

不要隨便給孩童吃藥

藥，可救人，卻也可致人於死。有時，藥可增加營養的吸收，卻也可影響營養的均衡，尤其在必須長期服用藥物的小孩，更要注意其對營養的影響。

藥物對小孩影響

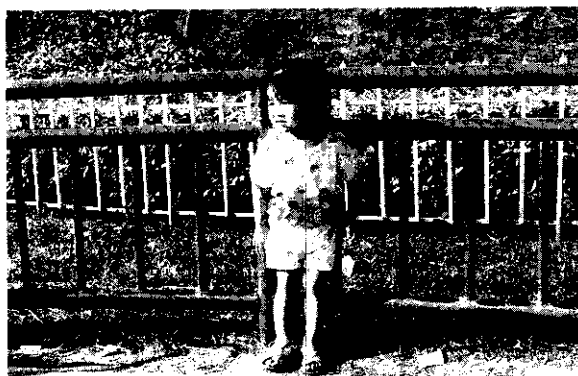
1.胃口的抑制或刺激：安非他命及癌症治療劑使胃口減低，而腎上腺皮質素及某些抗過敏藥物卻會促進食慾。

2.營養物吸收的改變：制酸劑會改變腸胃道酸鹼度，因而減低營養物的吸收。治療腹瀉的樹脂交換劑會與膽酸形成不能吸收的複合物，造成吸收不良。四環素在低濃度時可刺激胰臟澱粉酶活性，增加澱粉類的消化吸收。而高濃度時卻抑制蛋白質的消化。至於鐵劑會破壞腸道黏膜而影響營養物的吸收。

3.破壞營養物的代謝與利用：

治療或長期服用預防熱性痙攣或顫癇常用的兩種藥物——苯巴比特魯及雙苯內醯脲都會破壞葉酸（造血所必須的維他命）的代謝與利用，長期服用，可能引發貧血。

4.改變營養物的排泄：治療便秘的礦物油會使攝入腸中的脂溶性維他命（維他命A、D、E、K），快速由糞便排出，減少被吸收的機會；阿斯匹林會抑制維他命C的儲存，使其快速由尿排出，導致維他命C缺乏。



藥物會影響小孩營養，服用時，應注意。（阿豐攝）

補藥與小孩營養

還有一些被視為「補品」的藥物也會影響小孩的營養，維他命C會降低維他命B2的吸收，卻會提高鐵劑的吸收。過量的維他命C會引起腹瀉。

懷孕的母親攝取過量，會導致其生下的嬰兒維他命C缺乏。而服用大量鈣片，會與攝入的磷結合成不溶解的磷酸鈣，其不能被吸收，而與脂肪產生皂化，以致減低了脂肪的吸收，並且也減少了磷的吸收。

不要忽視副作用

藥物，雖會影響小孩營養，若利多於弊時，乃應使用。若需長期使用時，則應趁早補充其對營養的缺失。若藥物對營養有正面效果時，藥物本身的副作用仍不應忽視，如腎上腺皮質素雖能刺激食慾，但其副作用大，臨床上都不採用。