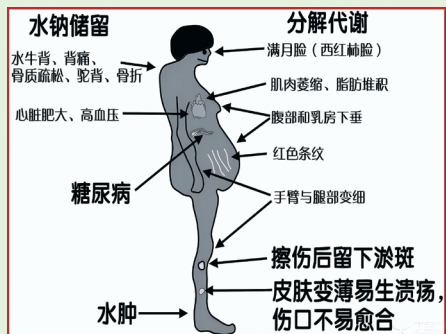


## 谈激素色变的原因

大家谈激素色变的原因也大抵源于我们在使用糖皮质激素时它的不良反应。

当长期、大剂量使用糖皮质激素时,可能会出现大家所熟知的如“满月脸”、“水牛背”、向心性肥胖,同时可能还会引起血糖血脂异常、消化道溃疡、骨质疏松的发生以及增加心血管病变的风险等不良反应。

通常,长期、大剂量使用糖皮质激素时才有可能导致明显的不良反应,而在小剂量局部短期使用时,则一般不会出现明显的不良反应。



## 合理使用糖皮质激素

尽可能小剂量、短时间服用,严格遵守医嘱,不可自行增减药量、改变用药方式或突然停药。

长期或大剂量服用时建议晨起7点~8点将一日量一次服用,并定期复诊。

使用吸入型糖皮质激素后要漱口,以预防部分药物沉积在口腔引起局部不良反应。

使用激素期间,应格外注意监测血压、血糖、血脂水平、电解质等各项指标;同时,如果长期使用,则需要补充钙剂和维生素D,以防骨质疏松的发生。

如果正在使用其他药物,需提前告知医生或药师,避免药物相互作用带来的不良反应。

养成健康的生活习惯。规律饮食、适度运动、保持充足的睡眠。