

新编家庭医药指南

陆国民 陈少能 主编



第二军医大学出版社

内 容 简 介

为适应医疗制度改革,普及医药科学知识,促进保健事业发展。通过传播医药知识,面向家庭,送“医”上门。以通俗易懂、使用方便、享受实惠、群众喜闻乐见为目标,组编本书。

全书以 79 种常见病分类论述。突出自我诊断、自我治疗、自我调养三大主题版块。尤以自我治疗为重点,有选择地阐述代表性中西药物 300 余种,包括药物的别名、药物组成、药理作用、适应证、用法用量、不良反应、注意事项、禁忌证、剂型规格、贮藏、生产厂家等。按药物作用特点分科分类编排。

为查阅方便,本书特附录一部收载非处方药法规、家庭药箱常备药品及使用,以及上海市百家医院、规范药店、特色医药房一览表。内容突出“实用”二字。在体例编排和文字上充分体现可操作性,以扩展家庭选择药物的视野,为老百姓所欢迎。本书是临床医务、保健人员以及从事医药应用、经营、管理人员的必备工具书。

图书在版编目(CIP)数据

新编家庭医药指南/陆国民,陈少能主编. - 上海:第二军医大学出版社,2002.2

ISBN 7-81060-198-9

I. 新… II. ①陆… ②陈… III. 药物-指南 IV. R97-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 093194 号

新编家庭医药指南

主 编:陆国民 陈少能

责任编辑:傅淑娟

第二军医大学出版社出版发行

(上海翔殷路 818 号 邮政编码:200433)

全国各地新华书店经销

上海长阳印刷厂印刷

开本:850×1168 1/32 印张:12.625 字数:326 千字

2002 年 2 月第 1 版 2002 年 2 月第 1 次印刷

印数:1~10 000

ISBN 7-81060-198-9/R·156

定价:25.00 元

前言

科学在发展,应用在更新。为保障人民用药安全有效,国家药品监督管理局按照“应用安全、疗效确切、质量稳定”的原则,实施药品分类管理,公布了两批国家非处方药(中药、中成药)目录,有利于消费者自行判断、选择和使用,有利于医疗机构根据医疗需要决定或推荐使用非处方药。

《新编家庭医药指南》是一部以常见病种为纲,以中西药为目,指导消费者合理用药的科普型工具书。其特点是按各科常见病分门别类阐述西药、中成药的临床应用。自我疗效主要通过非处方药,即 OTC 药(over the counter)来实现,消费者不需要职业医师处方,即可按药品说明自行判断、购买和使用 OTC 药,用以缓解轻度症状,或用以治疗轻度的疾病。“小病当医生,大病当参谋”模式将由此形成。自我药疗的关键是患者的自我诊断、自我治疗、自我调养。为此,本书对一些常见病种作了深入浅出的介绍,并在书末附有家庭药箱常备药品及使用,作为自我用药的参考。本书介绍的药物具有鲜明的知识性特点,而且简明、实用、浅显、通俗。

《新编家庭医药指南》是一部可供从事医药和家庭用药指导人员的参考书;也是一本能帮助广大医药工作者扩大应用知识面、更新知识信息量,简明而实用的教材。

《新编家庭医药指南》是上海市医药学校、上海医联养生研究所共同发起组织并由一批在医药教育阵地上工作了

多年的教授、学者撰写,最后由专家审阅,在此,谨向有关编委、专家及出版单位致以衷心的感谢。

由于我们水平有限,时间仓促,编写这样一本书是个新尝试,疏漏和不妥在所难免,恳切期望读者批评指正。

编 者

2001 年 12 月

目 录

内科常见病及用药	(1)
一、感冒	(1)
二、流行性感冒	(9)
三、慢性支气管炎	(13)
四、慢性胃炎	(20)
五、慢性腹泻	(24)
六、消化性溃疡	(29)
七、胃肠道功能紊乱	(34)
八、肾盂肾炎	(39)
九、糖尿病	(44)
十、缺铁性贫血	(50)
十一、神经衰弱	(55)
十二、痛风	(60)
十三、高血压病	(65)
十四、肥胖症	(71)
十五、晕动病	(75)
十六、中暑	(79)
外科常见病及用药	(83)
一、急性扭挫伤	(83)
二、疔和疖	(90)
三、灼伤	(95)
四、冻疮	(100)
五、皮肤瘙痒	(104)
六、痔疮	(108)
七、癣	(113)

八、外伤出血	(119)
九、甲沟炎	(125)
十、手足皲裂	(129)
十一、痱子与疥疖	(133)
十二、狐臭	(137)
十三、雀斑与黄褐斑	(140)
十四、痤疮与酒渣鼻	(144)
十五、湿疹	(150)
十六、鸡眼与胼胝	(155)
十七、化妆性皮炎	(158)
十八、荨麻疹	(162)
十九、骨刺	(166)
二十、骨质疏松症	(171)
二十一、肩关节周围炎	(175)
妇科常见病及用药	(179)
一、闭经	(179)
二、痛经	(184)
三、更年期综合征	(189)
四、阴道炎	(194)
五、外阴瘙痒	(200)
六、慢性宫颈炎	(204)
七、盆腔炎	(208)
八、经前期综合征	(212)
九、乳腺小叶增生	(216)
十、产后缺乳	(220)
十一、妊娠剧吐	(223)
十二、妊娠高血压综合征	(226)
儿科常见病及用药	(229)

一、小儿厌食	(229)
二、小儿单纯性肥胖症	(234)
三、小儿多动症	(238)
四、小儿发热	(241)
五、小儿腹泻	(247)
六、小儿咳嗽	(252)
七、小儿便秘	(257)
八、小儿疳症	(262)
九、蛔虫病	(266)
十、智能低下	(271)
十一、水痘	(275)
十二、风疹	(280)
十三、遗尿	(283)
十四、婴儿哭闹	(287)
五官科常见病及用药	(290)
一、牙痛	(290)
二、慢性牙周炎	(294)
三、慢性牙龈炎	(298)
四、龋齿	(301)
五、口腔黏膜溃疡	(303)
六、口臭	(306)
七、结膜炎	(309)
八、沙眼	(313)
九、麦粒肿	(317)
十、流泪症	(321)
十一、老年性白内障	(325)
十二、青光眼	(329)
十三、耳鸣	(333)

十四、化脓性中耳炎	(337)
十五、慢性鼻炎	(342)
十六、慢性咽炎	(345)
附录一 非处方药法规	(350)
附录二 上海市百家医院通联一览表	(353)
附录三 上海市百家规范药店一览表	(358)
附录四 上海市特色医药房一览表	(363)
附录五 家庭药箱常备药品及使用	(365)
中文药品索引	(369)
后 记	(383)

内科常见病及用药

一、感冒

感冒亦即急性上呼吸道感染,是指鼻腔、咽或喉部急性炎症的概称,是最常见的一种呼吸道传染病。常见病原体为病毒,少数由细菌引起。根据病因不同,临床表现可有不同的类型,最常见的为普通感冒,俗称“伤风”,又称急性鼻炎或上呼吸道卡他症状,以鼻咽部卡他症状为主要表现。

【自我诊断】

当有受凉、淋雨、过度疲劳等诱发因素存在时,又出现咽干、咽痒或烧灼感、喷嚏、鼻塞、流清水样鼻涕等症状可初步考虑为感冒。病人有时可伴有咽痛、听力减退、流泪、味觉迟钝、呼吸不畅、声音嘶哑和少量咳嗽,一般无体温升高或发热不显著,体温在 38℃ 左右,约 3~4 天热退。

【自我治疗】

感冒病情虽轻,但发病率较高,且反复感染,有的甚至能引起较为严重的并发症,影响学习和工作,应积极进行治疗。

1. 西药

白加黑感冒片

OTC

别名 美息伪麻片。

药理作用 含有对乙酰氨基酚,通过下丘脑体温调节中枢而产生解热作用;盐酸伪麻黄碱具有选择性收缩上呼吸道毛细血管、消除鼻咽

部黏膜充血、减轻鼻塞症状的作用;氢溴酸右美沙芬具有止咳作用。夜用片中含有盐酸苯海拉明,为抗组胺药,具有较强的镇静作用。日用片既可减轻上呼吸道黏膜充血,有明显的消除鼻塞、流涕、眼鼻瘙痒、喷嚏、流泪等感冒的前期症状的作用,又可治疗由于感冒引起的头痛、发烧、咳嗽、四肢酸痛、肌肉痛、全身不适等中、后期症状。夜用片中加入适量的盐酸苯海拉明,在晚间睡前使用能进一步减轻由于感冒引起的各种不适,并使患者入睡。

适应证 用于治疗 and 减轻感冒引起的发热、头痛、四肢酸痛、喷嚏、流涕、鼻塞、咳嗽等症状。

用法用量 口服,成人用量:日用片:每次1~2片,一日2次,白天服用。夜用片:每次1~2片,一日1次,晚上睡前服用。

不良反应 有时有轻度头晕、乏力、恶心、上腹不适、口干和食欲不振等反应,可自行恢复。

注意事项 ①孕妇及哺乳期妇女应遵医嘱。②心脏病、高血压、糖尿病、甲状腺疾病、青光眼、前列腺肥大伴有排尿困难、呼吸困难、肺气肿患者应慎用;因吸烟、哮喘、肺气肿引起的慢性咳嗽及痰多黏稠患者不宜用本品。③饮酒及服用镇静药会加重嗜睡症状,应予避免。

禁忌证 ①对本品成分过敏者禁用。②服用夜用片期间可引起头昏、嗜睡,驾车、操纵机器及高空作业者禁用。

剂型规格 片剂。制剂规格:由日用片和夜用片组成。日用片:每片含对乙酰氨基酚 325 毫克,盐酸伪麻黄碱 30 毫克,氢溴酸右美沙芬 15 毫克。夜用片:每片含对乙酰氨基酚 325 毫克,盐酸伪麻黄碱 30 毫克,氢溴酸右美沙芬 15 毫克,盐酸苯海拉明 25 毫克。

贮藏 密闭,防潮,置阴凉处。

生产厂家 启东盖天力制药股份有限公司。

百服宁日夜型感冒片 (OTC)

别名 双芬伪麻片/美扑伪麻片,日夜百服宁。

药理作用 日用片:含对乙酰氨基酚,具有解热镇痛作用;盐酸伪麻

黄碱收缩鼻黏膜血管,消除鼻咽部黏膜充血,减轻鼻塞症状;氢溴酸右美沙芬具有止咳作用。夜用片:除上述作用外,另加入马来酸氯苯那敏,为抗组胺药,并有较强的镇静作用,能进一步减轻由于感冒引起的多种不适。日用片无嗜睡作用,服用后可照常工作。在治疗感冒中既可减轻上呼吸道黏膜充血,消除鼻塞、流涕、眼鼻瘙痒、喷嚏、流泪等感冒的前期症状;又可治疗由于感冒引起的各种不适。夜用片加入适量的马来酸氯苯那敏,在临睡前使用能进一步减轻由于感冒引起的各种不适,并使患者安睡,有助于机体自身免疫系统发挥作用,恢复健康。

适应证 用于感冒,特别是中、重度感冒引起的鼻塞、流涕、咳嗽、喉痛、发热、头痛、打喷嚏、四肢酸痛等症状。

用法用量 双芬伪麻片(日用片):口服,成人和12岁以上儿童,白天每次1~2片。12岁以下儿童遵医嘱。美扑伪麻片(夜用片):成人和12岁以上儿童,每次1~2片,于睡前服用。

不良反应 有时有轻度头晕、乏力、恶心、上腹不适、口干和食欲不振等症状,夜用片有轻度嗜睡作用,均可自行恢复。

注意事项 ①孕妇及哺乳期妇女遵医嘱。②高血压、心脏病、糖尿病、甲状腺疾病、前列腺肥大伴排尿困难、呼吸困难、肺气肿患者;因吸烟、哮喘、肺气肿引起的慢性咳嗽及痰多黏稠者慎用。③不宜与催眠、镇静及抗抑郁药同服,不可饮酒。④每日全部剂量不要超过8片,每次服药间隔不宜小于6小时。

禁忌证 夜用片服用期间可引起头晕、嗜睡,故驾车、操纵机器及高空作业者禁用。

剂型规格 片剂。制剂规格:双芬伪麻片(日用片):每片含对乙酰氨基酚500毫克,盐酸伪麻黄碱30毫克,氢溴酸右美沙芬15毫克。美扑伪麻片(夜用片):每片含对乙酰氨基酚500毫克,盐酸伪麻黄碱30毫克,氢溴酸右美沙芬15毫克,马来酸氯苯那敏(扑尔敏)2毫克。

贮藏 密闭,防潮,置阴凉处。

生产厂家 中美上海施贵宝制药有限公司。

泰诺感冒片 (OTC)

别名 酚麻美敏片。

药理作用 对乙酰氨基酚通过提高疼痛阈值减轻疼痛,作用于下丘脑体温调节中枢而起到退热作用;盐酸伪麻黄碱可消除鼻部充血;氢溴酸右美沙芬为镇咳药,可减轻普通感冒引起的咳嗽症状;马来酸氯苯那敏为抗组胺药,可缓解流涕、打喷嚏、流泪和喉部发痒等过敏症状。

适应证 用于感冒和呼吸道过敏症状,能缓解因感冒引起的鼻塞、流涕、流泪、打喷嚏、头痛、咽喉痛、发热等症状。

用法用量 口服;成人和 12 岁以上儿童,每次 1~2 片,每 6 小时一次,24 小时不超过 8 片。6~12 岁儿童,每次 1 片,每 6 小时一次,24 小时不超过 4 片。

不良反应 偶见头晕、皮疹和倦怠现象。

注意事项 ①孕妇及哺乳期妇女遵医嘱。②高血压、心脏病、糖尿病、甲状腺疾病、哮喘、青光眼、肺气肿、慢性肺部疾病、呼吸困难、前列腺肥大伴有排尿困难等疾病患者应在医生指导下使用。③不得与其他含对乙酰氨基酚的药物同时服用;不宜与降压药、抗抑郁药、镇静药或催眠药同时服用;服药期间避免同时饮用酒精饮料。④驾驶员及操作机器者慎用。

禁忌证 对本品成分过敏者及 6 岁以下儿童禁用。

剂型规格 片剂。制剂规格:每片含对乙酰氨基酚 325 毫克,盐酸伪麻黄碱 30 毫克,氢溴酸右美沙芬 15 毫克,马来酸氯苯那敏 2 毫克。

贮藏 密闭,防潮,置阴凉处。

生产厂家 美国强生公司麦克尼尔药厂。

2. 中成药

桑菊感冒片 (OTC)

药物组成 桑叶,菊花,连翘,苦杏仁,薄荷油,桔梗,芦根,甘草。

功能 疏风散热,宣肺止咳。

适应证 对于上呼吸道感染的患者有一定疗效。春冬季的流感、风疹、麻疹的前驱症状,急性结膜炎初期,以及急性支气管炎等病的初期,体温波动于 37.5℃ 左右都适宜。

用法用量 有多种剂型。①片剂:每次 4~8 片,每日 2~3 次,温开水送服。7 岁以上儿童服用成人 1/2 量,3~7 岁儿童服用成人 1/3 量。②颗粒剂:每次 1~2 袋,每日 2~3 次,糖尿病患者不宜服用此剂型。③散剂:每次 1~2 袋,温开水冲服或泡服,每日 2~3 次。④糖浆剂:每次 15~20 毫升,每日 3 次,糖尿病患者忌服。⑤合剂:每次 15~20 毫升,每日 3 次,摇动均匀后再服用。⑥浓缩丸:每次 25~30 粒,每日 2~3 次。

注意事项 本品适用于感冒初期,体温正常或偏高者。忌食油腻荤腥之品。偶见过敏反应,有过敏症状者应立即停药。

禁忌证 风寒感冒者及高热、口渴者不宜服用。

剂型规格 片剂;颗粒剂;散剂;糖浆剂;合剂;浓缩丸。

贮藏 密闭,防潮,置阴凉处。

生产厂家 广西半宙制药有限责任公司,江西信丰制药厂,天津乐仁堂制药厂,天津市中药制药厂,天津洪福药厂。

银翘解毒丸 (OTC)

药物组成 金银花,连翘,薄荷,荆芥穗,淡豆豉,牛蒡子,桔梗,淡竹叶,甘草。

功能 辛凉解表,清热解毒。

适应证 用治外感风热引起,发热微恶风寒,无汗或有汗不多,头胀痛,四肢酸懒,咳嗽黄痰,咽喉肿痛,口渴欲饮。现代医学的流感、支气管肺炎、流行性腮腺炎、急性咽炎、扁桃体炎、麻疹、乙型脑炎初起等。

用法用量 ①片剂:每次 4 片,每日 2~3 次。②颗粒剂:每次 1 袋,每日 3 次,开水送服。③合剂:口服,每次 10 毫升,每日 3 次。④胶囊剂:口服,每次 4 粒,每日 2~3 次。⑤蜜丸:每次 1 丸,每日 2~3

次,用芦根汤或温开水送服。⑥浓缩丸:口服,每次0.7~0.8克,每日3次。以上为成人量,儿童酌减。

注意事项 ①服药期间,忌食荤腥生冷,辛辣油腻之品。②本品对以怕冷为主的口不渴,咽喉肿痛之风寒感冒者无效。风寒感冒者不宜服用。

禁忌证 偶有过敏反应,表现为荨麻疹样皮炎、多型性红斑性药疹、药物性皮炎等,对本品过敏者禁用。

剂型规格 片剂;颗粒剂;合剂;胶囊剂;蜜丸;浓缩丸。

贮藏 密闭,防潮,置阴凉处。

生产厂家 广州中药一厂,柳州市制药厂,哈尔滨世一堂制药厂,湖南冷水江市制药厂,江西省阳泉中药厂。

双黄连口服液

OTC

药物组成 金银花,连翘,黄芩。

功能 清热解毒。

适应证 风热感冒,发热,咽痛。适用于病毒或细菌引起的上呼吸道感染,肺炎、急性扁桃体炎、咽喉炎、急性支气管炎等引起的咳嗽、发热、咽喉红肿疼痛、大便秘结等症。

用法用量 ①口服液:每次20毫升,每日3次。②颗粒剂:口服,每次1袋,每日3次,开水送服。③片剂:每次4片,每日3次。④糖浆剂:每次20毫升,每日3次。⑤气雾剂:振摇均匀后,喷雾,口腔吸入,每日1~2次,间隔半小时吸入1次,每次吸入10~15喷,儿童每次吸入5喷,或遵医嘱。⑥胶囊剂:每次3~4粒,每日3~4次。

注意事项 ①如有轻微沉淀,服前摇匀,不会影响疗效。②本品含有蔗糖,糖尿病患者慎用。

禁忌证 风寒外感者不宜服用。

剂型规格 口服液;颗粒剂;片剂;糖浆剂;气雾剂;胶囊剂。

贮藏 密闭,防潮,置阴凉处。

生产厂家 哈尔滨中药三厂,天津同仁堂制药厂。

风寒感冒冲剂 (OTC)

药物组成 麻黄,葛根,紫苏叶,防风,桂枝,白芷,苦杏仁,陈皮,桔梗,甘草,干姜。

功能 发汗解表,疏风散寒。

适应证 外感风寒,发热,恶寒,头痛,身痛,无汗,鼻塞,喷嚏,骨节酸痛,流泪,流清涕。适用于现代医学的上呼吸道感染、急性支气管炎、肺炎早期等症。

用法用量 口服,每次1袋,每日3次,温开水冲服。小儿酌减。7岁以上儿童服成人量1/2;3~7岁儿童服成人量1/3。

注意事项 高血压,心脏病患者慎用或在医生指导下服用。服药期间,饮食宜清淡,多饮开水,防止汗出太过。本品不宜长时期服用。

禁忌证 ①风热感冒者慎用;②本品含有蔗糖,糖尿病患者禁用。

剂型规格 颗粒剂。

贮藏 密闭,防潮,置阴凉处。

生产厂家 吉林省柳州凯伦药业有限公司。

荆防冲剂 (OTC)

药物组成 荆芥,防风,羌活,独活,柴胡,前胡,川芎,枳壳,茯苓,桔梗,甘草。

功能 发汗解表,散风祛湿。

适应证 用于流行性感冒、疟疾、菌痢、皮肤病、产后感冒等疾病初期兼有表证者。见恶寒、发热、头痛身疼、咳嗽白痰、疮疮初起、红肿疼痛、发热恶寒,都可服用。

用法用量 口服:①冲剂:每次1袋,每日3次,开水送服。②合剂:每次10~15毫升,每日3次。

注意事项 服药期间,忌生冷饮食。

禁忌证 本品含有蔗糖,糖尿病患者禁用。

剂型规格 颗粒剂;合剂。

贮藏 密闭,防潮,置阴凉处。

生产厂家 四川阿坝藏族羌族自治州制药厂。

感冒清热颗粒(冲剂) (OTC)

药物组成 荆芥穗,薄荷,防风,柴胡,紫苏叶,葛根,桔梗,苦杏仁,白芷,苦地丁,芦根。

功能 疏风散寒,解表清热。

适应证 风寒感冒,头痛发热,恶寒身痛,鼻流清涕,咳嗽咽干,全身酸痛,无汗。适用于流行性感、上呼吸道感染、急性支气管炎、肺炎等病初期有上述症状者。

用法用量 口服:①冲剂:每次1袋,每日2次;②软胶囊剂:每次4粒,每日2次;③口服液:每次10毫升,每日2次。

注意事项 ①服药期间,应避风寒。②本品冲剂,有含蔗糖和无糖型两种,请患者注意分辨。③脾虚、便溏者慎用,或向医生咨询服用。

禁忌证 身体虚弱,常有虚汗者不宜服用。

剂型规格 颗粒剂;软胶囊剂;口服液。

贮藏 密闭,防潮,置阴凉处。

生产厂家 北京东升制药厂,北京希力药业有限公司,济宁市中药厂,广东省九连山制药厂,天津达仁堂制药有限责任公司。

【自我调养】

(1)增强机体自身抗病能力是预防急性上呼吸道感染最好的办法。坚持有规律的合适的身体锻炼,坚持洗冷水浴,提高机体预防疾病能力及对寒冷的适应能力做好防寒工作。在冬春季节,天气变化时,及时增减衣服,受冷后立即服用生姜红糖茶。

(2)生活要有规律,避免过劳,特别是晚上工作过度。

(3)若出现大量脓性分泌物,可加用抗菌药物,红霉素、螺旋霉素、氧氟沙星等进行治疗。

二、流行性感冒

系由流感病毒引起的急性呼吸道传染病。病原体为甲、乙、丙三型流行性感冒病毒,通过飞沫传播。临床上出现急性发作的高热、乏力、全身肌肉酸痛和轻度呼吸道症状,病程较短,有自限性,老年人和伴有慢性呼吸道疾病或心脏病患者易并发肺炎。流感病毒,尤以甲型,极易变异,往往造成暴发、流行或大流行。流行特点表现为:突然发生、发病率高、迅速蔓延、流行过程短并能多次反复。

【自我诊断】

当流感流行时诊断较易,可根据:①接触史和集体发病史;②典型症状和体征,即在临床上可出现急起高热,全身症状较重而呼吸道症状并不严重,表现为畏寒、发热、头痛、乏力、全身酸痛等。体温可达 $39 \sim 40^{\circ}\text{C}$,一般持续 $2 \sim 3$ 天后渐退。全身症状逐渐好转,但鼻塞、流涕、咽痛、干咳等上呼吸道感染症状较明显,少数患者可有鼻出血、食欲减退、恶心、便秘或腹泻等轻度胃肠道症状。患者呈急性病容,面颊潮红,眼结膜轻度充血和眼球压痛,咽充血,口腔黏膜可有疱疹等。出现以上表现者可考虑为流行性感冒。

【自我治疗】

早期使用药物能防止甲型流感病毒进入细胞。预防感染必须在发病前给药,治疗患者必须在发病的最初 $1 \sim 2$ 天给药,这样才能减轻症状,缩短病程,具体药物有:

1. 西药

金刚烷胺

别名 三环癸胺,金刚胺。

药理作用 能特异地抑制甲型流感病毒,干扰 RNA 病毒穿入宿主细胞,保护未被感染的细胞。