



KAN DUI YI SHENG
FU DUI YAO

清清楚楚看医生
明明白白服对药

看病 明白病症挂对号，了解医生投对医，
掌握看病的智慧，与医生轻松交流！
服药 清楚自己的病情，针对病症服对药，

看对医生 服对药

周更须◎编著



KAN DUI YI SHENG
FU DUI YAO

清清楚楚看医生
明明白白服对药

看对医生 服对药

周更须◎编著

 中国书画出版社
CHINA PICTORIAL PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

看对医生服对药 / 周更须 编著. —北京: 中国画报出版社,
2010. 9

ISBN 978-7-80220-850-6

I. ①看… II. ①周… III. ①常见病—防治
IV. ①R4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 139471 号

书 名: 看对医生服对药

出 版 人: 田 辉

作 者: 周更须

责任编辑: 王少娟

助理编辑: 李 媛

出版发行: 中国画报出版社

(中国北京市海淀区车公庄西路 33 号, 邮编: 100048)

电 话: 88417359(总编室兼传真)、68469781(发行部)

88417417(发行部传真)

网 址: <http://www.zghbcbs.com>

电子邮箱: cpbh1985@126.com

印 刷: 北京柯蓝博泰印务有限公司

监 印: 敖 晔

经 销: 全国新华书店

开 本: 16K

印 张: 16.25

版 次: 2010 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-80220-850-6

定 价: 29.80 元

前言

Preface

作为一名患者,得了病千万不可硬撑着,一定要及时去医院看病。当然也不可乱投医,看病也有看病的智慧。患者要掌握最基本的医学常识,了解看病程序。要明白病症挂对号,了解医生投对医。这样不仅可以找到好的医生,还会节约你看病的宝贵时间。

看对医生最重要的就是如何选择医生。随着社会的进步,医疗水平和医疗制度也在不断进步,患者自选医生就医这项新的制度已在很多医院实施。过去,病人挂号后,除了专家门诊外,大多是由各科门诊护士按号随机分诊,病人没有选择的权利。现在不同了,谁的技术好、声誉好、服务好,就选谁为自己服务。患者拥有自主的选择权。但是许多病人并不知道如何选择医生,面对医院中这么多科室这么多医生,难免会不知所措。

其实,选择医生首先要根据院方提供的医生资料选择。在已开展病人选医生制度的医院,在门诊大厅或住院部比较醒目的地方都有介绍医生情况的宣传栏,一般有医生的照片、姓名、职称、学历、较为详细的业务水平介绍等。病人只要仔细阅读,一般能了解医院的概况及医生的大致情况。当然还可以通过各院所设的咨询服务台了解。大医院在门诊大厅设有咨询服务台或导医台,病人可以从咨询台或导医护士处了解情况。其次,患者可以电话咨询或网上查阅。如是外地患者就医,可在看病之前先打个电话,医院里一般由医务科或门诊办公室负责向病人解释,



前

言



如看什么科,医生每周几坐诊,住院部的床位情况等等。现在许多大医院在互联网上设有网页,病患者也可以在网上进行查阅。另外,询问身边的朋友和同事,也能对医生的情况有一个大概的了解。用这种方法挑选医生可以说是一种较好的方法。

有病不可乱投医,有病更不可乱吃药。科学合理的用药对于患者来说是非常重要的。患者首先要了解药物的基本常识,清楚什么是处方药和非处方药,学会查看药品说明书,能够区别药品和保健品,会识别变质和伪劣药品等。患者还要懂得服药的方法,掌握服药的正确姿势,合理安排服药时间,严格遵照医嘱用药,不要乱用药引子等。服对药还要懂得用药的误区和禁忌,掌握不同病症的安全用药知识以及如何储存家庭用药,保证患者的用药疗效和生命安全。

本书是一本告诉读者如何求医看病的指导手册,旨在帮助广大患者朋友更好更快地得到医治,早日获得健康的身体。但由于作者水平所限,书中难免存在纰漏和不足之处,敬请广大读者朋友批评指出。

周更须

2010年9月于北京军区总医院

目录 Contents

上篇 看对医生——有病不可乱投医

人人都可能得病，但是有了病却不能乱投医，一定要到正规的医院去做检查。再一方面，现在的虚假广告满天飞，不能轻易相信。特别是疑难病症，有的广告打着根治的旗号，欺骗患者，希望朋友们不要上当受骗。有病不可怕，要对症下药，相信科学，不要受虚假广告的影响，到正规医院进行检查，让医生给你制定正确的治疗方案。

第一章 看病前要懂的就医知识

看病前都要做些什么准备	/ 4
怎么分辨医药广告的可靠性	/ 6
如何辨别医托	/ 10
突然发病要做好哪些事	/ 12
怎么拨打急救电话	/ 14

第二章 医院及科室的选择

医院的选择	/ 18
对医院的评价	/ 21



目

录



分清医疗机构的真伪

/ 26

第三章 看中医还是看西医

中医和西医的异同

/ 30

哪些病更适合看中医

/ 31

对中医常见的误解

/ 33

第四章 如何选择医生

什么是好医生

/ 36

如何选择医生

/ 42

如何看专家门诊

/ 44

女性患者如何选择男医生

/ 45

异地如何求医

/ 48

网上如何挂号求医

/ 50

手术医生的选择

/ 51

如何判断伪医学专家

/ 52

第五章 不同症状的就医选择

全身性症状的就医选择

/ 56

头部症状的就医选择

/ 64

胸部症状的就医选择

/ 68

腹部症状的就医选择

/ 74

泌尿系统的就医选择

/ 79

关节症状的就医选择

/ 84

其他常见病症的就医选择

/ 88

下篇 服对药——有病不可乱吃药

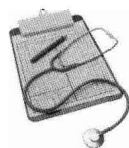
有病不能乱吃药。现在药房到处都有，有时生个小病，不想找医生看，就自己到药房买药吃。这个新药呀，那个特效药啊，一拿就是十几、几十元，一盒吃完了却不见疗效，结果钱也没少花，最后还得上医院去看医生。小病耽误几天影响还不大，要是小病演变成大病，再后悔可就晚了。

第一章 药物的基本知识

什么是处方药和非处方药	/ 100
如何查看药品说明书	/ 101
同一种药为什么会有几个药名	/ 102
药物的剂量是怎么回事	/ 103
如何识别变质药品	/ 104
如何识别假冒伪劣的药物	/ 105
如何区别药品和保健品	/ 107
药物是如何发挥治疗作用的	/ 108
打针能否代替吃药	/ 109
剂型对药物作用有何影响	/ 111
用药后如何进行自我监测	/ 112
药物过敏是怎么回事	/ 113

第二章 服药有讲究

服药的正确方法	/ 116
服药的姿势	/ 117
怎样正确口服药物	/ 118



目

录



严格遵照医嘱用药	/ 119
不要乱用药引子	/ 120
合理安排服药时间	/ 121
慢性病的服药要点	/ 123
服药期间要忌酒	/ 124
不要随意使用外用药	/ 125
健康人不宜长期服蜂胶	/ 126
克服服药的坏习惯	/ 127
拒绝乱用抗生素	/ 128
哪些药不可以合并服用	/ 130
不可以用茶水送服的药	/ 131
不能用牛奶送服药物	/ 132
服错药的急救	/ 133
小儿服药应注意什么	/ 134
孕妇用药注意事项	/ 136
老年人用药注意事项	/ 138

第三章 莫入用药的误区

用药误区知多少	/ 142
药物价格越高越有效吗	/ 143
不要轻信特效药	/ 144
易引起误诊的药物	/ 145
男人用药要当心	/ 146
止痛药不宜常服	/ 148
警惕用药引发“二重感染”	/ 149
生病就要用药吗	/ 150

病好了就可以停药吗	/ 150
别把药物不良反应当成新病	/ 151

第四章 不同病症的安全用药

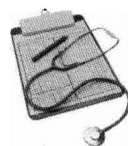
感冒咳嗽的安全用药	/ 154
心脏病的安全用药	/ 158
高血压的安全用药	/ 160
糖尿病的安全用药	/ 162
消化系统疾病的安全用药	/ 164
神经系统疾病的安全用药	/ 176
外科疾病的安全用药	/ 186
五官科疾病的安全用药	/ 194

第五章 家庭药物的储存

家庭备药的必要性	/ 208
家庭如何储备药品	/ 209
家庭宜储备哪些药品	/ 211
夏秋两季宜备哪些药	/ 212
家庭备药要注意的问题	/ 214
定期清理过期药	/ 216

第六章 中药的用药常识

中药有没有副作用	/ 218
中药的保质期	/ 220
有些中药不能乱用	/ 221
常见中药的禁忌	/ 222



目

录

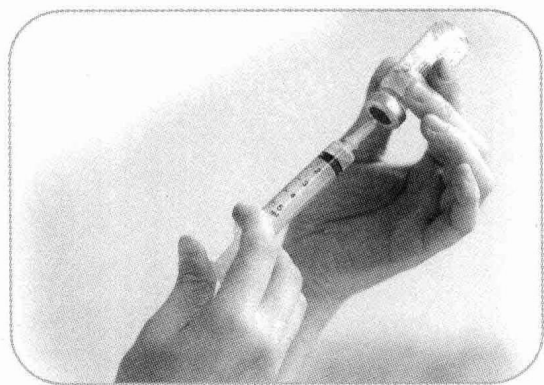


正确的中药煎服法	/ 224
名贵中药的储存	/ 225
如何选购中成药	/ 226
中成药的使用方法	/ 227
中成药的保管细节	/ 229
中西药联用的注意事项	/ 230

第七章 走出用药的常见误区

上篇

看对医生——有病不可乱投医



人人都可能得病，但是有了病却不能乱投医，一定要到正规的医院去做检查。再一方面，现在的虚假广告满天飞，不能轻易相信。特别是疑难病症，有的广告打着根治的旗号，欺骗患者，希望朋友们不要上当受骗。有病不可怕，要对症下药，相信科学，不要受虚假广告的影响，到正规医院进行检查，让医生给你制定正确的治疗方案。

第一章

看病前要懂的就医知识



人生了病，总希望去医院得到及时的诊断和治疗。医院是人们求医的重要场所，而求医前准备得充分与否，将直接或间接地影响求医的质量。那么，我们应当掌握哪些就医常识呢？在就医前还要做好什么准备呢？



➡ 看病前都要做什么准备

经常可以听到有病人抱怨，看病太麻烦了，经常要折腾好几回。归根结底，这种折腾大多是因为病人在看病前的准备工作没做好而造成的，如果病人在看病前把一些该做的都做完善，那么看病时来回折腾的情况就能避免。

1. 带好病历资料，便于大夫参考。

比如，有位远道而来到城里看病的人，在医院里做了X片、化验检查，而其他的病历资料等都没带，医生只能又让他重新去做相关检查。排队检查的病人又很多，再等结果，这样下来就花了整整一天。没办法，为了确定诊断，医生只得让他明天再来。

如果他把那些资料都准备齐全，就不必重新再做一遍检查，省时省力还省钱。在此还要嘱咐大家，看病前一定要把以前的病历资料带好，以便大夫看病时参考。

2. 最好空腹别吃饭，以免影响化验。如血糖、胃镜等。

有一位病人，四十来岁，最近的饭量突然加大了，但浑身总是没劲儿，感觉很疲倦。初步诊断有些糖尿病的症状，医生让他去化验血糖，以明确一下诊断。检测结果出来后，血糖值偏高，医生一问才知道，他担心看病排队时间太长，早饭还特意吃得饱饱的。

一般常和医院打交道的人都知道，空腹化验血糖，结果才有参考价值。这位病人吃得很饱，当然做不了化验。没办法，医生只好叮嘱其第二天早上不要吃饭，再来一次，先化验血糖再说。

因此，在看病前，应是空腹不要进食，以免影响到化验结果，并且还有可能得再跑一趟，费力不算，还耽误诊疗。

3. 看病前别吃着色食物，特殊气味的菜肴，比如杨梅、咖啡等。

除此之外，为了避免影响大夫对疾病的诊断，在看病前，也不能吃易着色食物、特殊气味的菜肴，比如杨梅、咖啡、黄瓜、葱、蒜、猪血、维生素C等等，以免舌苔着色、身上有特殊气味或引起大小便颜色异常，遮掩了疾病的症状、表面征兆或影响化验。

4. 看病前尽量不要吃药（急救药除外）。如一些止痛药、解热药、降压药等，以免药起作用，抑制了病症，导致误诊。

还有一些药品，就诊前也尽量不要吃（当然，急救药物除外）。如一些止痛药、解热药、降压药、镇静药等等，以免药起作用，抑制一些病症，让大夫难以发现，致使诊断不明。如果经常服用某些保健品或药物，也要尽量带去给大夫看。

5. 不要抹口红、擦粉膏、涂指甲、贴睫毛等，以免造成误诊。

疾病一般都是“有诸内者，必形于外”，也就是身体有病，必表现于外，如皮肤、口唇、毛发等等都会有所改变。

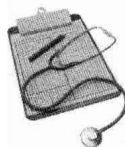
曾有位女病人，施粉黛，抹口红、画眼影、涂指甲油。虽是浓妆，但妆容匀称，倒也显得雅而不艳。

病人告诉医生说自己经常头晕、乏力，尤其是最近特别厉害。她是位企业高管，平时工作压力大，经常熬夜加班，这几天又赶上月经期。检查完后，医生发现她的眼睑虽然有点苍白，但还算是正常，其他也没有异常表现。

一开始，医生只是认为她是因身体劳累以及经期的双重因素所致，也没往其他的方面上想。而在做了一个血常规化验后，医生才发现她的血红蛋白（血色素）很低，原来是贫血导致的头晕、乏力。

看病不是去选美，素面朝天，真真实实才能看出病症所在。同时，也不要抹口红、擦粉膏、涂指甲、贴睫毛，让大夫看到你最真实的一面。避免掩盖疾病的表面症状，如黄疸、出血点、色素沉着等等，以免造成误诊。

好多人一有病，啥也不考虑，带上钱就直奔医院，就和上商场买东





西一样。千万不能这样，要想看病效果好，准备工作得做好，省得来回反复跑，看病效果也会提高。

怎么分辨医药广告的可靠性

打开电视，翻开报纸、杂志，可以说满眼都是医药广告，这个说新技术治疗彻底、那个说祖传秘方包治百病，这个说本医院特色、那个说我院独特……

不仅把疗效说得神乎其神，而且为了让你相信，还信誓旦旦做出承诺：什么无效退款、让您不花冤枉钱等等。这些类似于赌咒发誓的语言，把人忽悠得心痒痒，让你怨恨自己为什么不早点看到这个广告。

但是，真正买了药或去了医院以后，才发现那些广告所说的，和实际效果根本不符合，病也不见得好，花了半天冤枉钱，才发现受骗。

这样的例子可举不胜举：有位患有腰椎病的人，吃了好多药也不见好。在电视上看到一个广告，“专家、学者”一大堆的理论一套又一套。很多“病人”还现身说法，甚至还有人涕泪直流。

开始还有点怀疑的病人，在看到这些后，终于相信了。再联想到自己犯起病来那难受劲儿，就抱着尝试的心理，邮购了一堆药，花了许多钱。但是，一连几个疗程下来，结果也没像广告说得那样，病也没有多大的缓解，该怎么犯还是怎么犯，该怎么疼还是怎么疼。这种药品广告不是明摆着在坑人嘛！

虽然，我国的《医疗广告管理办法》已于2007年实施，进行立法干预。但是，由于经济利益的驱使，违规现象还是屡禁不止。

作为普通老百姓，咱管不了媒体乱播、管不了药厂瞎做，但是咱能