

老年

Lao nian gong yao xuzhi

用药须知

◎ 主 编 孙兰英 袁凤仪



晚霞当似锦

老年朋友
健康生活的良师益友



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

老年用药须知

LAONIAN YONGYAO XUZH

主 编 孙兰英 袁凤仪
副主编 杨运旗 杨永胜
编 委 任渝江 王虎林 方 宇



人 民 军 医 出 版 社

People's Military Medical Press

北 京

图书在版编目(CIP)数据

老年用药须知/孙兰英等主编. - 北京:人民军医出版社, 2004. 3

ISBN 7-80194-100-4

I. 老… II. 孙… III. 老年病-用药法-问答 IV. R97-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 087779 号

策划编辑:郭伟疆 于 哲 加工编辑:杨骏翼 责任审读:余满松

版式设计:周小娟 封面设计:龙 岩 责任监印:陈琪福

出 版 人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市复兴路 22 号甲 3 号 邮编:100842

电话:(010)66882586(发行部)、51927290(总编室)

传真:(010)68222916(发行部)、66882583(办公室)

网址:www. pmmp. com. cn

印刷:北京京海印刷厂 装订:腾达装订厂

开本:787mm×1092mm 1/32

印张:9 字数:187 千字

版次:2004 年 3 月第 1 版 印次:2004 年 3 月第 2 次印刷

印数:4001~8000

定价:18.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

电话:(010)66882585、51927252



科学合理用药,是每个老年朋友都需要了解的。本书以问答的形式,从 15 个方面对老年人用药常识进行了深入细致的介绍,包括老年人用药的特殊性,如何理解药品说明书上的每一个细节内容,安全用药常识,并分系统详细讲解了老年常见病用药知识,同时也涉及到保健药物的使用,消除老年朋友用药的认识误区,提供了保健小窍门。本书语言朴实,内容实用,是老年朋友必备的科普读物。

责任编辑 于 哲 郭伟疆 杨骏翼



“长命百岁”是自古以来人们对生存时限的向往。随着社会的发展,人的寿命在延长,“人过七十”已不再是“古来稀”。但是,这与人的“自然寿命”仍然存在着不小的距离,说明人完全有理由活得更长更久。不过,人类孜孜以求的应该是高质量的生活,而不是长久的痛苦煎熬。新的生物—心理—社会医学模式告诉人们,身体健康是高质量生存的首要因素,战胜疾病是身体健康的重要保证,用药是治疗疾病的主要手段。

当今,老年人有着追求晚年幸福的强烈愿望和求知若渴的奋进之心,但有些老年人对上述问题存在着认识的误区、知识的不足和方法的失当。这在一定程度上影响着他们的健康和幸福。本书的编者正是从这一点出发,希望为老年朋友们做一点有益的工作。

全书共分十五章 311 问。首先对老年、老年病、药理学、中药学、营养学基础知识进行了必要的说明,并对老年人的一些重点疾病的病因、病理、临床表现和诊断方法做了简单的介绍,为正确用药打下基础。其后,本书分别对呼吸、心血管、消化、泌尿、血液、内分泌、神经系统常见的老年病应当如何进行药物治疗及其原理,做了较为详

细的叙述,并对保健药、营养药、抗衰老药、常用中药、家庭备药及用药方法和注意事项以及老年急症及其院前处理等知识给予了认真的交代。本书运用辩证唯物主义和一分为二的观点,强调了遵循事物发展的客观规律、尊重知识、尊重科学的观念,重点在于消除认识误区、树立正确的理念和方法,突出了药物的两面性和医生指导的重要性,不仅详细介绍了“应该如何用药”,而且用更大的篇幅和实际的教训介绍了“不应该如何用药”,这或许更具指导意义。

在本书的编写中,参阅了许多专家和学者的研究成果和著作中的论点,意在增加这些宝贵知识的传播途径,使之更快更好地为老年人服务,而决无窃为己有之图。因本书篇幅所限,不可能将引用之诸条出处和作者一一列出,在此谨表真诚的歉意和衷心的感谢。

由于我们的知识水平有限,书中所述的内容,仅为老年保健知识宝库中的沧海一粟,仅供老年朋友们参考,希望能对读者有所裨益。



第一章 老年,老年病用药特殊性

1. 多少岁才称为老年 (1)
2. 我国人口的平均寿命 (1)
3. 人类最高寿命是多少 (2)
4. 您是一位健康老人吗 (2)
5. 国际上健康老年人的标准是什么 (3)
6. 您的老年生活质量高吗 (4)
7. 美国老年人保健标准 (5)
8. 衰老是疾病吗 (6)
9. 您知道什么叫老年病吗 (6)
10. 老年病的危险因素有哪些 (6)
11. 老年病有哪些特征 (7)
12. 心血管病的十大信号 (7)
13. 脑血管病的十大信号 (8)
14. 您知道老年病的三级预防吗 (9)
15. 老年用药不比年轻人 (9)
16. 给老人用药应注意哪些问题 (10)
17. 老年人家中服药应怎样掌握用量 (11)
18. 老年人易发生药物不良反应 (12)
19. 老年人易发生中毒的药物有哪些 (12)

第二章 老年人安全用药常识

- 20. 什么是药品 (14)
- 21. 您知道什么叫处方药吗 (14)
- 22. 您知道什么叫非处方药吗 (15)
- 23. 处方药与非处方药,哪个疗效好 (15)
- 24. 如何阅读医生的处方 (15)
- 25. 处方中剂量符号与用法的简写含义 (16)
- 26. 您遇到过“密码处方”吗 (16)
- 27. 怎样阅读药品说明书 (17)
- 28. 什么叫药品的批号,如何理解 (19)
- 29. 什么是药物的有效期 (19)
- 30. 家中用药为何不宜超剂量 (20)
- 31. 药物为何分毒药、剧毒药、限剧药、麻醉药 (21)
- 32. 怎样理解药物的慎用、忌用与禁用 (21)
- 33. 如何理解药物的协同作用与拮抗作用 (22)
- 34. 什么是药物的不良反应 (22)
- 35. 怎样确定服药时间 (23)
- 36. 药物的禁忌配伍有哪些 (24)
- 37. 哪些药物有成瘾性 (25)
- 38. 肝、肾功能不良者用药要小心 (26)
- 39. 老年用药应学会自我监测 (26)
- 40. 用药期间做个“护身符”防意外 (27)

第三章 老年人用药常见的认识误区

- 41. “贵药”效果真好吗 (28)
- 42. 新药一定比老药强吗 (29)
- 43. 进口药肯定比国产药强吗 (30)
- 44. 治病用药越多越好吗 (31)

45. 药物剂量越大越好吗	(32)
46. 用药急于求成要坏事儿	(33)
47. 用药不能因噎废食	(34)
48. 服药打针哪个方法好	(35)
49. 莫要轻易“打点滴”	(36)
50. 无药处方也治病	(36)
51. 诊断不清慎用药	(38)
52. 盲目迷信药物广告很危险	(38)
53. 选用偏方要慎重	(39)
54. 保健食品不是药	(40)
55. 警惕掉进“保健品”陷阱	(40)
56. 药物也会引发“营养不良”	(41)
57. 补药不是营养药	(41)
58. 滥用白蛋白很危险	(42)
59. 人老了就得靠补药养着吗	(43)
60. 雌激素不是“防老药”	(44)
61. 骤停雌激素危险多	(44)

第四章 老年人服药应注意的问题

62. 不能用茶水送服的药物	(46)
63. 有些药不要同牛奶一道服	(47)
64. 用果汁服药不妥当	(48)
65. 直接口对药瓶服用不卫生	(48)
66. 胶囊药不能“脱衣”服用	(49)
67. 服胶囊药需多饮水	(49)
68. 为什么不能干吞药片	(50)
69. 针剂药物别口服	(51)
70. 标有“肠溶”的药片不能嚼	(51)

- 71. 服药后饮酒危险多 (52)
- 72. 服用哪些药物不宜饮酒 (53)
- 73. 服用药酒要当心 (54)
- 74. 服药后不要立即睡觉 (55)
- 75. 中西药不能任意混合使用 (55)
- 76. 服中药的学问 (56)
- 77. 服中药为何要忌口 (57)
- 78. 西药也要讲忌口 (57)
- 79. 怎样服药才正确 (58)
- 80. 口服药物要选择“良辰吉时” (59)
- 81. 警惕停药后病情反弹 (60)

第五章 老年呼吸系统用药须知

- 82. 肺是老人“多米诺骨牌”的第一块 (61)
- 83. 如何选择治感冒的中成药 (61)
- 84. 老年人为何要慎选感冒药 (62)
- 85. 单纯感冒不必“如临大敌” (63)
- 86. 不要滥用速效伤风胶囊 (64)
- 87. 冬春咳嗽多,止咳慎选药 (64)
- 88. 重视排痰药的合理使用 (65)
- 89. 老人慎用氨茶碱 (66)
- 90. 不明成分的平喘药别乱吃 (67)
- 91. 长服激素小心肺结核 (68)
- 92. 何为抗结核病的联合用药 (68)
- 93. 服用异烟肼前的交代 (69)
- 94. 三合素、蛇麻花抗结核不能同时服 (70)
- 95. 老年抗结核治疗应注意啥问题 (70)
- 96. 为什么有些抗菌药对我就没效 (72)

97. 用抗生素别“赶时髦”	(72)
98. 服用抗生素有时需“忌口”	(73)
99. 润喉片不是糖丸	(74)
100. 常服胖大海有损健康	(75)
101. 呼吸道疾病常用的雾化吸入药物	(75)
102. 严重肺气肿要禁用或慎用安眠药	(76)
103. 肺心病老人怎样安度“寒冬关”	(77)

第六章 老年心血管系统用药须知

104. 冠心病病人如何选用中成药	(79)
105. 冠心病病情不同选择药物应有别	(80)
106. 如何识别硝酸甘油片是否有效	(81)
107. 您了解硝酸异山梨酯(消心痛)吗	(82)
108. 您会含服硝酸甘油片吗	(82)
109. 含服硝酸甘油无效该怎么办	(83)
110. 如何保管硝酸甘油	(84)
111. 硝酸异山梨酯(消心痛)、硝酸甘油不要 过量服用	(84)
112. 如何避免“硝酸酯类药物耐药性”的产生	(85)
113. 服用硝酸酯类药物要注意体位变化	(86)
114. 心肌梗死预防 A、B、C	(86)
115. 家中不宜使用溶栓药	(88)
116. 阿司匹林与老年常见病	(88)
117. 哪些人不适合服用阿司匹林	(90)
118. 您了解降压药的分类吗	(90)
119. 口服血管扩张药应视病选用	(92)
120. 科学服用利尿药和血管扩张药	(93)
121. 老年高血压患者应首选什么药	(94)

- 122. 容易导致低血压的药物有哪些 (95)
- 123. 老年人服用降压药物应注意的问题 (96)
- 124. 降压药联合应用有原则 (96)
- 125. 血压控制了,怎么又咳嗽上啦 (97)
- 126. 肺性高血压慎用降压药 (97)
- 127. 滥用利尿药危害大 (98)
- 128. 高血压病家庭治疗中用药的忌讳 (99)
- 129. 血压降至多少才合适 (101)
- 130. 如何自我监测血压 (102)
- 131. 高血压病人勿服消炎痛 (102)
- 132. 高血压别忘了食疗 (103)
- 133. 低血压也要积极防治 (104)
- 134. 低血压≠贫血 (105)
- 135. 强心药—地高辛 (105)
- 136. 治疗心律失常药物毒性大 (106)
- 137. 能影响神经、精神系统的心血管药物 (107)
- 138. 患心血管疾病的老年人旅游须知 (108)
- 139. 学会使用急救盒 (109)
- 140. 胆固醇的“功”与“过” (110)
- 141. 您会看血脂化验单吗 (110)
- 142. 血脂增高如何选药 (112)
- 143. 降脂平、脉康片、心脉康和脉舒片用途不同 (113)
- 144. 介绍几种常用调脂药的用法 (114)
- 145. 调脂药物使用的注意事项 (115)
- 146. 别把调脂药的不良反应当作添了新毛病 (115)
- 147. 谈谈调脂药中的鱼油制剂 (116)
- 148. 冠心病患者血脂降到多少为合适 (117)

149. 无症状高脂血症也须治疗	(118)
150. 血液黏稠度高该怎么办	(118)
151. 尝尝降脂保健汤	(119)

第七章 老年消化系统用药须知

152. 老年人消化不良怎么办	(121)
153. 什么是胃食管反流病	(122)
154. 慢性胃炎治疗急不得	(123)
155. 溃疡病治疗有进展	(125)
156. 老年性溃疡的特点与对策	(126)
157. 哪些药物易致胃出血	(127)
158. 肝硬化用药学问多	(128)
159. 脂肪肝需要药物治疗吗	(129)
160. 如何防治脂肪肝	(130)
161. 用药警惕肝损害	(131)
162. 用药不当还会引起胰腺炎	(133)
163. 慢性胆囊炎与胆石症难分家	(135)
164. 结肠功能紊乱不能全靠药物来治疗	(136)
165. 便秘的药物治疗及其他	(138)
166. 什么叫“臆想便秘”	(140)
167. 老年人何为易发生慢性习惯性便秘	(141)
168. 您该怎样做才能防止便秘	(141)
169. 不明原因的腹泻慎用药	(142)
170. 不要一泻就吃止泻药	(144)
171. 人肠道内需要正常菌群驻守	(144)
172. 说说药源性肠炎	(145)
173. 难治性腹泻警惕真菌感染	(147)
174. 泻药与癌症	(148)

175. 便血不可轻视 (149)
176. 老年人滥用阿托品后患多 (150)
177. 怎样正确选用胃肠中成药 (151)

第八章 老年泌尿系统用药须知

178. 影响老年男性生活质量的“小板栗”
——前列腺 (153)
179. 小便不畅要重视 (154)
180. 老年人何为易患前列腺增生 (154)
181. 前列腺增生与慢性前列腺炎是一回事吗 (155)
182. 前列腺增生后会癌变吗 (156)
183. 如何早期发现前列腺癌 (156)
184. 为什么有的前列腺肥大还要开刀 (157)
185. 前列腺切除术后应该注意些什么 (158)
186. 前列腺肥大的老人要慎用利尿剂 (158)
187. 使用阿托品容易导致尿潴留 (159)
188. 常用治疗前列腺增生的药物有哪些 (160)
189. 前列腺增生保健十法 (160)
190. 治疗前列腺炎验方二则 (161)
191. 哪些药物能损害肾脏 (162)
192. 肾性贫血好治吗 (163)
193. 血液透析期间用药不一般 (164)
194. 尿毒症换肾后就万事大吉了吗 (165)
195. 多为肾脏减点负 (167)
196. 保肾就是保生命 (167)
197. “腰子”发炎该如何选择消炎药 (168)
198. 肾病患者应尽量少吃维生素 C (169)
199. 老年尿失禁有药治吗 (169)

200. 老年人能用“伟哥”吗	(170)
-----------------------	-------

第九章 老年血液系统用药须知

201. 贫血是怎么回事	(171)
202. 贫血的种类可真多	(172)
203. 骨髓穿刺会使人变傻吗	(174)
204. 贫血应怎样治疗	(174)
205. 老年人贫血有哪些特点	(176)
206. 您知道白细胞减少症吗	(177)
207. 白细胞减少症的治疗	(179)
208. 血小板减少症及其药物治疗	(179)
209. 谈谈老年性紫癜	(181)
210. 老年人有血栓形成倾向	(181)
211. 服抗凝药应注意哪些问题	(182)
212. 输血的功与过	(182)

第十章 老年内分泌系统用药须知

213. 老年糖尿病有何特点	(184)
214. 国内常用口服降糖药有哪些	(184)
215. 怎样合理使用口服降糖药	(185)
216. 口服降糖药的时间怎样选择	(186)
217. 口服降糖药时您应注意啥	(187)
218. 高龄糖尿病人应慎用双胍类药	(188)
219. 胰岛素分几类	(188)
220. 您需正确认识胰岛素	(189)
221. 如何选用不同剂型的胰岛素	(189)
222. 您怎样选择注射胰岛素的部位	(190)
223. 注射胰岛素前您应知道的问题	(190)
224. 家庭怎样保管胰岛素	(191)

※ 老年用药须知

- 225. 您属于易患糖尿病的高危人群吗 (192)
- 226. 糖尿病患者能出门旅游吗 (193)
- 227. 家中注射胰岛素须知 (194)
- 228. 巧用胰岛素,预防皮肤感染 (194)
- 229. 糖尿病并发感染要重视 (195)
- 230. 老年甲亢也要正规服药 (196)
- 231. 老年甲减别轻视 (197)
- 232. 痛风发作不能单靠秋水仙碱来治疗 (198)

第十一章 老年神经系统用药须知

- 233. 您知道什么叫脑老化吗 (199)
- 234. 什么药物可健脑 (200)
- 235. 如何选择营养神经的药物 (201)
- 236. 如何选择营养脑细胞的药物 (202)
- 237. 脑血栓后需长期服药吗 (203)
- 238. 如何选择口服抗栓药 (204)
- 239. 脑出血后服哪些药好 (205)
- 240. 哪些药可以治疗帕金森病 (206)
- 241. 老年人用左旋多巴应注意什么 (207)
- 242. 什么药可治疗眩晕 (208)
- 243. 肢体抽搐怎么办 (209)
- 244. 失眠该怎么办 (209)
- 245. 安眠药服用过量后怎么办 (210)
- 246. 老年性痴呆的治疗目的是什么 (211)
- 247. 有效降压能防止痴呆吗 (212)
- 248. 使用脑活素安全无害吗 (212)
- 249. 定期输入活血药物有益吗 (213)
- 250. 服用吗啡类药物应慎重 (213)

251. 脑动脉硬化的预警信号	(214)
252. 脑血管病如何自我监测	(215)
253. 饮食对脑血管病的影响	(216)
254. 有些药物可诱发中风	(217)

第十二章 维生素与保健药使用须知

255. 什么叫维生素,它们是怎样命名的	(219)
256. 什么是脂溶性维生素和水溶性维生素	(220)
257. 维生素用多少为合适	(220)
258. 维生素吃多了也有危害	(221)
259. 维生素 E 不是“唐僧肉”	(222)
260. 维生素 E 美容的误区	(222)
261. 服药也可引起维生素缺乏	(223)
262. 多种维生素也不能替代瓜果蔬菜	(224)
263. 维生素 C 和维生素 E 能降压吗	(224)
264. 适当补充维生素 C 能促进伤口愈合	(225)
265. 叶酸、维生素 B ₁₂ 能防老年痴呆	(225)
266. 阿司匹林能与维生素 B ₁ 合用吗	(226)
267. 什么是骨质疏松	(226)
268. 有哪些方法可以治疗老年骨质疏松	(227)
269. 老年人如何补钙	(228)
270. 盐中“恶魔”会导致骨质疏松	(229)
271. 有骨质增生还能补钙吗	(229)
272. 补钙也能延缓衰老	(230)
273. 中医中药也能治疗骨质疏松症	(231)
274. 老年妇女为何容易驼背	(231)
275. 锻炼是补钙的好帮手	(232)
276. 食品补钙须得法	(233)