是导致病毒耐药最主要的原因，一旦耐药，治疗方案将变得极其有限。

3. 引发“撤药反应”或“反跳现象”

撤药反应是指长期使用药物后

突然停药或减量过快导致机体调节功能失调，引起病情反跳、症状加重的现象。比如，长期大剂量应用糖皮质激素，由于反馈调节作用，可引起下丘脑-腺垂体-肾上腺皮质功能不全，突然停药可能出现恶心、肌无力、低血糖、低血压、休克等症状，严重者可危及生命。

反跳现象是指症状控制后减量太快或突然停药，可使原病复发或加重。此外，停药时部分患者会出现肌痛、关节痛、发热、情绪低落等停药症状。

4. 引发严重并发症，脏器在沉默中衰竭

不少患高血压、糖尿病的人对吃药这事特别随意，他们常常觉得血压、血糖指标暂时正常了就可以把降压药、降糖药给停了。殊不知，高血压和高血糖在早期可能没有明显症状，但它们对心、脑、肾、眼等器官的损害是持续进行的。长期持续损害可能引发脑血管意外（脑出血、脑梗死）、心血管事件（心肌梗死、心力衰竭）、肾脏损害（蛋白尿、肾功能衰竭）、眼部病变（视力下降甚至失明）、糖尿病足（足部溃烂、坏疽，可能导致截肢）。突然停药可能引发一系列严重后果：降压药突然停药可能导致血压反弹飙升，引发一系列心脑血管事件（如脑出血、心绞痛），甚至危及生命；降糖药突然

停药可能导致血糖急剧升高，诱发高血糖危象（如酮症酸中毒、高渗性昏迷），甚至危及生命。

5. 掩盖真实病情，延误最佳治疗时机

药物治疗本身也是观察病情、评估疗效的过程。医生通过患者用药后的反应来判断诊断是否正确、剂量是否合适。擅自停药，可能会给医生传递错误的信号。比如，一位癌症患者在接受靶向治疗时若因无法忍受皮疹副作用而自行停药，肿瘤可能在此期间快速进展，但当患者再次就医时，医生会误认为是当前治疗方案无效，从而错误地将有效的治疗方案更换掉。

那么，怎么做才是正确的呢？

◎严格遵守医嘱。医生开具的疗程（吃多久）、剂量（吃多少）都是根据您的病情和药物特性科学计算出来的，务必按时按量用药。

◎切勿凭感觉停药。不要因为“感觉好了”或者“担心副作用”就自行决定停药。如果觉得药物副作用难以忍受或经济不允许，应联系医生，让医生为您调整剂量或更换其他药物；如果觉得病情已经稳定，想减少药量或停药，也必须咨询医生。医生会评估您的状况，并指导您如何逐步减量，让身体有一个适应的过程，安全地停药。

◎定期复诊。按医生要求定期复诊，以便及时调整治疗方案。

◎不轻信谣言。不要相信所谓“偏方根治”或“保健品替代药物”的宣传。许多偏方成分不明，可能与正在服用的药物产生相互作用，不仅无法治疗疾病，还可能加重肝肾负担，甚至引发中毒风险。而保健品不是药物，更不能替代药物治疗，以免延误治疗导致病情加重。☺