

# 家庭备用药过期了 该如何处理?

最近气温变化大,市民陈先生因未及时添加衣服感冒了,在找药时却发现家里的感冒药已经过期。陈先生仔细检查一遍,发现药箱里的备用药有一半都过期了。可这些过期的备用药该如何处理,陈先生有些犯难。记者就此问题采访了多位市民,不少人同样的疑惑。



药剂科专家

新华社发 勾建山 作

## 过期药不可服用

家住湖滨街道福利东路的吴阿娥今年70几岁,患有高血压等多种慢性病,每天都要服用降压药,因此家里买了许多慢性病用药以及板蓝根、健胃消食片等。但她平常很少清理小药箱,到年底一次性清理时总会发现有10多种药已经过期。市民王女士是两个孩子的宝妈,其家中除了大人的常用药,还有不少儿童药。前一阵子,王女士在收拾东西时,才发现家里有不少药物已经过期,有的已经过期一两年了。

“随着居民健康意识的提高,大多数家庭备有小药箱,但是不少家庭没有定期清理的习惯。”市区某药店负责人表示,居民家中常备的药品应是用于应急使用,市民平时按需购买,不应过多储备,种类也尽量以常见、常用的为主。此外,居民还要定期对家里的小药箱进行整理,如果发现过期药品或药品的外观、气味、颜色发生改变,即使是在有效期内,也不能服用。

关于过期药品的处理,九成被调查者有将过期药品随意丢弃的经历;部分人表示担心过期药物重新流入市场,会将包装拆除进行丢弃,或者将药物冲入下水道。其实,这些方法皆不可取,过期药品扔也不是,留也不是,到底该如何处理呢?

其实,早在2018年8月,石狮就推出了家庭过期药品定点回收,全市有7个过期药品回收点。其中,凤里回收点位于联康药业连锁有限公司石狮镇中路分店;湖滨有两处回收点,分别位于人民路协和医药有限公司和八七路福鼎寿大药房有限责任公司;蚶江回收点位于联康药业连锁有限公司石狮蚶江分店;永宁回收点位于康佰家大药房连锁有限公司石狮永宁分店;祥芝回收点位于永春东南堂药业有限公司大堡分公司;锦尚回收点位于永记医药有限公司锦尚分公司。

市民如果发现家庭药箱内有过期药品,可以送到定点零售药店,定点零售药店将会做好相关登记,包括回收的商品名称、规格、产地、数量、有效期等具体信息。

(记者 郑秋玉)

值得注意的是,药品过期不仅仅看有效期,有些药品虽然仍在有效期内,但可能已失去药效,如该冷藏的没冷藏,该密封的没密封,极易导致药品变质失效,包括出现糖浆发霉、蜜丸生虫、维生素类氧化、抗生素类降解、蛋白类变性等现象。此外,家里如果有孩子,应该将小药箱放置在孩子接触不到的地方,以免孩子因为好奇而误食。

## 过期药品可送至回收点

根据药监部门调查显示,在我国约有78.6%的家庭存有备用药品;52.4%的家庭设有家庭小药箱。但高达73.6%的家庭却忽视了药品的储存条件,近半数家庭没有定期清理过期药品的习

## 市场资讯

### “洗衣液奶茶”引网友质疑

近期,一款“洗衣液奶茶”走红引发争议。这款奶茶源于一家南京餐厅,采用了类似洗衣液一样的外包装瓶子作为卖点。随后,在国内其他城市也有类似外形奶茶产品出现。对此,有

行业专家表示,这种洗衣液奶茶的创新设计是不值得提倡的,这种外包装约定俗成是装洗衣液的,如果这种创意大规模应用,很有可能造成一些恶性事件的产生。

### PC屏幕“卷”入折叠潮

继手机屏幕实现折叠之后,笔记本电脑也开始“卷”入折叠屏大军了。惠普和华硕透露,计划于今年推出搭载OLED柔性屏幕的可折叠笔记本电脑。据悉,惠普正准备在今年晚些时候发布一款17英寸可折叠屏笔记本

电脑,其OLED柔性屏幕供应商与联想ThinkPad X1 Fold折叠屏笔记本一样来自于LG Display。而华硕的Zenbook17 Fold OLED折叠屏笔记本电脑预计将于今年年中上市,其柔性面板来自京东方。

### 中消协发布“五一”报告

5月12日,中消协发布“五一”消费维权舆情分析报告,报告中发布的消费维权典型案例,涉及多家企业,

包括:特斯拉屏幕深夜自动播放惊悚音频;lululemon因以次充好被罚;腾讯充值大面积取消97折优惠等。

### 苹果 iPod touch 宣布停产

苹果日前宣布将停产旗下经典音乐播放器 iPod touch,现存 iPod touch 售完即止。据了解,这是该公司便携式音乐播放器的最后一个型号。

2001年10月23日,苹果公司发布了首款 iPod,当时定价199美元(约合人民币1337.4元)。从 Apple iPod 到 iPod touch,从滑动按键再到触控式体验,尽管经过了多代更迭,但苹果自2019年推出 iPod touch(第七代)后便一直迟迟未有更新。

### 特斯拉召回超10万辆电动汽车

5月16日,特斯拉(上海)有限公司向国家市场监督管理总局备案了召回计划。自2022年5月23日起,召回生产日期在2021年10月19日至2022年4月26日期间的部分国产 Model 3、Model Y 电动汽车,共计107293辆。据悉,本次召回范围内

的部分车辆在准备直流快速充电时或在直流快速充电期间,信息娱乐系统的中央处理器可能没有充分冷却,导致中央处理器运行速度减慢及中央触摸显示屏显示迟钝,严重时中央处理器可能重启从而造成显示屏无法显示。

### IE 浏览器 6月16日正式退役

Edge 浏览器官方宣布,微软在1995年推出的IE浏览器,将于6月16日正式退役,之后其功能将由 Edge 浏览器接替。据悉,不

久前 Edge 浏览器桌面市场份额终于突破10%。成为全球第二受欢迎的桌面浏览器,第一是谷歌 Chrome。

以上由本版编辑整理

## 生活百科

### 如何做到平衡膳食?

最新版《中国居民膳食指南》提出8条平衡膳食准则

5月15日—5月21日是全民营养周。记者获悉,近期,《中国居民膳食指南(2022)》发布,其中提出了8条平衡膳食准则。

品;鸡蛋营养丰富,吃鸡蛋不弃蛋黄;优先选择鱼,少吃肥肉、烟熏和腌制肉制品。

准则一:食物多样,合理搭配。坚持谷类为主的平衡膳食模式;每天的膳食应包括谷薯类、蔬菜水果、畜禽鱼蛋奶和豆类食物;平均每天摄入12种以上食物,每周25种以上,合理搭配;每天摄入谷类食物200—300g,其中包含全谷物和杂豆类50—150g;薯类50—100g。

准则二:吃动平衡,健康体重。各年龄段人群都应天天进行体育锻炼,保持健康体重;食不过量,保持能量平衡;坚持日常锻炼,每周至少进行5天中等强度身体锻炼,累计150分钟以上;鼓励适当进行高强度有氧运动,加强抗阻运动,每周2—3天;减少久坐时间,每小时起来动一动。

准则三:多吃蔬果、奶类、全谷、大豆。蔬菜水果、全谷物和奶制品是平衡膳食的重要组成部分;餐餐有蔬菜,保证每天摄入不少于300g的新鲜蔬菜,深色蔬菜应占1/2;天天吃水果,保证每天摄入200—350g的新鲜水果,果汁不能代替鲜果;吃各种各样的奶制品,摄入量相当于每天300ml以上液态奶;经常吃全谷物、大豆制品,适量吃坚果。

准则四:适量吃鱼、禽、蛋、瘦肉。鱼、禽、蛋类和瘦肉摄入要适量,平均每天120—200g;每周最好吃鱼2次或300—500g,蛋类300—350g,畜禽肉300—500g;少吃深加工肉制品。

准则五:少盐少油,控糖限酒。培养清淡饮食习惯,少吃高盐和油炸食品。成年人每天摄入食盐不超过5g,烹调油25—30g;控制添加糖的摄入量,每天不超过50g,最好控制在25g以下;反式脂肪酸每天摄入量不超过2g;不喝或少喝含糖饮料;儿童青少年、孕妇、乳母以及慢性病患者不应饮酒。成年人如饮酒,一天饮用的酒精量不超过15g。

准则六:规律进餐,足量饮水。合理安排一日三餐,定时定量,不漏餐,每天吃早餐;规律进餐,饮食适度,不暴饮暴食,不偏食挑食,不过度节食;足量饮水,少量多次。在温和气候条件下,成年男性每天喝水1700ml,成年女性每天喝水1500ml;推荐喝白开水或茶水,少喝或不喝含糖饮料,不用饮料代替白开水。

准则七:会烹会选,会看标签。在生命的各个阶段都应做好健康膳食规划;认识食物,选择新鲜的、营养密度高的食物;学会阅读食品标签,合理选择预包装食品;学习烹饪、传承传统饮食,享受食物天然美味;在外就餐,不忘适量与平衡。

准则八:公筷分餐,杜绝浪费。选择新鲜卫生的食物,不食用野生动物;食物制备生熟分开,熟食二次加热要热透;讲究卫生,从分餐公筷做起;珍惜食物,按需备餐,提倡分餐不浪费;做可持续食物系统发展的践行者。

(记者 林本鸣)

## 12315 直通车

### 溢价买到手机 要求更换被拒

4月20日,消费者雷先生致电12315反映,他于4月16日在石狮智伴鸿安通讯店购买了一款“8+128”的荣耀x20手机,价格为2080元。经同事提醒和网络查询后发现,该款手机溢价严重,雷先生与店家协商,要求更换手机型号或减免部分费用,均被拒绝。接到投诉后,12315工作人员前往现场核实发现,店内设备皆明码标价。经调解,商家同意退还200元现金或补偿价值400元的礼品给消费者,双方和解。

(记者 郑秋玉 实习生 蔡冰莹 通讯员 洪菲娜 汪莉莎)

### 车位临时提价 引消费者不满

日前,消费者林先生致电12315反映,他向上海永升物业管理有限公司石狮分公司购买了一个停车位,双方协商价格为13.7万元,并于4月20日支付了5000元定金。后商家又把车位的价格提到15.08万元,林先生不满,要求商家按原先约定价格交易,但被拒绝了。经执法人员调解,商家补偿消费者4000元车位购买费用,双方和解。

(记者 郑秋玉 实习生 蔡冰莹 通讯员 洪菲娜 汪莉莎)

### 团购券不能用 平台拒绝退款

4月24日,消费者陈先生通过美团购买了欢乐迪KTV(体育馆店)598元套餐。4月30日晚,陈先生和朋友到现场后,却被告知疫情期间不营业,其便通过美团申请退款,但迟迟没有结果。陈先生致电12315,请求协调处理。接到投诉后,12315工作人员致电平台进行调解,平台已经退款,消费者撤诉。

(记者 郑秋玉 实习生 蔡冰莹 通讯员 汪莉莎)

### 欲使用美发券 商家称不会剪

4月22日,消费者林女士在多经平台团购了一张贰木美发19.9元券。后林女士前往剪头发,商家却告知不会剪短发,且该团购券无法使用。可在现场,林女士看到有理发师正在剪短发,其怀疑商家欺骗消费者,将商家投诉到12315。接到投诉后,执法人员依法对该事项进行检查,商家表示,消费者可随时前去剪发或办理退款。目前双方已经和解。

(记者 郑秋玉 实习生 蔡冰莹 通讯员 汪莉莎)



## 钓场成市民休闲好去处

一根钓竿,一把鱼饵,一坐就是一个下午……随着生活节奏的不断加快,钓鱼成为不少消费者释放压力、亲近自然的休闲选择。记者走访发现,近年来石狮新增了一些商业钓场,成为不少市民周末、假期里的休闲好去处。不少钓鱼爱好者喜欢在装备上下功夫,除了钓竿、鱼饵、钓鱼的衣服、遮阳设备、钓鱼凳子等也要一起备好,以便更好地享受钓鱼带来的乐趣。

(记者 林本鸣 李荣鑫)

## 端午粽抢先上市



距离2022年端午节还有大约半个月。日前记者走访市场看到,已经有不少粽子开始抢先上市,吸引了不少市民选购尝鲜。5月17日,记者来到凤里老街,看到商家忙着将一个个新鲜出炉的粽子捆扎在一起。除了传统手工肉粽,石狮一些酒店也推出了包装精美的礼盒粽子。不同的价格,也为消费者提供了多种购买选择。

(记者 林本鸣 郭雅霞)

## 黄金装饰品捏变形 买卖双方起争执

近日,消费者林先生来到德辉商场一楼珠宝店,准备给家中即将满月的孩子挑一块黄金“长命锁”。挑选过程中,林先生不小心捏了其中一块黄金“长命锁”,导致该块黄金有些许凹陷。

“你已把黄金长命锁捏变形了,不赔钱不准离开。”现场店员与林先生发生争执。林先生拨打12315热线投诉,“我只是轻轻捏了一下而已,不是故意让其变形的。”经过双方协商,维修费需

要900多元,各承担一半。

石狮市市场监督管理局提醒消费者,黄金物品,制作精美,但要小心触摸,避免不必要的纠纷发生。

(记者 谢艳 通讯员 王金国)