

常见病症 的自我药疗

主编 梁桂贤

家庭好帮手
对症下药准
简明又扼要
看书去买药
小病去药店
大病去医院

山西科学技术出版社
SHANXI SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

梁桂贤 主编

的自我药疗

常见病症

主 审:刘谦民

主 编:梁桂贤

副主编:武宗理

编 委:李 梅

梁桂贤

武宗理 胡慧香

谭雪荣

●山西科学技术出版社

SHANXI SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

常见病症的自我药疗/梁桂贤主编. —太原:
山西科学技术出版社, 2005.8
ISBN 7-5377-2515-2

I. 常... II. 梁... III. 常见病—用药法
IV. R452

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 051994 号

常见病症的自我药疗

作 者: 梁桂贤主编
出版发行: 山西科学技术出版社
社 址: 太原市建设南路 15 号
编辑部电话: 0351-4922073
发行部电话: 0351-4922121
电子信箱: cbszzc 2643@ sina.com
印 刷: 山西黎城印刷有限公司印刷
开 本: 850×1168
字 数: 423 千字
印 张: 17.25
版 次: 2005 年 7 月第 1 版
印 次: 2005 年 7 月第 1 次印刷
书 号: ISBN 7-5377-2515-2/R·934
定 价: 35.00 元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与发行部联系调换。

前 言

自我药疗(Self - Medication)是指在没有医生或其他医务工作者指导的情况下,恰当地使用非处方药物,用以缓解轻度的短期症状及不适,或者用以治疗轻微的疾病。自我药疗包含自我诊断和自我治疗,而自我药疗是自我治疗的主要手段,故成为自我保健的重要方式。目前,许多国家的政府都提出,人们要对自己的健康问题承担责任,发挥积极的作用,提倡将自我药疗作为自我保健首要的和最主要的途径之一,这也是减少政府庞大医疗开支的一个重要手段。自我药疗已成为各个国家医疗保健体系一个至关重要的部分。

随着科学技术的发展和教育的普及,人们对医疗与健康的知识越来越丰富,科技的发展也带来了众多的自我诊断或监测的仪器,为自我药疗的开展带来了有利的条件;社会经济的发展,人们生活水平提高及政府有关药品管理法规的完善,为自我药疗的开展奠定了物质基础。其次,医院和医生也面临着数量众多但可通过自我医疗即可治愈的病症,致使保健费用过于昂贵但效果却未必最佳,从而造成社会和个人负担都过重的状况,也造成国家医疗卫生资源利用的不合理。自我药疗的意义是无需医疗咨询,即可提供快速有效的缓解手段,可缓解对医疗

服务日益增长的压力,以便向农村和边远地区人口提供更多保障机会。自我药疗行为已在我国悄然起步。如今,“大病去医院、小病去药店”的消费理念已日益得到人们的认同。

自我药疗使用的非处方药虽然是经过医药学专家的严格遴选,并经国家药品监督管理局批准,但它们仍然是药品,药品是特殊的商品,使用得当,有益健康,选购或使用不当则会危害健康,此外,我国多数人缺乏相关的医药卫生知识,在自我药疗过程中难免发生偏差。据统计,我国每年有250万人因用药不当而住院治疗,19万人因此死亡。为了进一步增强人们自我保健、自我药疗意识,进而推动负责任的自我药疗理念的传播与发展,使广大民众能正确地使用非处方药物进行自我药疗,我们特编写了这本《常见病症的自我药疗》一书,以飨读者。

本书介绍了自我药疗的一般常识;自我药疗常见病症的发病原因、主要症状,以便自我诊断;针对疾病提出常用治疗方案及自我药疗宜选用药物。书中按西药和中成药两个部分介绍了具体药品的基本情况,如剂型、药物组成、适应症(功能主治)、禁忌症、慎用症、用法用量、不良反应及规格、注意事项等。内容涉及到一至六批非处方药物目录中的常用非处方药物。本书注重实用及实际操作,文字力求精练、通俗、条目清晰。旨在为患者和一般消费者针对轻微疾病或短期症状,进行自我药疗、自我选药、自我购药提供帮助。以促进安全、合理地进行自我药疗。也可供广大医药工作者尤其是药店从业人员参考。

目 录

第一章 自我药疗的一般知识(梁桂贤)

第一节	自我药疗的概述·····	(1)
	一、自我药疗的概念·····	(1)
	二、自我药疗的起源与现状·····	(3)
	三、自我药疗在自我保健中的重要意义·····	(7)
	四、自我药疗适应的病症·····	(8)
第二节	自我药疗的注意事项·····	(9)
第三节	特殊人群自我药疗·····	(19)
	一、老年人自我药疗应注意问题·····	(19)
	二、小儿自我药疗应注意问题·····	(20)
	三、孕妇自我药疗应注意问题·····	(21)
第四节	自我药疗用非处方药可否报销·····	(22)
第五节	自我药疗的问题与对策·····	(23)
第六节	自我药疗工作者职业道德准则·····	(26)

第二章 呼吸系统病症的自我药疗(梁桂贤)

第一节	感冒·····	(28)
	一、概述·····	(28)
	二、选用药物·····	(29)

第二节	咳嗽	(55)
一、概述	(55)	
二、选用药物	(56)	
第三节	咳痰	(64)
一、概述	(64)	
二、选用药物	(64)	
第四节	支气管哮喘(哮喘)	(79)
一、概述	(79)	
二、选用药物	(80)	

第三章 神经系统病症的自我治疗(梁桂贤)

第一节	发热与疼痛	(84)
一、概述	(84)	
二、选用药物	(87)	
第二节	精神疾病	(101)
一、概述	(101)	
二、选用药物	(104)	
第三节	过敏性疾病与晕动病	(115)
一、概述	(115)	
二、选用药物	(118)	
第四节	暑湿症	(125)
一、概述	(125)	
二、选用药物	(125)	
第五节	中风后遗症	(128)
一、概述	(128)	
二、选用药物	(129)	

第四章 消化系统病症的自我药疗(武宗理)

第一节	溃疡病与慢性胃炎	(131)
	一、概述	(131)
	二、选用药物	(134)
第二节	消化不良	(160)
	一、概述	(160)
	二、选用药物	(161)
第三节	腹胀	(172)
	一、概述	(172)
	二、选用药物	(172)
第四节	功能性胃肠病	(173)
	一、概述	(173)
	二、选用药物	(175)
第五节	痔疮	(190)
	一、概述	(190)
	二、选用药物	(192)
第六节	腹泻	(195)
	一、概述	(195)
	二、选用药物	(197)
第七节	慢性肝病	(199)
	一、概述	(199)
	二、选用药物	(200)
第八节	肠道寄生虫病	(202)
	一、概述	(202)
	二、选用药物	(204)

第五章 妇科病症的自我药疗(谭雪荣)

第一节	阴道炎·····	(208)
	一、概述·····	(208)
	二、选用药物·····	(209)
第二节	月经失调·····	(220)
	一、概述·····	(220)
	二、选用药物·····	(223)
第三节	痛经·····	(226)
	一、概述·····	(226)
	二、选用药物·····	(227)
第四节	更年期综合征·····	(229)
	一、概述·····	(229)
	二、选用药物·····	(230)
第五节	避孕药物·····	(232)
	一、概述·····	(232)
	二、选用药物·····	(234)

第六章 耳鼻喉病症的自我药疗(李 梅)

第一节	慢性鼻炎·····	(245)
	一、概述·····	(245)
	二、选用药物·····	(247)
第二节	咽喉炎·····	(250)
	一、概述·····	(250)
	二、选用药物·····	(251)
第三节	耳鸣耳聋·····	(255)

一、概述	(255)
二、选用药物	(256)

第七章 眼科病症的自我药疗(胡慧香)

第一节 白内障	(258)
一、概述	(258)
二、选用药物	(259)
第二节 急性结膜炎	(262)
一、概述	(262)
二、选用药物	(263)
第三节 睑腺炎	(269)
一、概述	(269)
二、选用药物	(270)
第四节 睑缘炎	(271)
一、概述	(271)
二、选用药物	(272)
第五节 沙眼	(275)
一、概述	(275)
二、选用药物	(276)
第六节 视疲劳	(282)
一、概述	(282)
二、选用药物	(282)

第八章 口腔病症的自我药疗(胡慧香)

第一节 口角炎	(293)
一、概述	(293)

	二、选用药物	(293)
第二节	唇炎	(296)
	一、概述	(296)
	二、选用药物	(297)
第三节	口臭	(300)
	一、概述	(300)
	二、选用药物	(301)
第四节	口腔溃疡	(303)
	一、概述	(303)
	二、选用药物	(304)
第五节	龋齿	(310)
	一、概述	(310)
	二、选用药物	(311)
第六节	牙本质过敏	(314)
	一、概述	(314)
	二、选用药物	(314)
第七节	牙龈炎	(316)
	一、概述	(316)
	二、选用药物	(317)
第八节	牙周炎	(323)
	一、概述	(323)
	二、选用药物	(324)

第九章 皮肤病症的自我药疗(武宗理)

第一节	皮肤瘙痒症	(329)
	一、概述	(329)
	二、选用药物	(329)

第二节	疖肿.....	(336)
	一、概述	(336)
	二、选用药物	(337)
第三节	过敏性皮炎.....	(341)
	一、概述	(341)
	二、选用药物	(342)
第四节	神经性皮炎.....	(345)
	一、概述	(345)
	二、选用药物	(346)
第五节	脂溢性皮炎.....	(349)
	一、概述	(349)
	二、选用药物	(350)
第六节	湿疹.....	(353)
	一、概述	(353)
	二、选用药物	(354)
第七节	痤疮.....	(359)
	一、概述	(359)
	二、选用药物	(361)
第八节	酒渣鼻.....	(370)
	一、概述	(370)
	二、选用药物	(371)
第九节	皮肤癣症.....	(373)
	一、概述	(373)
	二、选用药物	(381)
第十节	甲沟炎.....	(392)
	一、概述	(392)
	二、选用药物	(392)
第十一节	疥疮.....	(394)

	一、概述	(394)
	二、选用药物	(394)
第十二节	蚊虫叮咬	(396)
	一、概述	(396)
	二、选用药物	(397)
第十三节	斑秃	(402)
	一、概述	(402)
	二、选用药物	(403)
第十四节	单纯性毛囊炎	(406)
	一、概述	(406)
	二、选用药物	(406)
第十五节	痱子	(407)
	一、概述	(407)
	二、选用药物	(408)
第十六节	黄褐斑	(411)
	一、概述	(411)
	二、选用药物	(413)
第十七节	鸡眼	(416)
	一、概述	(416)
	二、选用药物	(416)
第十八节	皮肤皲裂	(417)
	一、概述	(417)
	二、选用药物	(418)
第十九节	荨麻疹	(423)
	一、概述	(423)
	二、选用药物	(423)
第二十节	手足多汗症	(426)
	一、概述	(426)

二、选用药物	(426)
第二十一节 头屑过多	(428)
一、概述	(428)
二、选用药物	(429)
第二十二节 腋臭	(431)
一、概述	(431)
二、选用药物	(432)

第十章 儿科病症的自我药疗(武宗理)

第一节 佝偻病	(433)
一、概述	(433)
二、选用药物	(434)
第二节 小儿腹泻	(439)
一、概述	(439)
二、选用药物	(440)
第三节 小儿营养不良	(447)
一、概述	(447)
二、选用药物	(448)
第四节 厌食症	(454)
一、概述	(454)
二、选用药物	(455)

第十一章 跌打损伤的自我药疗(李 梅)

第一节 冻疮	(460)
一、概述	(460)
二、选用药物	(460)

第二节	烧伤	(464)
	一、概述	(464)
	二、选用药物	(466)
第三节	扭伤挫伤	(477)
	一、概述	(477)
	二、选用药物	(478)
第四节	腰肌劳损	(501)
	一、概述	(501)
	二、选用药物	(502)

第十二章 营养缺乏性病症的自我药疗(谭雪荣)

一、概述	(513)
二、选用药物	(514)

第一章 自我药疗的一般知识

第一节 自我药疗的概述

一、自我药疗的概念

根据“国际自我药疗工业协会”的定义,自我药疗是指在没有医生或其他医务工作者指导的情况下,恰当地使用非处方药物,用以缓解轻度的、短期的症状及不适,或者用以治疗轻微的疾病的自我保健过程。自我药疗包含自我诊断和自我治疗,而自我药疗是自我治疗的主要手段,是自我保健的重要方式。通俗地讲,自我药疗就是每当我们感到有些不舒服时,就会仔细审查自我所表现的症状,如“头痛、睡不好觉、咳嗽”等。根据自己现有医药学知识和经验,做出初步的诊断,可能是过于紧张和疲劳,或是轻度感冒,就会自己到药店去看看有什么合适的药,主要的依据是看药品外包装上简单的说明文字,尽可能仔细看看该药品的使用说明书,把我们“对症”的药品,从柜台上买回来就吃,两三天后也许好了,就不到医院去了,如果都5.6天了还是不好,就会自动地到医院去看病了。这个过程就是自我医疗与自我药疗的全过程。

自我药疗重点使用的是非处方药,什么是非处方药?为了弄清楚这个概念,就必须明确什么叫处方药?处方药是指必须凭执业医师或执业助理医师处方才可以调配、购买和使用的药品。简单地说,就是我们得病后要进行治理,必须拿着大夫开的处方,才能到药房或市面上的药店买药,并根据大夫的医嘱服药。而非处

方药是指经国家批准,不需要凭借执业医师或执业助理医师处方即可自行判断、购买和使用的药品。所谓执业医师是指有处方权的医师。非处方药物在有些国家又称为 OTC,是英文 Over The Counter 三个英文词语首字母的缩写,意思是从药店、柜台上“买来的药”。所谓“中药 OTC”,就是指到药店去不凭大夫开的处方就可以买到的中成药。

有些发达国家在上个世纪 70 年代就开始推行非处方药评价和自我药疗制度。美国食品及药品管理局(FDA)在 1972 年就开始对美国市场上的药品进行评选,陆续公布国家认可的安全有效的非处方药品种。我国政府有关部门在十多年以前,通过国际交流开始在国内介绍非处方药和自我药疗。随着改革开放的深入,1995 年开始正式从政府层次上筹划处方药与非处方药分类管理与相应政策的制定。1995 年卫生部曾经发文《关于委托中国药学会开展制定处方药与非处方药工作的函》,1996 年卫生部发文《关于成立制定推行处方药与非处方药领导小组的通知》,领导小组由卫生部、原国家医药管理局、国家中医药管理局、总后卫生部、财政部领导组成。1998 年国家药品监督管理局成立后,我国开始对药品进行分类管理,就是把我国上市的药品(包括中、西药)分为处方药和非处方药两大类分别加以管理。药品分类管理,是一项关系到全社会,并对全社会产生很大影响的举措。1999 年相继正式公布了《处方药与非处方药分类管理办法》(试行)、《关于我国实施处方药与非处方药分类管理若干意见的通知》、《非处方药专有标示管理规定》、《处方药与非处方药流通管理暂行规定》和《第一批国家非处方药目录》。到目前为止,国家药品监督管理局已公布了六批非处方药物目录。随着药品分类管理制度的形成和推进,近年来,自我药疗、非处方药已逐渐为越来越多的人所认识和关心。

为什么自我药疗重点使用非处方药物? 主要是因为非处方药物具有以下特点: