



# 科学防疫！ 别再被这些传言误导了

吃橘子会导致抗原检测呈阳性？发热时“混着吃、加药量”烧退得快？感染新冠要避免使用布洛芬？桃罐头为啥突然火了？长期戴口罩会导致肺结节？这几天各种各样的传言铺天盖地，真相到底如何？一起来看本期健康问诊集纳的权威观点，别再被这些传言误导了！

蔡富根/整理

## 网传1：吃橘子会致抗原检测呈阳性？

近日，网传“吃完橘子做抗原会变阳性”，有人把橘子汁挤在新冠抗原试剂检测盒上做实验，结果显示阳性。

### 真相

● 抗原检测一般是鼻拭子的样本采集，并不是口腔咽喉部的样本采集，所以与口腔中的物质无关，一般日常饮食不会影响抗原检测结果，网传“吃完橘子做抗原会变阳”的说法不可信。

● 抗原检测试剂盒只有在正确的使用方式下，检测结果才有效力。把橘子汁、酒水等滴入抗原中做实验，毫无意义。

## 网传2：按“新冠吃药顺序图”用药？

近日，多张“新冠药品清单”在网上流传，有所谓“新冠吃药顺序图”，还有一些民间偏方。

### 真相

● 在流传很广的“新冠吃药顺序图”中，相关药物都是治疗发热、感冒的常用药物，但都需对症下药，服用时有禁忌。

● 服用药物应考虑患者的证候和当时的气候等条件，不能盲目服药。

● 用药时还要注意药物的不良反应、药物保质期。

● 慢性病患者可以提前找医生进行咨询，避免盲目“囤药”。

## 网传3：“混着吃，加药量，烧退得快”？

网传当出现发烧和感冒症状时，多种药物混着吃，病情好得更快。还有的说，加大药量后，烧退得快。

### 真相

● 擅自加大药量并不会好得更快，反而会增加药物不良反应的风险。按照说明书上的剂量或者遵医嘱来。

● 很多复方感冒药、中成药中也含有对乙酰氨基酚，随意混用会增加药物过量的风险。

● 在用药前要仔细阅读药品说明书，否则可能过量摄入对乙酰氨基酚。

## 网传4：感染新冠要避免使用布洛芬？

### 真相

● 过时的消息，不适合作为如今用药的参考。

● 该消息最早出自2020年3月发表在《柳叶刀》子刊上的一篇研究。在当时，世界卫生组织也很快做了澄清，表示这个建议并不是反对使用布洛芬。

● 随着时间的推移，越来越多的证据也表明，感染新冠可以使用布洛芬。

## 网传5：长期戴口罩会导致肺结节？

近日，一段短视频在圈群流传，有所谓医生称“常戴口罩会造成肺结节，而且口罩中的环氧乙烷致癌，影响身体健康”。

### 真相

● 合格的医用外科口罩，正常使用，并不会掉渣被我们吸入肺里引起危害。

● 良性肺结节的产生原因多种多样，包括空气污染、细菌感染、血管性疾病、炎性疾病等，但这些都跟口罩没有关系。

● 国家对使用环氧乙烷消毒口罩，有着严格标准，正规渠道购买的合格口罩，可放心佩戴，不要因为环氧乙烷而困扰。

● 良好的卫生习惯，包括正确佩戴口罩，仍然是目前抵御新冠病毒的有效方式之一。

## 网传6：黄桃罐头能缓解新冠症状？

面对新冠病毒感染，有人将黄桃罐头列入居家康复囤货清单。

### 真相

● 黄桃罐头营养丰富，对于许多因为感冒发烧胃口变差的人来说，适量的黄桃还有助于补充能量、提振食欲。

● 但它更像是甜蜜的“安慰剂”，无法缓解疾病症状。尤其是咳嗽时不要食用，可能会加重症状。

## 网传7：紫外线灯0.3秒消灭新冠病毒？

近日有公众提出，说紫外线消毒杀菌率达到99%以上，对于消灭流感病毒0.3秒就可以了，用于降低新冠病毒感染致病性0.3秒时间就足够了。

### 真相

● 紫外线具有比较好的杀菌效果，但是穿透力比较差，所以它需要在适用的范围内去使用才能保证消毒效果。

● 传统的紫外线灯一般情况下消毒作用时间要半个小时。

## 网传8：消毒剂的浓度越高越好？

疫情期间，日常居家需要做好消毒。有部分公众认为，“消毒剂浓度越高，消毒灭菌的效果越好。”

### 真相

● 消毒剂的浓度过高或过低均无法达到应有的消毒效果。

● 浓度越高的消毒剂往往具有很强的刺激性，会对人的口腔、呼吸道、肺部等部位造成刺激，甚至可能引发器官、组织受损风险。

● 消毒剂应按说明书标签进行稀释后使用，消毒使用酒精应选用70%~80%浓度。

## 新冠感染者居家用药安全提示

### 1. 没有症状不要吃药

退热药、感冒药、止咳药、化痰药都不能预防疾病，只能缓解症状。在没有症状时，切不可盲目服药。

### 2. 退烧药与复方感冒药不要一起吃

退烧药不可与常见的感冒药同时使用，也不可部分中成感冒药同时使用。

### 3. 多种退烧药不要重复吃

对乙酰氨基酚和布洛芬同属于一类解热镇痛药，同时使用可能会导致急性肝衰竭。

### 4. 不要超剂量用药

过量的药物不仅不能缓解症状、加速康复，还会导致更多的毒副作用。

### 5. 不要超次数用药

严格根据药物特征按时间间隔服用药物，尤其退烧药，切忌因为高烧不退反复多次使用。

### 6. 不要盲目使用消炎药

新冠是病毒性感染，消炎药（阿莫西林、头孢等）通常是针对细菌感染情况使用，不要盲目使用消炎

药治疗新冠。

### 7. 退烧药、感冒药吃后别喝酒

酒精可增加右美沙芬的中枢抑制作用，服用对乙酰氨基酚期间饮酒，会损害肝脏，服用此类药物期间应避免饮酒或含酒精的饮料。

### 8. 这些特殊人群吃退烧药要注意

**婴儿/孕妇：**为了降低风险，6个月以下的婴儿、孕妇需避免服用布洛芬，退烧药只选择对乙酰氨基酚。3个月以内的婴幼儿发热不推荐用药，症状严重需及时前往医院儿科就诊。

**老年人：**老年人如果有胃肠、肾脏问题，有溃疡、炎性肠病史的患者，最好选择对乙酰氨基酚。