

**公**司的大project正密鑼緊鼓地進行着，這個星期，我在公司的時間比在家裏的還多，公司儼如是我的第二個家，每個晚上，總是工作至夜半三更，然後拖着疲乏的身軀回到家裏。

星期天，別人高高興興的釣魚、游水、踏單車，玩得不亦樂乎；而我呢？就只有歛在四面牆壁的書房內，與陽光隔絕，繼續那些做不完的工作。

真是禍不單行！頭昏昏沉沉的，而且間或夾雜着陣陣的頭痛；呼吸不暢順，鼻水奪「孔」而出；喉嚨痛痛的，聲音亦逐漸變啞；我已知道感冒大敵人已降臨我的身上，避無可避了。

奈何，工作繁多，加上星期天醫生診所關閉，在無計可施下，唯有往藥房購買感冒藥支持身體，以應付往後連日的通宵工作。

感冒藥，救救我吧！

### 成份

在藥房售賣的一般感冒藥，主要的成份有撲熱息痛 (Paracetamol)，馬來酸撲爾敏 (Chlorpheniramine Maleate) 及鹽酸苯福林 (Phenylephrine Hydrochloride)。而感冒藥中也含少量咖啡因及維他命 B 或 C。

### 效用

感冒藥主要的作用為舒緩由感冒、流行性感冒及傷風所引起的噴嚏、流鼻水、鼻塞、頭痛、發燒及肌肉酸痛等，同時對治療呼吸道過敏也有幫助。

感冒藥中各種不同的成份，有其針對性的作用：

成份	主要作用
撲熱息痛 (Paracetamol)	止痛、退燒
馬來酸撲爾敏 (Chlorpheniramine Maleate)	控制傷風、感冒及敏感所引起的徵狀
鹽酸苯福林 (Phenylephrine Hydrochloride)	疏通鼻塞、停止流鼻水及促進鼻道呼吸暢通
咖啡因 (Caffeine)	提神醒腦

# 漫談感冒藥

### 影響

一般在市面上受管制的感冒藥，在正常份量下使用，並無嚴重的副作用，但卻可能產生輕微的反應，如昏昏欲睡及情緒不安等。

某些成份對人體會產生一定的影響，在服食感冒藥之餘，要小心留意。

鹽酸苯福林 (Phenylephrine Hydrochloride) 對治療鼻塞及流鼻水相當有效。此成份對交感神經有刺激作用，可收縮鼻黏膜的血管，有效疏通鼻塞，減輕鼻塞情況。

不過，由於鹽酸苯福林能令血管收縮，可以導致血壓上升，對於患有心臟病及高血壓人士，宜向醫生及藥劑師請示方可服用。

另外，鹽酸苯福林與其他同類性成份相比，藥性較強；又因刺激中樞系統神經，可能引致失眠。

除此之外，馬來酸撲爾敏 (Chlorpheniramine Maleate) 會使人昏昏欲睡，眼睛感到疲勞而需充足的休息，從休息中令感冒快速痊癒，故服用此成份後，不宜駕駛及動用重型機械，以防意外發生。

有很多人患上感冒時，都會多吃含維他命 C 的補充劑，以求對抗病毒，醫治感冒。

到目前為止，臨床研究顯示，維他命 C 能否治療感冒還未能確定。但一般人認為，平時多吃水果，增加體內維他命 C，能增強抵抗能力，防止感冒產生。

感冒藥雖然不會產生大量副作用，但切忌過量服用，若感冒未能完全治癒，應立即到醫生處診治，作出適當的治療。

資料提供：中文大學醫學院 藥劑學系副教授李焯前

註：除上文提及的三種主要成份外，最近部份感冒藥亦有混合了抗組織胺 (Antihistamine)；同樣具收鼻水之效，卻不容易令人產生睡意。

