



你不可不知的 369个

家庭安全用药常识

吴嘉瑞 刘永刚◎主编

家庭用药 常用中西药 呼吸系统疾病用药

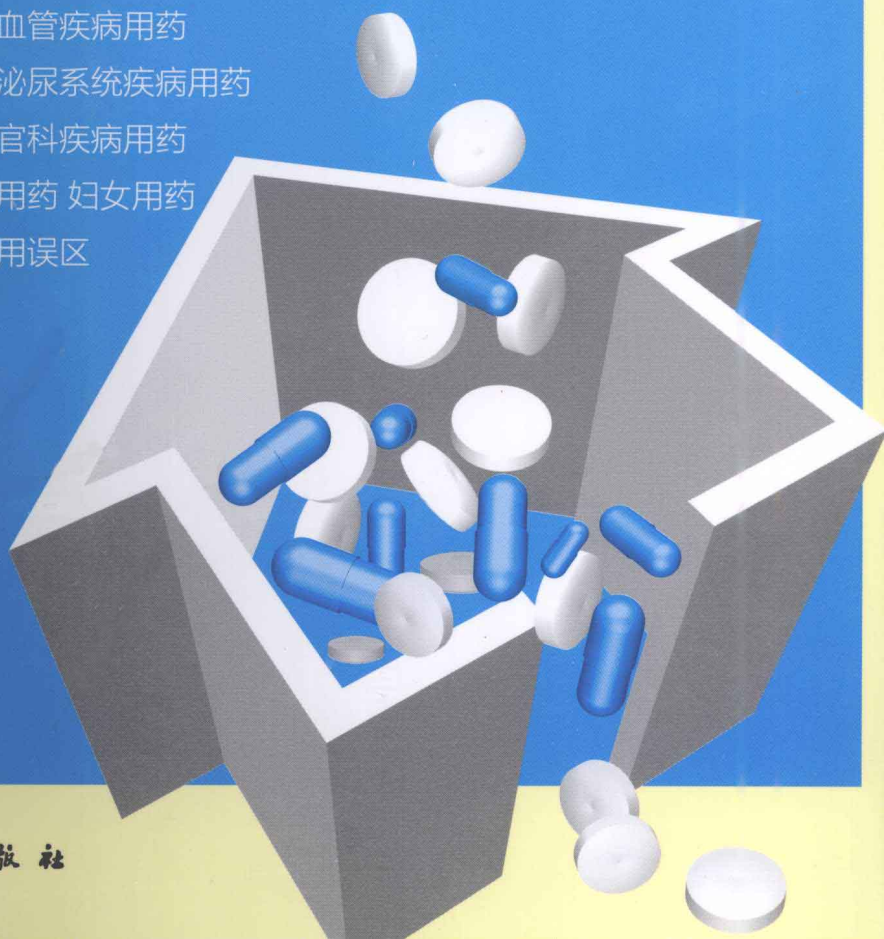
消化系统疾病用药 心血管疾病用药

内分泌系统疾病用药 泌尿系统疾病用药

神经系统疾病用药 五官科疾病用药

皮肤科疾病用药 儿童用药 妇女用药

老年人用药 中西药使用误区



- 养生必备
- 居家典藏
- 馈赠佳品



化学工业出版社



你不可不知的 369个 家庭安全用药常识

吴嘉瑞 刘永刚◎主编



化学工业出版社

·北京·

家庭用药安全是维护家人健康的保障之一。本书由医学专家执笔，介绍了最基本的369个家庭安全用药常识，内容涵盖了常用中西药基本知识、临床各科常见病的用药常识以及中西药使用误区。

图书在版编目（CIP）数据

你不可不知的369个家庭安全用药常识/吴嘉瑞，
刘永刚主编. —北京：化学工业出版社，2012.2
ISBN 978-7-122-12797-6

I. 你… II. ①吴…②刘… III. ①药物-基本知
识②用药法-基本知识 IV. ①R97②R452

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第231268号

责任编辑：肖志明 贾维娜
责任校对：周梦华

装帧设计：尹琳琳

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）
印 装：化学工业出版社印刷厂
710mm×1000mm 1/16 印张23 字数488千字 2012年2月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：39.80元

版权所有 违者必究

编著者名单

主 编 吴嘉瑞 刘永刚

副主编 湛先余 湛先霞 王玲玲 王海波

编 者 (以姓氏笔画为序)

于 娟	于良强	王 彤	王丽娜	刘连军
刘建伟	刘晓晖	刘海燕	刘彩云	刘超平
孙立彬	纪康宝	李 娟	李 静	李秀梅
李智锁	张 迪	张 俊	张 莉	张红艳
张建梅	陆 林	郑晓征	孟 君	孟 杰
董 梅	程晓芬	廖晓颖		

作者简介

吴嘉瑞

副教授，中药学博士，硕士研究生导师，国医大师颜正华教授再传弟子。中国中西医结合学会会员，中华中医药学会会员，中国药学会会员，北京市执业药师协会会员，国家食品药品监督管理局执业药师资格认证中心特聘专家，国家级中药学教学团队成员，国家中医药管理局重点学科临床中药学学科组主要成员。

吴嘉瑞副教授主要从事中药药性理论、中药信息学和名老中医经验传承研究，现主持和参与科研课题20余项。其中包括973课题1项，国家科技支撑计划课题4项，国家自然科学基金课题1项，北京市自然科学基金课题2项，北京市中医药科技发展基金1项，北京市教育规划重点课题和教改课题各1项，中国医学教育研究会课题2项和校级课题7项，并荣获北京中医药大学科学技术二等奖1项。

现就职于北京中医药大学中药学院，先后主讲《中药学》《中医药学概论Ⅰ》《中医药学概论Ⅱ》《中药不良反应概论》《中药治疗学》《常见病中医辨治》《中药学简史》《非处方药临床应用》共计8门课程，并具有较高的教学水平，曾以第一名的优异成绩荣获北京中医药大学教学大赛一等奖。

近年来，吴嘉瑞副教授受国家食品药品监督管理局执业药师资格认证中心和各省、市药监局邀请，在全国多地为国家执业药师继续教育高级研修班和各地执业药师继续教育授课30余次，主讲课程包括《中药有毒无毒理论探讨》《中药不良反应发生原因及影响因素》《中药临床合理应用的策略与方法》和《常见皮肤病的中药治疗》等课程，深受广大执业药师好评。

刘永刚

讲师。1998年考入吉林大学，2007年获理学博士学位。2007年至今一直在北京中医药大学工作，主要从事中药化学相关工作，发表多篇科研论文。并主持国家自然科学基金及国际竹藤组织相关课题研究。

前言

俗话说，是药三分毒。家庭用药，怎样合理又安全？这是编写本书最迫切需要解决并告诉大家的问题！

中国非处方药物协会公布的一份调查结果显示，中国约有70%的家庭存在自我用药不当的问题，超过一半消费者不知道自我药疗首先应选非处方药(OTC)，很多人把去痛片等处方药与非处方药混淆。非处方药不能随便吃，否则可能会有严重副作用。对于处方药，正规医疗机构都有严格控制，医生不能随便开处方药，即使有需要，也不能一次性开超过正常剂量的处方药。看似简单的问题，很多人却并不知晓。

有些药物，治病也致病。据世界卫生组织统计资料显示，全球有一半的药物被不合理使用，死亡人口中有1/3死于用药不当。在我国，每年因药物不良反应住院的有250多万人，不合理用药占用药总数的11%~26%，因药死亡者近20万人。其中，药物瘾癖、致畸、致盲、肝肾损害、致细胞突变等药源性疾病的发病率已达30%。

所谓药源性疾病，指有些药物成为致病因子，损害人体局部组织或器官。如氟丙嗪、四环素等引起药源性肝病，某些抗生素致药源性肾病等。有的与药物用量有关，可预测；有的与剂量无关，难预测；有的则因长期用药，致机体依赖或反馈性抑制。所以，日常用药时要特别警惕药源性疾病。

众所周知，随着我国医疗改革不断深入，百姓自行购药、自我药疗已成趋势。但不容忽视的是，家庭常备药因各省市的地理气候条件和家庭成员的不同特点而千差万别，缺乏安全用药常识、购药不便、吃药难等现象仍然普遍存在。家庭用药安全问题关系着每个人的身体健康，容不得一丝马虎。为解决这一问题，我们特意花了三年时间，收集和整理了大量临床资料编写了本书，希望广大读者有切实可行的帮助！

编者

2011年冬

第1章

家庭用药基本常识

1.家庭应常备哪些药物	002
2.节日期间应备哪些药物	003
3.影响药物作用的因素有哪些	005
4.导致药物变质的因素有哪些	006
5.什么是药物的不良反应	007
6.怎样判断药物的不良反应	008
7.怎样避免和减少药物的不良反应	009
8.安全用药的基本原则有哪些	010
9.家庭用药的常见误区有哪些	010
10.怎样正确使用非处方药	012
11.哪几类药不宜用热水送服	012
12.液体制剂可以直接用瓶喝吗	013
13.滥用药物有哪些危害	014
14.吃错了药怎么办	015
15.怎样合理停药	015
16.中药与西药能否同时服用	016
17.中西药合用的配伍禁忌有哪些	017
18.注意“一药多名”，怎样防止重复用药	018
19.易导致胎儿畸形的药物有哪些	019
20.司机开车前不宜使用的药物有哪些	020
21.化验前不宜服用的药物有哪些	021
22.易引发药疹的药物有哪些	022
23.药物也会影响容颜吗	023
24.服药中毒如何急救	025
25.家庭急救应注意哪些问题	025
26.怎样冷敷	026
27.怎样热敷	027
28.外伤出血的简单止血方法有哪些	028
29.应该给伤口频繁换药吗	029
30.风油精的妙用有哪些	029

第2章

常用中药常识

1.怎样煎煮中药	032
2.煎制中药能用微波炉吗	033
3.煎服滋补中药要讲究哪些方法	034
4.怎样服用中药汤剂	035
5.喝苦涩中药有哪些良方	036

6.服用中药汤剂时可以加糖吗	036
7.服用中药要“忌口”吗	037
8.服用中药有哪些禁忌	038
9.内服中药有哪些注意事项	040
10.怎样选购中成药	041
11.家庭中如何保存中成药	042
12.怎样鉴别人参	042
13.怎样鉴别冬虫夏草	044
14.怎样鉴别三七	045
15.怎样鉴别鹿茸	046
16.怎样鉴别阿胶	047
17.怎样鉴别灵芝	047
18.家庭中如何贮存名贵中药	048
19.滋补类中药放置太久还能用吗	050
20.怎样制作药酒	051
21.药酒虽好，人人都能喝吗	052
22.雄黄酒真的能让人不生病吗	053
23.手术前禁服的中草药有哪些	054
24.孕妇禁忌的中草药有哪些	054
25.易导致过敏的中药有哪些	055
26.板蓝根也有副作用吗	056
27.取自人体的中药有哪些	057
28.“名不副实”的中药有哪些	059
29.虽为同根生，药效也相同吗	059

第3章

常用西药常识

1.怎样判断西药过期失效	062
2.西药的药品说明要看哪些内容	062
3.服用西药常见的错误方法有哪些	063
4.片剂剂型不同用法也不同吗	065
5.服药喝水有哪些讲究	066
6.常用药物有最佳服药时间吗	067
7.新药的疗效一定比老药好吗	068
8.买药时要看药品含量吗	069
9.“复方”与“复合”有何不同	069
10.哪些药物会损伤胃	070
11.哪些药物会损害肾	071
12.哪些药物会损害心脏	071
13.哪些药物会损害肝	072
14.哪些药物会损害肺	073
15.哪些药物可能致癌	074

第4章

呼吸系统疾病用药常识

1.感冒选用中药要对证吗	076
2.流行性感冒与普通感冒有何不同	076
3.常见感冒药有哪些使用禁忌	077
4.怎样正确选择止咳药	078
5.治疗慢性咳嗽要注意哪些问题	079
6.怎样选用中药止咳糖浆	080
7.怎样辨痰选药	081
8.治疗咽炎如何正确选药	082
9.治疗慢性咽炎必须用抗生素吗	083
10.治疗咽炎有哪些误区	084
11.哮喘病的主要预防措施有哪些	085
12.哮喘病人严禁滥用的药物有哪些	086
13.怎样正确使用哮喘疫苗	087
14.氨茶碱的临床应用原则有哪些	088
15.怎样预防氨茶碱的不良反应	089
16.预防哮喘如何正确选药	090
17.治疗哮喘的常用药物有哪些	091
18.肺炎支原体感染如何用药	093
19.服用抗结核药有哪些注意事项	094
20.治疗慢性肺心病应遵循的原则有哪些	095

第5章

消化系统疾病用药常识

1.怎样应对消化不良	098
2.治疗消化不良的常用药物有哪些	098
3.腹胀应如何对症选药	099
4.乳酶生使用有哪些讲究	100
5.怎样合理应用胃肠动力药	101
6.怎样治疗慢性胃炎	102
7.胃药何时服用最有效	103
8.不宜与多潘立酮(吗丁啉)合用的药物有哪些	104
9.治疗胃下垂时应如何调节饮食	105
10.治疗溃疡病用药有哪些讲究	106
11.怎样治疗便秘	107
12.微生态制剂知多少	108
13.反流性食管炎用药的常见误区有哪些	109
14.儿童厌食症如何选药	111
15.夏季腹泻如何用药	112

16.腹泻自行用药的常见误区有哪些	113
17.乙肝用药应遵循的原则有哪些	114
18.乙肝用药宜与不宜有哪些	116
19.乙肝用药的常见误区有哪些	116
20.怎样合理使用抗乙肝病毒药	118
21.怎样判断乙肝药物的疗效	120
22.常用保肝药有哪些	121
23.乙肝联合用药需要注意哪些问题	122
24.乙肝患者用感冒药时要注意哪些问题	123
25.乙肝病毒为何会耐药	124
26.中医如何治疗慢性乙肝	124
27.中药治疗肝病需要注意哪些问题	126
28.怎样防治脂肪肝	126
29.怎样预防肝硬化	127
30.阻断肝纤维化的常用药物有哪些	128
31.急性丙肝怎样正确使用干扰素	129
32.用药不当会诱发胆石症吗	130

第6章

心血管疾病用药常识

1.高血压病患者如何选择降压药	132
2.降压药有耐药性吗	133
3.何时服用降压药效果最佳	134
4.服用降压药的常见误区有哪些	135
5.服用降压药能时断时续吗	136
6.降压过度有哪些危害	137
7.服用降压药为何要合并用维生素C和维生素P	138
8.降压药为何不宜睡前服用	138
9.夏季服用降压药应注意哪些问题	139
10.高血压病都要终身服药吗	139
11.预防高血压病应从娃娃抓起吗	140
12.老年人服用降血压药有哪些讲究	142
13.老年高血压病患者降压应如何适度	143
14.高血压病的并发症如何合理选药	144
15.冠心病患者如何合理用药	145
16.冠心病患者用药注意事项有哪些	146
17.冠心病稳定期仍需坚持服药吗	147
18.怎样合理选药防治心绞痛	148
19.心绞痛患者用药应个体化吗	149
20.抗心绞痛药也会引起心绞痛吗	150
21.怎样合理使用冠心病合丸	151
22.使用硝酸酯类药物有哪些讲究	152

23.怎样有效调血脂	153
24.“ABC”用法是如何防治冠心病的	154
25.怎样正确使用冠心病急救药盒	154
26.冠心病患者的饮食宜忌有哪些	155
27.使用抗心律失常药的注意事项有哪些	156
28.治疗期前收缩不能滥用抗心律失常药吗	158
29.服用强心药有哪些注意事项	158
30.如何根据心率快慢合理用药	159
31.使用普萘洛尔(心得安)须注意哪些问题	161
32.慢性心力衰竭的服药四阶梯是什么	162
33.怎样正确使用阿司匹林抗血栓	163

第7章

内分泌系统疾病用药常识

1.治疗糖尿病的常用药物有哪些	166
2.糖尿病患者用药的常见误区有哪些	166
3.糖尿病合理用药的七要素有哪些	168
4.肝源性糖尿病用药须知有哪些	170
5.肝源性糖尿病患者可随意使用降糖药吗	171
6.漏服降糖药补服时应注意什么	172
7.哪些糖尿病患者应接受胰岛素治疗	173
8.胰岛素治疗糖尿病有哪些注意事项	175
9.胰岛素治疗的应用方法有哪些	175
10.胰岛素需分型使用吗	177
11.家中注射胰岛素应注意哪4个细节	177
12.胰岛素的非注射给药途径有哪些	178
13.影响胰岛素作用的因素有哪些	179
14.胰岛素治疗常见的不良反应有哪些	181
15.怎样处理胰岛素治疗时产生的低血糖反应	182
16.怎样防治格列本脲(优降糖)引起的低血糖反应	183
17.治疗甲亢分哪几期用药	184
18.治疗甲亢的辅助药物有哪些	185
19.碘剂为何不能作为治疗甲亢的常规用药	185
20.怎样防止抗甲状腺药物的副作用	186
21.甲亢用药的常见误区有哪些	187
22.孕妇及老年甲亢患者的用药注意事项有哪些	188
23.甲亢用药如何停药	189

第8章

泌尿系统疾病用药常识

1.常用利尿药及其使用原则有哪些	192
------------------	-----

2.利尿药常见的不良反应有哪些	192
3.尿路感染患者为何要多饮水	193
4.治疗慢性肾炎的方法有哪些	194
5.肾小球疾病患者使用糖皮质激素有哪些不良反应	195
6.肾病综合征患儿为何耐药	196
7.肾功能不全者使用抗生素时的注意事项有哪些	197
8.前列腺增生用药有哪些禁忌	197
9.易导致结晶性肾损害的药物有哪些	198
10.怎样防止肾结石复发	199

第9章

神经系统疾病用药常识

1.失眠都是失眠症吗	202
2.怎样合理使用镇静助眠药	202
3.老年人服用催眠药有哪些危害	203
4.怎样防止催眠药成瘾	204
5.导致药源性失眠的药物有哪些	205
6.地西泮(安定)与艾司唑仑(舒乐安定)可随意替换吗	206
7.头痛患者记录头痛日记很重要吗	207
8.怎样防治偏头痛	208
9.治疗偏头痛的常用药物有哪些	209
10.使用抗癫痫药的注意事项有哪些	210
11.怎样预防脑梗死复发	211
12.怎样预防脑卒中复发	212
13.预防脑卒中的常用药物有哪些	213
14.脑卒中患者应慎用血管扩张药吗	214
15.怎样治疗神经衰弱	214
16.怎样治疗坐骨神经痛	216

第10章

五官科疾病用药常识

1.怎样正确使用眼药水和眼药膏	218
2.损害视力的药物有哪些	219
3.青光眼患者应忌用哪些药物	219
4.使用眼药水应防青光眼吗	221
5.怎样防治红眼病	222
6.怎样正确使用滴耳药	223
7.怎样防治耳鸣	223
8.怎样治疗急性化脓性中耳炎	224
9.鼻科常用药物有哪些	225
10.怎样正确使用滴鼻药	226

11.治疗中耳炎的常用药物及注意事项有哪些	227
12.怎样治疗慢性鼻炎	228
13.中医如何治疗鼻出血	228
14.可致口腔炎及口腔溃疡的药物有哪些	229
15.治疗口腔溃疡的中药有哪些	230
16.口臭的原因及治疗方法有哪些	230
17.治疗口臭的非处方药物有哪些	231
18.怎样治疗牙龈出血	232
19.中医如何治疗牙痛	233
20.怎样治疗非牙病引起的牙痛	234

第11章

皮肤科疾病用药常识

1.皮肤病外用药的常见剂型有哪些	236
2.怎样合理选择皮肤病外用药	237
3.治疗皮肤病滥用激素有哪些危害	238
4.缺乏维生素也会引起皮肤病吗	239
5.脚气病与脚湿气有何不同	240
6.脱发可以滥用生发药水吗	241
7.治疗痤疮的常用药物有哪些	242
8.治疗癣病应如何选药	243
9.皮炎类型不同治疗也不同吗	244
10.怎样防治头皮屑过多	245
11.怎样防治手足皲裂	246
12.怎样防治水痘	247
13.怎样治疗冻疮	247
14.怎样防治疥疮	248
15.怎样治疗皮炎湿疹	249
16.怎样治疗荨麻疹	250
17.怎样防治黄褐斑	251
18.性病治疗用药小常识有哪些	251
19.怎样防治淋病	252
20.怎样防治梅毒	253

第12章

儿童用药常识

1.小孩可以用大人的药吗	256
2.儿童应如何合理用药	256
3.小儿服药应如何选择合适的剂型	257
4.儿童用药宜过多过频吗	258
5.儿童服药期间要合理搭配饮食吗	259
6.给婴幼儿喂药易犯的误差有哪些	259

7.不可研碎喂服的药物有哪些	261
8.小儿服糖浆时的注意事项有哪些	262
9.小儿服药可以加糖吗	263
10.给幼儿喂药可以捏着鼻子灌吗	264
11.儿童打针后可以用手按摩吗	264
12.婴幼儿感冒可以用感冒药吗	265
13.小儿发热可以用退热药吗	266
14.幼儿消化不良可以用酵母片吗	267
15.滥用抗生素会引发婴儿鹅口疮吗	267
16.儿童可以用减肥药减肥吗	268
17.儿童滥用生长激素有哪些危害	269
18.儿童可以用丙种球蛋白吗	270
19.儿童滥服滋补品有哪些危害	271
20.健康宝宝可以常吃葡萄糖吗	271
21.小儿补锌是多多益善吗	272
22.婴幼儿应慎用氯霉素眼药水吗	273
23.儿童应慎用紫药水吗	273
24.儿童应慎用驱虫药吗	274
25.婴幼儿禁用萘甲唑啉(滴鼻净)吗	275
26.婴幼儿服用中药应注意哪些问题	275
27.婴幼儿使用中药注射剂应注意哪些问题	276

第13章

妇女用药常识

1.月经期能随便用药吗	278
2.长期服用避孕药有哪些危害	278
3.紧急避孕药可滥用吗	279
4.怎样防止避孕药的副作用	280
5.避孕药可以作为美容药用吗	280
6.服用避孕药会不会影响生育能力	281
7.中年女性可以使用避孕药吗	282
8.孕妇用药当心哪些误区	282
9.孕妇咳嗽应慎用止咳药吗	284
10.孕妇止吐应慎用甲氧氯普胺(胃复安)吗	284
11.孕妇感冒能“扛着”吗	285
12.孕妇应慎用鱼肝油吗	286
13.孕妇是否能打防疫针	286
14.孕妇不宜吃补品吗	287
15.反复药物流产有哪些危害	288
16.孕期、哺乳期妇女应慎用外用药吗	288
17.哺乳期妇女应慎用哪些药物	289
18.哺乳期妇女不宜使用避孕药吗	291

19. 药物丰胸有哪些危害	291
20. 乱吃减肥药有哪些危害	292
21. 高血压女性应慎用阿司匹林吗	293
22. 中老年妇女不可随意使用雌激素吗	294

第14章

老年人用药常识

1. 老年人不可依赖药物吗	296
2. 老年人用药的四大原则有哪些	296
3. 老年人使用补药的注意事项有哪些	297
4. 为何老年人应慎用利尿药	298
5. 硝酸甘油能随便服用吗	299
6. 老人盲目补铁容易中毒吗	300
7. 老年人常用抗酸药和抗生素对健康不利吗	301
8. 老年人应慎用苯二氮革类药物吗	301
9. 老年人要慎用氨茶碱吗	302
10. 老年人要慎用催眠药吗	303
11. 便秘老人可以随意用泻药吗	304
12. 老年妇女盲目用氯己定(洗必泰)栓剂有哪些危害	305
13. 老人感冒应慎选感冒药吗	305
14. 抗衰老老药要慎用吗	306
15. 老年人应慎用“三大素”吗	307
16. 老年人要慎用非处方药吗	309
17. 老年人应慎用解热镇痛药物吗	310
18. 老人滥用人参有哪些危害	310
19. 老年人服用降血压药有哪些讲究	311
20. 老年人用药要注意“是药三分毒”吗	312
21. 老年人用药治疗方式有哪些讲究	313
22. 骨质疏松全靠补钙可以吗	314
23. 老年人用药应注意哪六项原则	315
24. 老年人应慎用胶类中药吗	316
25. 以药助性有哪些危害	317
26. 低体温老年人用药禁忌有哪些	317
27. 老年糖尿病患者用药应注意哪些问题	318
28. 老年人用药要注意哪些问题	319
29. 催眠药对老年人有哪些危害	320
30. 老年人感冒应慎用感冒药吗	321
31. 中药可调治老年人心病吗	321
32. 老年人需要补充的维生素有哪些	322
33. 老年人补铁要慎重吗	323
34. 老年人如何正确选用滋补药	324
35. 老年人常用药物的配伍禁忌有哪些	325

第15章

西药使用误区

1. 忽视非处方药用药安全	328
2. 忽视外用药用安全	329
3. 滥用解热镇痛药	330
4. 滥用抗过敏药	330
5. 滥用激素类药膏	331
6. 滥用止痛药	333
7. 滥用止咳药	333
8. 贫血一味补铁	334
9. 过量补充维生素	335
10. 盲目推崇进口药	336
11. 随意改变给药途径	337
12. 打针一定比吃药好	338
13. 用药时忽视姿势的重要性	338
14. 服药期间不“忌口”	339
15. 服药期间喝酒	341
16. 服药期间吸烟	342

第16章

中药使用误区

1. 把中西药合剂当中成药	344
2. 忽视中药的副作用	344
3. 忽视中西药合用的弊端	345
4. 忽视中药与抗生素的配伍禁忌	346
5. 中药鲜品都比陈品好	347
6. 错把中药都做成煎剂	348
7. 中药汤剂越浓越好	348
8. 煎煮前随意洗药材	349
9. 煎糊的中药仍照样服用	349
10. 过夜服用中药汤剂	350
11. 随意泡饮干花中草药	350
12. 随便使用偏方	351
13. 长期滥用润喉片	352
14. 过量使用六神丸	352
15. 上火就用去火药	353
16. 补品补药混为一谈	354
17. 滥用蜂王浆补身体	355
18. 把天麻当补药	355
19. 把胎盘当补药长期服用	356
20. 滥用养颜类中药	357
21. 盲目服用“壮阳药”治阳痿	358

第1章

家庭用药基本常识





1. 家庭应常备哪些药物

俗话说，身体是革命的本钱。现代家庭成员越来越注重自身健康，自我医疗意识显著增强，一旦身体发生些小毛病，自己可以及时采取措施，进行预防和治疗。所以，家庭小药箱是必备品，在药箱中存放些常用药，以备不时之需。但是，药箱中应该配备哪些药品、如何存放，有些人还不太清楚。是药三分毒，如果用药不当，也会危害我们的健康。因此，在选择家庭常备药物时，要遵循科学的原则，有针对性地准备一些比较安全有效的常用药物，并学会科学合理地使用。

◀ (1) 选择家庭常备药的原则

第一，根据家庭成员的健康状况和病情缓急来准备药物。如有老人和小孩，要准备一些他们的常用药。家中如有病人，应根据病人的具体情况常备一些相关药物。如高血压病人、结核病人、冠心病病人、癫痫病人等，治疗这些病的药物应常备不断。家庭药箱严禁存放家人过敏的药物。

第二，尽量选择不良反应小的药物。药物的毒性反应和副作用，一般在说明书上都有明确的说明，容易发现和预防。要慎重选择新药，新药由于投入使用时间短，可能会引发一些意料不到的反应，一般不适于家庭备用。

第三，选择疗效稳定、用法简单的药物。尽量选择口服药、外用药，少选或不选注射药物。

第四，选择常见病、多发病、慢性病用药。

合理贮存药物是门学问。要保管好小药箱，必须要了解一定的药品贮存知识。如贮藏不当，造成药品过期或变质，影响药物的疗效，贻误了病情，就得不偿失了。一般家庭贮存常用药应注意如下几个方面。

第一，注意贮藏：家庭常备药物应放在干燥阴凉通风处保存。通常药物会受阳光、湿度、空气、温度的影响，容易变质失效，特别是存放在密封不严的瓶子或药袋中，更容易变质。另外，如家中有小孩，药品尽量放在小孩拿不到的地方，以免误服。

第二，选购药品要有针对性：通常以治疗常见病、多发病、慢性病的药物为主，品种上要少而精。一个药瓶或药盒只装一种药物，贴上醒目的标签，写清楚药物的名称、用法、用量、存放日期、失效期等。另外，内服药与外用药要分开存放，以免用错药。

第三，定期检查药品：药箱存放的药品要定期检查是否发生变质。一般有有效期的药品应注意其失效日期，其他药品则应从外观上加以辨别。遇下列情况，则弃之不用。片剂松散、变色；糖衣片的糖衣粘连或开裂；胶囊剂的胶囊粘连或开裂；丸剂粘连、霉变或虫蛀；散剂严重受潮、结块、发霉；眼药水变色、混浊；软膏剂有异味、变色或油层析出等。

◀ (2) 家庭药箱必备的工具和药品

工具类：镊子、剪刀、纱布、胶布、消毒棉球、温度计等，这些都是处理小创伤时可能用到的工具。

药物类：①治感冒类药物：如新康泰

克、感冒通、快克、对乙酰氨基酚（泰诺）、强力银翘片、白加黑感冒片等。适用于治疗普通感冒、流行性感冒引起的上呼吸道症状和鼻窦炎等，特别适用于缓解感冒时打喷嚏、流鼻涕、鼻塞等症状。

② 止咳化痰药：如溴己新（必嗽平）、喷托维林（咳必清）、蛇胆川贝液等。③ 止痛类药物：由于疼痛的部位和性质不同，要准备几种不同用途的止痛药，以便能够从容应对。如：阿司匹林、索密痛、布洛芬（芬必得）、红花油、风湿膏等，适用于一般疼痛、头痛、外伤痛等；阿托品、多潘立酮（吗丁啉）等，可用于治疗肚子痛。④ 抗酸类药物：适用于不吃东西导致的胃部不适。如复方铝酸铋（胃必治）、胃得乐等，吃一两片可以中和胃酸。⑤ 止泻类药物：如洛哌丁胺（易蒙停）、藿香正气水、氧氟沙星、小檗碱（黄连素）等。适用治疗轻度腹泻。⑥ 抗过敏类药物：如阿司咪唑（息斯敏）、氯苯那敏（扑尔敏）、苯海拉明等。可用于治疗常年性或季节性过敏性鼻炎、过敏性结膜炎、慢性荨麻疹等过敏性疾病。⑦ 眼科用药物：如氯霉素眼药水、润洁等。游泳后眼睛痒时滴上几滴，能很快解除症状，还可以缓解因上网时间过长引起的眼睛疲劳，但眼药水应在低温下存放，最好放在冰箱门的盒里。⑧ 助消化类药物：如多潘立酮（吗丁啉）、多酶片、神曲等。可用于消化不良或食欲缺乏等症状。⑨ 外用消炎消毒类药物：如乙醇（酒精）、碘酒、紫药水、红药水、高锰酸钾等。在包扎伤口时，能够起到很好的消毒作用。

自身和家人健康有着十分重要的意义。而在这个过程中，需要我们注意和警惕的问题和细节也有很多，如选择哪些安全有效的药品、如何合理科学地存放等，都需要花些心思在上面。

2. 节日期间应备哪些药物

节日是人们尽情玩乐的开心时刻，此时谈药是不合时宜的。但是在节日里由于人们生活习惯的改变，尤其是受大吃、大喝、夜以继日的玩乐等因素影响，恰恰是一些疾病的高发期。因此，家中宜储备一些常用药物，以防意外。针对过节期间易出现的疾病，家中应备的药物如下：

① 助消化类药物：节日期间，由于暴饮暴食等因素导致的消化不良情况极多。可以准备些健胃消食片、山楂丸等中成药，以及多酶片、多潘立酮（吗丁啉）等治疗药物。不宜服用山莨菪碱（654-2）止腹痛。

健胃消食片对儿童消化不良效果明显；山楂丸兼有润便、降压作用，对伴有心脑血管疾病的中老年人更为合适；多酶片补充多种消化酶，服用时不能用热水冲服，也不能嚼碎服用，否则不利于药效发挥，通常在饭时服用；多潘立酮可以增强胃动力，加强胃肠的消化功能，宜在饭前半小时服用。少数病人，腹痛症状较明显，属溃疡性消化不良，当选抗酸药止痛，而不宜服用山莨菪碱之类的抗胆碱药解痛止痛，因山莨菪碱可进一步减弱胃肠蠕动，加重消化不良。

② 解酒类药物：目前尚无解酒的良药，相关的中药保健品较多，轻、中度醉酒者可适当服用。中药葛花30克加适量



水，煎汤饮服，解酒效果颇佳，推荐一试。绿豆、赤小豆、黑豆各30克，甘草15克，加水煮豆至烂，连豆带汤服下，疗效也较好。另外，可以让醉酒者多喝一些温热的5%葡萄糖盐水，以加速体内酒精的排泄。对于酒精中毒引起的兴奋，千万不可乱用催眠类镇静药，以免引起严重后果。重度酒精中毒者应及时送往医院抢救，否则会有生命危险。

③ 缓解网络综合症的药物：网络综合征，是人们由于沉迷于网络而引发的各种生理、心理障碍的总称。长时间坐在电脑、游戏机前，不仅大量辐射对眼睛造成伤害，而且大脑一直处于高度的紧张状态中，对身心健康有害无益。节日期间如果经常上网，可以备些缓解视疲劳的眼药水，以及一些清肝泻火、养心安神类的中药，如牡丹皮、栀子、酸枣仁、天冬、麦冬、当归、菊花、玄参等。为了你和家人的健康，尽量注意不要上网玩太长时间。

④ 催眠类药物：主要是针对节日期间出现的“睡眠紊乱”症。对于失眠的患者，这类药物能够帮助睡眠，但是不用经常使用，使用期最好不要超过3~4周，并选择半衰期较短、副作用较少的药，如地西洋（安定）、艾司唑仑（舒乐安定），或间断给药（每周2~4次），以减轻白天的镇静作用。不宜选用司可巴比妥（速可眠）、甲丙氨酯（眠尔通）、甲喹酮（安眠酮）等，这些药物容易产生依赖性，尽量不要使用，如需用应在医师指导下使用。

⑤ 治疗意外损伤的药物：节日期间走亲访友或骑车、驾车外出，特别是遇到雨雪天气，很容易发生跌打损伤甚至出现车祸。应备有可做紧急处理的药物，如治疗

轻度跌打损伤的中华跌打丸、三七片、伤科跌打膏、红花油等。若是发生骨折等严重损伤应及时就医。另外，过节时家家都要煎炒油炸，做一些好菜，烫伤时有发生。治疗烧伤、烫伤的药物如烧伤膏、京万红等也要常备。

⑥ 治疗心血管病急性发作的药物：由于过节期间生活习惯的改变，心血管疾病也到了“高发期”。尤其是患有慢性心血管病的老年人，休息不好，情绪激动，血压升高，容易发生心绞痛和心肌梗死。身边应准备些硝酸酯类药物和速效救心丸类的中成药，以便及时抢救。

硝酸甘油舌下含服疗效最好，通常1分钟内即可使疼痛缓解，3~5分钟血药浓度达高峰。硝酸甘油贴剂能透过皮肤被吸收，缓慢发挥作用，持续时间较长。异山梨酯（消心痛）的作用可维持4~6小时，口服每次10~20毫克，每日3~4次。本药舌下给药，起效迅速，每次2.5~5毫克，几分钟即可显效。此类药物常见不良反应是搏动性头痛、晕眩、眼内压及颅内压升高，青光眼患者慎用。有时可见直立性低血压等，但一般不严重。这类药物主要用于心绞痛急性发作的病人，也可用于预防心绞痛发作。

⑦ 治疗痛风的药物：节日期间高蛋白饮食及饮酒都可能诱发痛风。常用的药物有尼美舒利、美洛昔康、萘丁美酮、双氯芬酸钠、阿西美辛等，症状消失即停用，多数病人的疗程不超过2周。另外，还有对治疗痛风有特效的秋水仙碱，由于毒性较大，应特别注意用法，一般开始每小时0.5毫克或每2小时1毫克，至症状缓解或出现恶心、呕吐、腹泻等胃肠道反应

时即停用，一般需4~8毫克，症状可在6~12小时减轻，在24~48小时控制，以后可每日服用2~3次，每次0.5毫克，维持数天后停药。家庭不宜选用秋水仙碱，特别情况下，应在医师指导下使用。

此外，还应备足常用的抗感冒药、化痰药、支气管扩张药以及消炎抗菌等类药物。值得注意的是，如果家中有长期服药的病人，切忌节日期间突然停药，否则，会导致疾病复发、病情加重或恶化等，严重的还会危及生命。

▲ 用药提醒 为了您的身体健康，同时也为了使您的节日过得更加安全、愉快，节日期间应备些常用药物，而且需要时应当遵医嘱按时、按量服用。

3. 影响药物作用的因素有哪些

药物对人体的作用通常会受到多方面因素影响，主要包括药理作用、用药方法、患者的生理和病理、药物的相互作用等因素。

① 药物本身因素：药物因素，主要有剂型和剂量两方面。同一种药物具有不同的剂型，适用于不同的情况，如：散剂口服吸收要比片剂和胶囊剂吸收快；水溶液注射剂吸收要快于油溶液和混悬剂等。剂量上，在一定程度上，一般剂量越大，药物在血液中的浓度就越高，作用也越强，但也越容易引起药物的毒性反应，甚至导致死亡。因此，临床用药，要把握好剂型和剂量，根据具体情况来使用。

② 用药方法因素：给药的途径能够直接影响药物的吸收、分布、代谢和排泄，从而影响药效。一些药物如果给药的途径

不同就会产生完全不同的药理作用，比如硫酸镁口服具有泻下作用，而注射则有抗惊厥作用。有些药物会因为不同的给药途径而导致药理活性不同，如儿茶酚胺类药物只有注射才有拟交感活性，口服却无效。

采取不同的给药途径药物起效的快慢也不同，通常从快到慢依次为：静脉注射、吸入、舌下、肌肉注射、皮下注射、口服、直肠给药、皮肤给药。

用药的时间和次数也会影响药物的疗效。在用药时间上，一般饭前服药吸收较好，作用较快；饭后服则吸收较差，发挥作用也较慢。但有刺激性的药物应在饭后服用，这样能够减少药物对胃肠道的刺激。助消化类药须在吃饭时或饭前片刻服用；催眠药应在睡前服用；驱肠虫药宜空腹服用，这样能够使药物保持较高浓度，增加疗效等。在用药次数上，应根据实际的病情来定，如肝、肾功能不全的病人，不仅用药的剂量要减少，用药次数也要相应减少。另外，反复连续使用某些药物，会产生耐受性和耐药性。

③ 患者个体差异因素：患者生理和生理上存在的差异会影响药物的作用。生理因素包括年龄、性别、精神状态及身体对药物的耐受程度等。年龄是影响药物作用的一个重要因素，儿童及老年人由于与成年人生理特点不同，对药物的反应与成年人也有所不同。正处在生长发育阶段的儿童，由于肝肾功能、中枢神经系统、内分泌系统等还没发育完全，服用某些药物可能引起中毒并影响生长发育；老年人身体各项功能在逐渐衰退，在用药剂量上应比成年人适当减少。性别上，特别是妊娠期和哺乳期的妇女，服药时应特别注意，因



为一些药物可通过胎盘进入胎儿体内或经乳汁进入婴儿体内，可致畸胎或影响婴儿的正常发育。另外，由于个体上的差异，每个人对药物的反应与适应能力也不同，如有人吃某种药一次就能把病治好，而有的人不行。还有，在精神状态上，一般积极乐观的情绪有助于药物作用的发挥，消极悲观的情绪则会降低药物的疗效。患者的病理状态也能影响药物的作用。比如退热药只对发热的病人有效果，对没发热的人就没有降低体温的作用。

④ 药物相互作用因素：一般情况下，两种或两种以上药物同时应用或先后应用，有时会产生相互影响，而使疗效增强或减弱，也有可能产生严重的不良反应。对此应多加注意，不可随便混用药物。

另外，如病原体的抗药性（耐药性）、医疗水平等其他因素，也会影响药物的作用。因此，都应给予足够的重视。

▲ 用药提醒 药物作用于人体，会产生多大的作用，与药物自身的剂型、剂量，用药方法和时间，以及患者的身体状况和疾病特性等密切相关。为了达到更好的治疗效果，不同类型的患者具体采用的剂量、服药的时间和次数等是各不相同的。

4. 导致药物变质的因素有哪些

通常导致药物变质的外界因素主要有阳光、空气、温度、湿度、真菌、害虫六大因素。

① 阳光因素：在日光照射下，有些药物常会发生一些化学变化，一些含色素的药物容易改变颜色而影响质量；含挥发油的药物，可因日光照射而加速挥发油的

散失，以致降低质量。另外，还有一些药物，如维生素D，长时间受光照的话，会发生化学反应而生成有毒的物质。所以，阳光是导致药物变质的一个重要因素。贮存药品，应尽量存放在阳光不能直接照射的地方，且通常采用深色的容器贮藏。

② 空气因素：空气中的氧气和二氧化碳常可影响许多药物的质量，例如肾上腺素、苯酚、乙醚等在空气中极易被氧化而变质；有些含有挥发油的药物，在空气中容易挥发，如麝香等；一些含挥发油、脂肪、糖类的药物在空气中容易被氧化，会出现浸油状的变质现象，习称泛油，如当归、柏子仁、麦冬等；又如，含氯石灰（漂白粉）在有湿气存在的条件下，可以吸收空气中的二氧化碳，放出氯气，而使药物变质。因此，贮藏这些药物时，通常应按规定的条件密封保存。

③ 温度因素：温度是造成药物变质的常见因素之一。一般在室温25℃时，含糖及黏液质的药物容易变质及发霉、生虫，含脂肪的药物则容易酸败，如糖参、玉竹、杏仁等；动物胶类药材及干燥叶汁，在30℃或湿度过大时，会变软进而黏结，甚至融化，呈黏稠流体状的变质现象，如阿胶、芦荟等；含有挥发性成分的药物，如含挥发油的生药——丁香、桂皮、细辛、薄荷等，都要避免受高温影响；各种生物制剂、酶制剂、疫苗血清等药品必须在较低的温度下贮存，温度过高会使其蛋白质变性而使药效降低。

④ 湿度因素：在潮湿的空气中，药物可以吸收空气中的水分，发生霉变或分解。如相对湿度达75%时，含淀粉、黏液质、糖类的药物以及炒焦、炒炭的药物