

服用药丸，大家都觉得很简单，喝一口水能把药丸咽下去就行了。但对于某些药物来说，多喝水不仅能确保药效，还可以避免药物对身体的伤害。那么，哪些药物需要多喝水？



01 抗生素类药物

磺胺类药物（如复方新诺明、小檗碱），喹诺酮类药物（如左氧氟沙星、环丙沙星）：在尿液中浓度较高容易形成结晶，多喝水可以增加排尿量，预防结晶尿形成，减轻对肾脏的损伤。

建议：服药期间每天补充2000毫升以上的水。

02 解热镇痛药

对乙酰氨基酚、布洛芬、阿司匹林等：其对胃黏膜有刺激作用，喝水能稀释药物在胃内的浓度，减少胃肠道不适。

建议：服用时用150~200毫升的温水送服，服药后半个小时内再喝适量的水。

03 抗病毒药

阿昔洛韦和更昔洛韦等：水溶性差，且通过肾脏排泄，在尿液中浓度较大时容易形成结晶尿。服药期间应多喝水，可以减轻肾损伤。

建议：服药期间每天补充2000毫升以上的水。

04 抗骨质疏松药

双膦酸盐类药物（如阿仑膦酸钠）对食管黏膜有较强刺激性，若黏附在食管上容易引起食道溃疡。大量喝水能帮助药物快速通过食道进入胃部，以避免药物反流导致食管炎症和溃疡。

建议：服用时必须用200~300毫升温水送服，且服药后保持站立30分钟以上，期间可以再适量喝水。

05 抗痛风药

苯溴马隆、丙磺舒和别嘌醇等药物：通过促进尿酸排泄或抑制尿酸生成来治疗痛风。服药期间大量饮水可加速尿酸排出，防止尿酸在排出过程中在泌尿道形成结石。

建议：服药期间每天补充2000毫升以上的水。

06 缓泻药

硫酸镁、乳果糖等缓泻药：其通过增加肠道水分发挥疗效，适量喝水可以增强缓泻效果，还能预防腹泻后脱水。

建议：服用前后都要多喝水，每天饮水量达2000毫升。

温馨提示

1、最好选择温开水送服，避免选择绿茶、咖啡、果汁等服用药物，以免影响药效（特殊药物遵医嘱）。



2、多喝水不等于一次性猛喝，建议少量多次饮用，减少肾脏负担。

3、如有特殊疾病需要限制液体摄入的患者，应在医生指导下调整饮水量。

服药喝水看似小事，实则关系密切，记住服用这些药物的时候，要多喝一杯水。“喝对水”，就多一份健康保障哦！

作者：药剂科/郑爽

编辑：詹茂庆

排版：陈涵

初审：卢晨霞

审核：苏薪伊 叶轶莉

终审：戴仁森