

В эфире программы «О самом главном» доктор Александр Мясников затронул тему правильного приема тех или иных препаратов. В первую очередь он отметил, что их надо принимать, неважно — в то ли время, в том ли месте, тем ли запиваете. Главное — принимать. «Есть различные приемы, чтобы повысить их усвояемость. Например, железо — каждая четвертая женщина имеет железодефицитную анемию, тем, у кого снижен гемоглобин, ферритин, всем говорят: пейте железо. Напомню, всасывается оно только из мяса, рыбы и субпродуктов. Из овощей и фруктов, даже если оно там содержится, не всасывается. Чай, танины, зелень задерживают всасывание. А вот что помогает всасыванию — апельсиновый сок. Поэтому всем, кто принимает железо orally, надо запивать его апельсиновым соком. Он резко повышает усвоение железа», — пояснил Мясников. Поддельная таблетка. Эксперт раскрыла, как проверить подлинность лекарств Подробнее

Есть такие препараты — бисфосфонаты. Это средства для укрепления костей. Они задерживают вымывание кальция. И их часто используют люди в возрасте 65+, так как у них та или иная степень разрежения костей, вплоть до остеопороза. Не все такие препараты, но некоторые из них, могут очень раздражающе действовать на пищевод. «Поэтому пить их только стоя, после того как выпили, 30 минут не ложиться, а то если лечь, они приведут к ожогу пищевода. Это далеко не все, а некоторые из них, это свойство их известно, и надо о нем помнить», — отметил Мясников.

Обезболивающие препараты пить надо по-разному. Если это разовая боль, принимают один раз таблетку и все. Но если она повторяющаяся, требуется курс — 5-7 дней. Ведь фактически это не обезболивающие, а нестероидные противовоспалительные средства, им нужно время, чтобы начать работать. И они раздражающе в этом случае действуют на желудок, ему надо оказывать дополнительную помощь в виде препаратов, оканчивающихся в названии на -празол. И, конечно же, нельзя превышать дозировку.

Аккуратнее стоит быть с нитроглицерином. Если давать его при приступе человеку впервые, у него может упасть давление, а также развиться сильная головная боль. Тем же, кто не может обходиться без такого средства, например, если у человека хроническая стенокардия, а стенты не установлены, ему стоит принимать средство перед приступами. Например, если пациент знает, что при выходе на улицу ему становится нехорошо, надо еще в подъезде принять таблетку, посоветовал доктор. Еще удар. Нарколог пояснил, почему нельзя совмещать алкоголь и антибиотики Подробнее

Также важно учитывать, что некоторые виды антибиотиков приводят к повышенной фоточувствительности. И про это также надо помнить.

В правильной позе. Доктор Мясников назвал таблетки, которые  
надо пить стоя

При подготовке материала использованы следующие источники: О самом главном