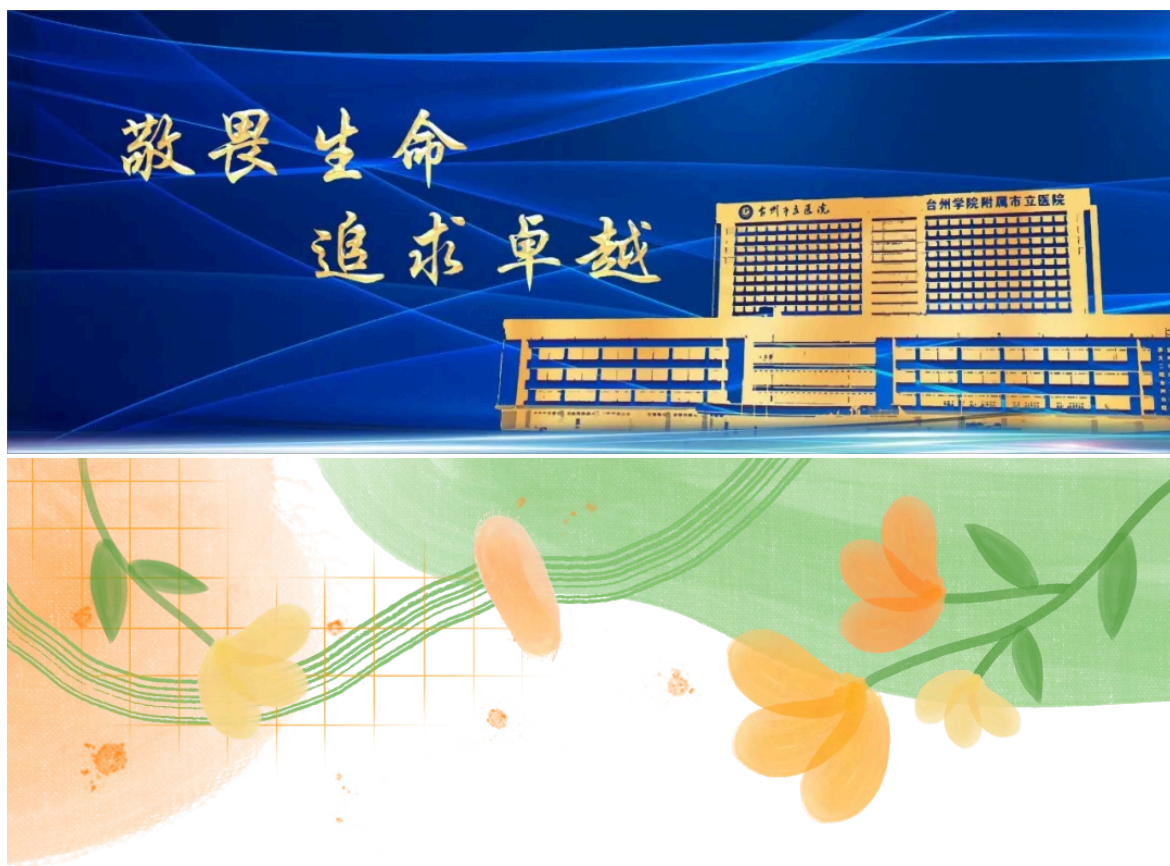


药师提醒：正在吃药的你，晒太阳要小心啦

台州市立医院TZMH 2026年4月22日 18:07 浙江



春暖花开，阳光正好，不少人喜欢趁着好天气出门享受春日暖阳带来的惬意。

但你知道吗？对于正在服用某些药物的人群来说，阳光却可能诱发一种特殊的不良反应——**药物光敏反应**。它不仅会让皮肤出现红肿、瘙痒，严重时还会起疱、脱皮，甚至留下色素沉着。

因此，这份台州市立医院药师特别为你准备的**避光药物清单及防护指南**，请务必收好，有备无患。



什么是药物光敏反应？

药物光敏反应是服用或局部用特定药物后，你的身体暴露于日光（主要为紫外线）后引发的皮肤不良反应。也就是说药物成分在体内“吸收”了光线，导致皮肤受损。主要分两种类型：

1. 光毒性反应（最常见）

用药后日晒数分钟至数小时发作，症状如重度晒伤，暴露部位快速出现红斑、水疱、脱皮，发病急、病程短。

2.光变态反应（发生率低）

用药后数天可能发作，症状类似过敏，皮肤起丘疹、瘙痒，可扩散至非暴露部位，易反复。

剂量决定风险

光敏反应的发生往往与药物在体内的浓度密切相关。一般来说，**剂量越大、疗程越长，风险越高。**

1

常规治疗剂量即有风险

对于喹诺酮类（沙星类）、四环素类等抗生素，通常在常规治疗剂量下（如左氧氟沙星0.5g/天），药物在皮肤中的浓度就足以引发光毒性。因此，只要按医嘱服药，就必须严格防晒。

2

累积剂量是关键

对于胺碘酮等药物，光敏反应与累积剂量关系密切。当累积剂量达到一定水平（如100g-200g以上）时，皮肤出现蓝灰色色素沉着的风险显著增加。即便停药，由于药物半衰期长，防晒仍需持续数月。

3

个体差异

即使是小剂量用药，光敏感体质的人群也可能出现反应。

服用这些药物时 千万别忘记做好防晒

以下药物进入人体后，会增加对紫外线的敏感度，服用后要记得做好防晒。

1 抗菌药物

喹诺酮类（沙星类）药物：诺氟沙星、环丙沙星、氧氟沙星、左氧氟沙星等（莫西沙星、加替沙星光毒性风险低）；

四环素类药物：四环素、多西环素、米诺环素等；

磺胺类药物：复方新诺明、柳氮磺吡啶。

2 非甾体抗炎药

阿司匹林、布洛芬、双氯芬酸钠、萘普生、吡罗昔康等常用止痛消炎药，部分人使用后，在日晒情况下容易引发过敏反应。

3 心血管药物

利尿剂：呋塞米、氢氯噻嗪；

抗心律失常药：胺碘酮（光敏风险高，停药后反应能持续数月）；

降压药：硝苯地平、卡托普利等。

4 精神类药物

氯丙嗪、奋乃静等抗精神病药，以及部分抗抑郁药。

5 降糖药

格列本脲、格列吡嗪等磺酰脲类降糖药。

6 皮肤科外用药

维A酸乳膏、他扎罗汀凝胶、复方补骨脂酊等，涂抹后局部皮肤对紫外线敏感度大幅提升。

7 其他

部分抗肿瘤药、抗组胺药（如苯海拉明），含呋喃香豆素的中草药（补骨脂、白芷等）。

预防药物光敏反应
请做好这5点

1 提前确认风险

用药前仔细阅读说明书，查看是否有“避免阳光直射”“注意防晒”提示，也可直接咨询医生及药师。

2 做好物理防晒

用药期间，应避免上午10点到下午4点紫外线高峰时段外出；外出时穿长袖、戴宽边帽、撑遮阳伞，进行物理遮挡，这是防晒的最可靠方式。

3 正确使用防晒霜

选择SPF30以上、PA+++的广谱防晒霜，出门前15-30分钟涂抹，每2-3小时补涂一次；阴天或者处于车内也要涂抹防晒，毕竟UVA可穿透云层和玻璃。



4 停药后仍需防晒

部分药物的光敏反应在停药后仍会持续（如胺碘酮，反应时间可达数月），停药后仍需做好防晒工作。

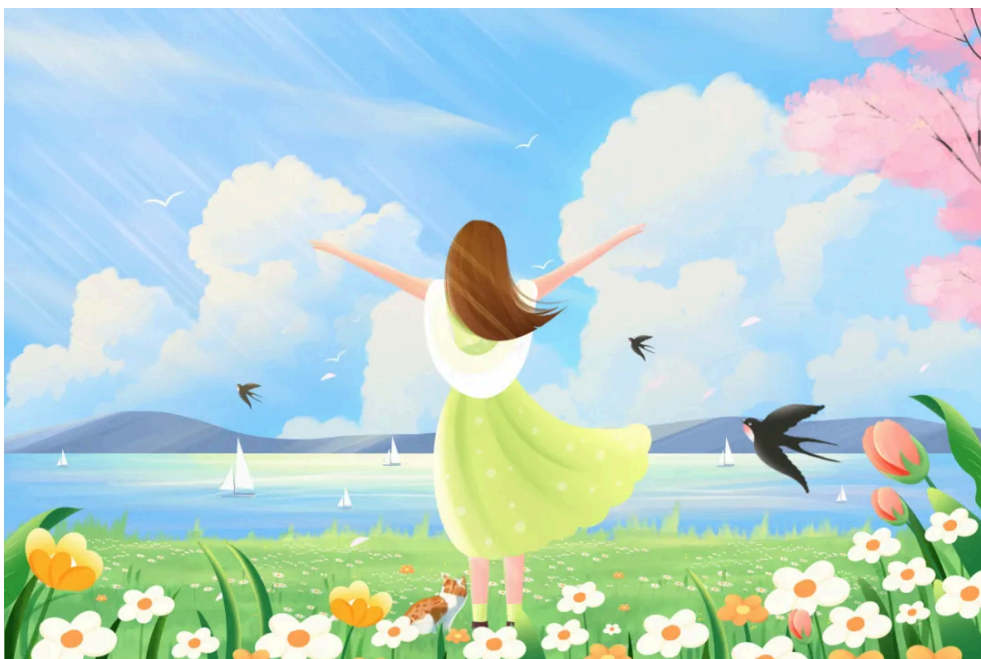
5 及时观察处理

用药期间若皮肤出现红斑、瘙痒、灼热、水疱等异常，立即停止日晒，并及时咨询医生、药师，切勿自行处理。



药师提醒：

春暖花开正是出游好时节，想要安心拥抱阳光，出行前请务必确认所用药物的光敏风险。一旦出现疑似光敏反应症状，应及时就医处理。

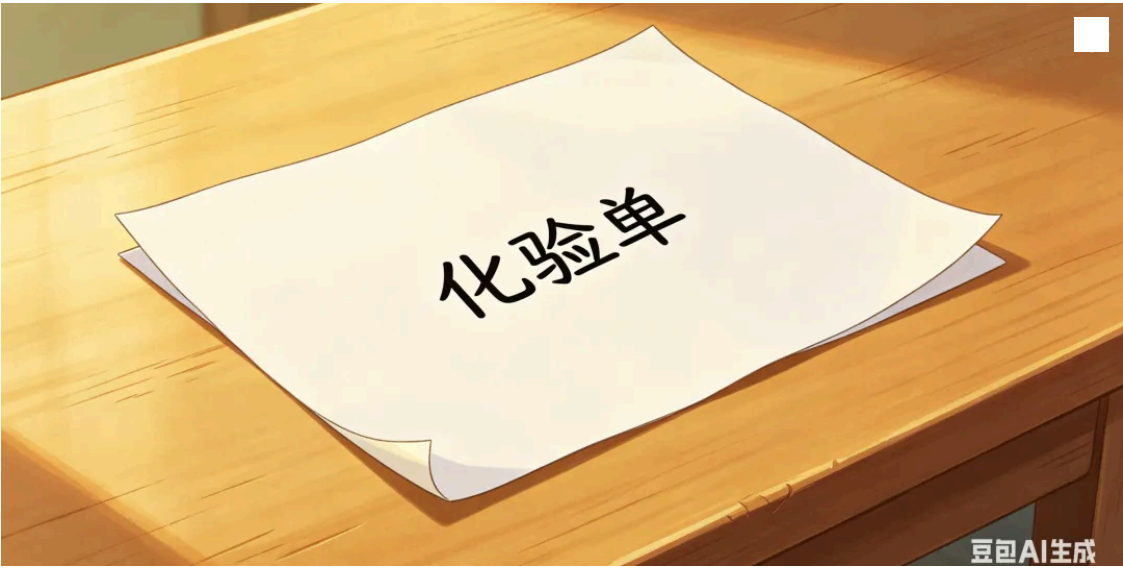


往期回顾

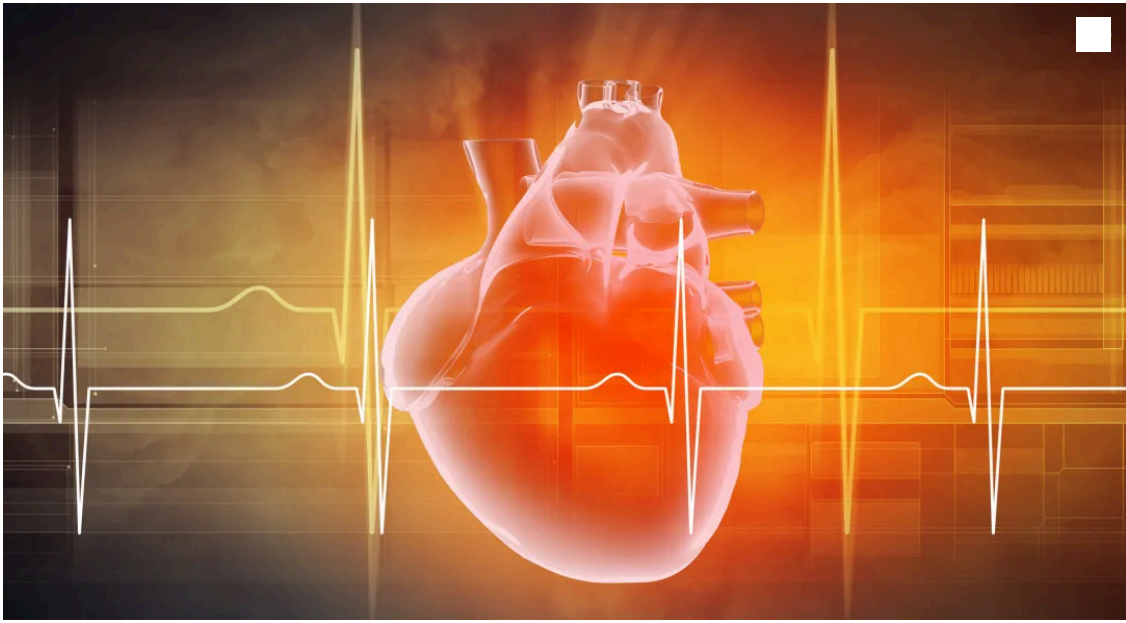
▶ @所有女生，别害羞别逃避！
青春期乳头内陷，其实有的是办法



▶ 化验单上上下下的箭头，到底在说啥？



▶ 不开胸换“心门”？这“瓣”法真不错
我院首例接受经导管主动脉瓣置换术
(TAVR) 患者出院



[市立科普 · 目录](#)

[上一篇 · 化验单上上下下的箭头，到底在说啥？](#)