



SHIWANGE WEISHENME (LAONIANBAN)

十万个为什么

(老年版)

安全用药

上海市学习型社会建设与终身教育促进委员会办公室 指导
上海科普教育促进中心 组编

ANQUAN
YONGYAO



复旦大学出版社
上海科学技术出版社
上海科学普及出版社



十万个为什么

(老年版)

安全用药

上海市学习型社会建设与终身教育促进委员会办公室 指导

上海科普教育促进中心 组编

李中东 编著

A
NQUAN
YONGYAO

复旦大学出版社
上海科学技术出版社
上海科学普及出版社



图书在版编目(CIP)数据

安全用药/李中东编著;上海科普教育促进中心组编. —上海:复旦大学出版社:
上海科学技术出版社:上海科学普及出版社,2015.10
(十万个为什么:老年版)
ISBN 978-7-309-11841-4

I. 安… II. ①李…②上… III. 用药法-中老年读物 IV. R452-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 228993 号

安全用药

李中东 编著

责任编辑/梁 玲

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路 579 号 邮编:200433

网址:fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853

外埠邮购:86-21-65109143

浙江新华数码印务有限公司

开本 889 × 1194 1/24 印张 4.75 字数 79 千

2015 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 978-7-309-11841-4/R · 1509

定价:15.00 元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。

版权所有 侵权必究



《十万个为什么》(老年版)

编委会

编委会主任 袁 雯

编委会副主任 庄 俭 郁增荣

编委会成员 (按姓氏笔画排序)

风慧娟 江晨清 李 唯 李惠康
张宗梅 姚 岚 夏 瑛 蔡向东

指 导 上海市学习型社会建设与终身教育促进委员会办公室

组 编 上海科普教育促进中心

本书编著 李中东

总序



党的十八大提出了“积极发展继续教育，完善终身教育体系，建设学习型社会”的目标要求，在我国实施科技强国战略、上海建设智慧城市和具有全球影响力科创中心的大背景下，科普教育作为终身教育体系的一个重要组成部分，已经成为上海建设学习型城市的迫切需要，也成为更多市民了解科学、掌握科学、运用科学、提升生活质量和生命质量的有效途径。

随着上海人口老龄化态势的加速，如何进一步提高老年市民的科学文化素养，通过学习科普知识提升老年朋友的生活质量，把科普教育作为提高城市文明程度、促进人的终身发展的方式已成为广大老年教育工作者和科普教育工作者共同关注的课题。为此，上海市学习型社会建设与终身教育促进委员会办公室组织开展了老年科普教育等系列活动，而由上海科普教育促进中心组织编写的“十万个为什么”（老年版）系列丛书正是在这样的时代背景下应运而生的一套老年科普教育读本。



“十万个为什么”(老年版)系列丛书,是一套适合普通市民,尤其是老年朋友阅读的科普书籍,着眼于提高老年朋友的科学素养与健康生活意识和水平。第二套丛书共5册,涵盖了延缓衰老、安全用药、旅游攻略、阳光心理、理财顾问等方面,内容包括与老年朋友日常生活息息相关的科学常识和技术知识。

这套丛书提供的科普知识通俗易懂、可操作性强,能让老年朋友在最短的时间内学会并付诸应用,希望借此可以帮助老年朋友从容跟上时代步伐,分享现代科普成果,了解社会科技生活,促进身心健康,享受生活过程,更自主、更独立地成为信息化社会时尚能干的科技达人。

前言



药品是一种特殊商品,往往具有两重性(或两面性),即药品在有效治疗疾病的同时,稍有偏差或不慎不当,就可能出现药物不良反应,甚至引起药源性疾病,危害健康乃至危及生命。在临床实践中,医师和药师都在努力帮助、协助患者选择使用合适有利的药物,尽量避免不当的有害因素。

用药是不少老年人日常生活必不可少的内容,也是确保健康幸福生活的重要手段。理想中的药物治疗,应是在尽量确保安全性的前提下,能经常有效、经济节省、最大限度地合理用药。希望老年朋友能不断学习医药科普知识,与医师、药师、护士及家人一起努力,安全用药,理性治疗。



目 录

一、药物篇 1

1. 为什么说“是药三分毒”? / 2
2. 为什么要学会分辨药品生产批号和有效期? / 4
3. 为什么要学会分辨处方药和非处方药,并且不随意使用非处方药? / 6
4. 为什么要合理使用抗生素? / 8
5. 为什么用药宜遵循个体化原则? / 10
6. 为什么要遵照医嘱按时服药? / 12
7. 为什么要学会辨识药品不良反应? / 14
8. 为什么要尽量少输液? / 16
9. 为什么长期用药必须定期随访肝肾功能变化? / 18
10. 为什么说止痛药是把双刃剑? / 20

二、疾病篇 23

11. 为什么有些疾病治疗时需要采用三联或四联用药? / 24
12. 为什么咳嗽不必马上服用镇咳药? / 26
13. 为什么高血压患者应合理选用降压药物? / 28
14. 为什么高血压患者要慎用滴鼻净? / 30
15. 为什么高血压患者忌用含钠盐的药物? / 32



16. 为什么高血压患者应提高用药依从性? / 34
17. 为什么糖尿病患者应合理选用降糖药? / 36
18. 为什么高血脂患者应有针对性地选用调脂药物? / 38
19. 为什么高血脂患者不能因胆固醇指标正常就减药或停药? / 40
20. 为什么心脏病患者应合理使用心脏病药物? / 42
21. 为什么心脏病患者应规范使用平喘药? / 44
22. 为什么胃溃疡患者服用维生素 C 要注意服药时间? / 46
23. 为什么皮肤外用药也有不良反应? / 48
24. 为什么老年人要慎用壮阳药? / 50

三、生活篇 53

25. 为什么有些药物饭前服用和饭后服用效果不同? / 54
26. 为什么服药期间不宜吸烟? / 56
27. 为什么服药期间不宜饮酒? / 58
28. 为什么大多数药物不宜与牛奶同服? / 60
29. 为什么变胖了可能是药物惹的祸? / 62
30. 为什么说皮疹可能与药物有关? / 64
31. 为什么服用抗过敏药后驾车可能不安全? / 66



- 32. 为什么用水服药并不简单? / 68
- 33. 为什么说润喉片非糖亦非零食? / 70
- 34. 为什么服了晕车药却没效果? / 72
- 35. 为什么家里的药物也要合理正确储存? / 74
- 36. 为什么有些药物会使尿液变色? / 76
- 37. 为什么服药前要仔细阅读药品说明书? / 78
- 38. 为什么漏服药物后不能随意补服? / 80

四、预防篇 83

- 39. 为什么过期药的危害不仅仅是失效? / 84
- 40. 为什么拔牙最好停用抗凝药? / 86
- 41. 为什么夏天用沙星类抗菌药要当心光毒性? / 88
- 42. 为什么青霉素类药物注射前要先做皮肤过敏试验? / 90
- 43. 为什么口服阿莫西林也要做皮肤过敏试验? / 92
- 44. 为什么服用抗过敏药就会发生便秘? / 94
- 45. 为什么有些药物可能诱发或加重哮喘? / 96
- 46. 为什么肝脏和肾脏易受药物损害? / 98
- 47. 为什么有些药物会引起戒酒硫样反应? / 100
- 48. 为什么感冒药不宜“多多益善”? / 102
- 49. 为什么美味的柚子不能与某些药物同服? / 104

一、药物篇

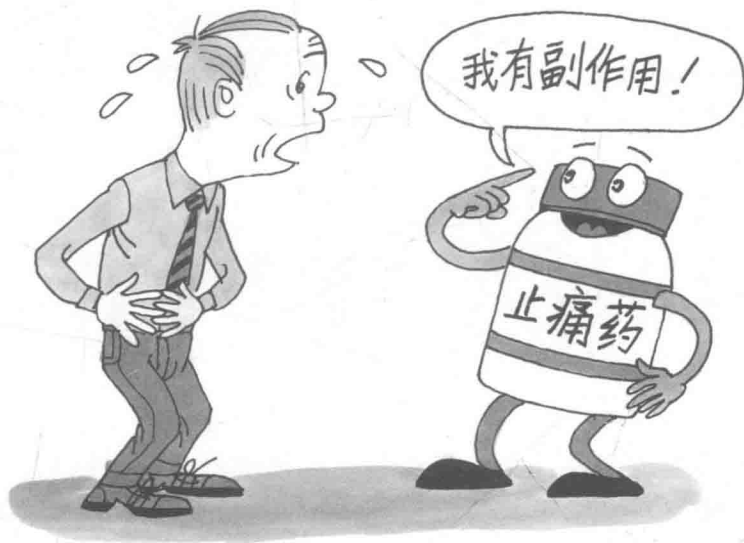
吴先生今年 56 岁,是一家软件公司的工程师。他连日加班十几天后,腰痛得直不起来,就随意吃了些止痛药。过了两天,他发现小便的量比平时少了很多,还有大量泡沫,急忙到医院就医。医生检查后发现,吴先生患有急性肾炎。

吴先生怎么会患急性肾炎呢? 原来止痛药中的解热镇痛成分会引起肾损害,过量或长期使用,都可引起急性肾炎或肾小球坏死等肾病综合征,严重的还会导致肾衰竭。



“是药三分毒”,药物的主要功效与它的不良反应往往相伴而生。

过去认为一般的解热镇痛药属非麻醉镇痛药,没有成瘾性,近年来发现一些常见解热镇痛药,如对乙酰氨基酚(扑热息痛)、吲哚美辛(消炎痛)、布洛芬等,当连续用药时间过长(数月至数年)后,部分患者可能会对药物产生依赖性和耐受性。具体表现为一定时间内不重复给予足量药物时,患者会有情绪不安、焦虑、注意力涣散、全身疼痛、怕冷甚至寒战等不适,服用足量药物后,症状会明显缓解,再次停药后以上症状又重复出现。特别是有些老年人常吃的去痛片,容易成瘾,不仅损伤肾脏,还会对肝脏不利。



凡是药物都有它的适应证和用药疗程,不遵医嘱,不对症服用或长时间服用,都会对身体有害。药物既有改善身体功能或疾病过程、利于患者康复的一面,也有可能引起意想不到的不良反应、对人体产生损害的另一面。那么,中老年朋友应该怎样正确用药? 专家给出以下解答:

(1) 充分了解药物的利弊:是药三分毒,药物既能治病,也能致病。

(2) 摒弃中药无害论:有人认为只有西药有不良反应,中药应该没有不良反应。其实,中药并不能让人百分之百放心,也会造成严重后果,服用中药也要小心不良反应。

一天,张先生因为炎症去医院输液。输注的药物是头孢曲松钠,药物的批号是 20100230。张先生认为这是假药,理由为药品的生产批号就是药品的生产日期,2 月份没有 30 号,所以他认为医院给用的是假药。这到底对不对呢?

原卫生部 1992 年颁布的《药品生产质量管理规范》(GMP)第七十六条规定,批号是用于识别“批”的一组数字或数字加字母。

批号的编制有一定的专业性,药品使用者并不一定能从中得到生产过程的有关信息。如果药品生产批号既要反映药品生产过程中影响药品质量的关键工艺或设备,又要表示生产时间,批号往往变得很长,批号标识也会增加难度和成本。因此,把药品生产批号与生产日期和有效期硬性联系起来,具有不合理性。

(1) 产品批号是用于识别某一批产品的一组数字或数字加字母。但要特别注意,这组数字可能与该产品的生产日期有关,也可能没有直接联系,也就是说,同一产品批号的药品可能是在不同的时间生产出来的。例如,某产品批号标示为“20120215”“20131245”“201506AD”等,单从批号上无法确定药品的生产日期。

(2) 生产日期是指某种药品完成所有生产工序的最后日期。例如,某产品的生产日期是“20130201”,说明这批产品是 2013 年 2 月 1 日完成生产。

(3) 有效期是指药品在规定的储存条件下,保证质量的最长使用期限,超过这个期限,则不能继续销售、使用,否则按劣药查处。药品有效期的计算是从生产日期开始的。例如,某种药品的



生产日期是“20140213”，有效期是3年，那么有效期的合法标示就是“20170212”或“2017年1月”。

在了解了产品批号、生产日期、有效期的标示方法及具体含义后，广大患者在用药时就可避免服用过期失效的药品，从而保证用药的安全有效。



在生活中要正确了解药品的生产批号、生产日期和有效期，既不要把没有过期的药品当成过期的药品扔掉，造成浪费；也不能错误服用过期失效的药品，导致身体不必要的伤害。如果遇到生产批号、生产日期或有效期已经模糊不清的药物，自己又无法分辨药品是否过期，切记不可因为怕浪费而勉强服用。

1937年，美国田纳西州某药厂生产了一种消炎类新药“磺胺酞剂”。药品在售出当年，出现有358人中毒、107人死亡的悲剧。经检验，这种药对人的肾脏有严重损害。美国政府和有关部门开始高度重视药品使用的安全性和有效性，并首先通过立法确定了处方药和非处方药的使用标准。

处方药是指经过医生处方（指有处方权的医生所开具的处方），才能从药房或药店获取，并要在医生监控或指导下使用的药物。这种药通常具有一定的不良反应及其他潜在影响，用药方法和时间都有特殊要求，必须在医生指导下使用。

非处方药（标有“OTC”标识）是指患者自己根据药品说明书自选、自购、自用的药物。这类药物用法较简单，不良反应较少或较轻，而且也容易察觉，不会引起耐药性和成瘾性，与其他药物的相互作用也少，在临床上使用多年，疗效肯定。非处方药主要用于病情较轻、稳定、诊断明确的疾病。从用药安全性考虑，非处方药经临床验证，相对安全，患者可根据自身症状自行进行判断，严格按照说明书用药。根据安全性的不同，非处方药又划分为甲类非处方药（标有红色“OTC”标识）与乙类非处方药（标有绿色“OTC”标识）。甲类非处方药需在药店执业药师指导下购买和使用，乙类非处方药可按药房规定按需购买。

需要强调的是，处方药和非处方药并不是药品的本质属性，而是在管理上进行界定。处方药和非处方药都经过国家药品监督管理部门批准，其安全性和有效性都是有保障的。

非处方药分为
红色OTC和绿色OTC

红色OTC: 甲类, 必须
在医院、医药公司、药
店出售

绿色OTC: 除上述地
点之外, 还可在被批准
的宾馆、商店中零售



在生活中, 非处方药虽然可以自行到药店购买, 但是非处方不代表“随意方”。使用非处方药时也应该明确用药目的, 合理选用药物, 要避免重复用药, 注意药物之间的相互影响, 不要过量服用。特别要注意小孩、老年人、孕妇、哺乳期妇女等特殊人群, 千万不要盲目选药。