

药，你吃对了吗

很实用很有效的120条用药法则

药品是预防和治疗疾病不可缺少的用药物资，科学、合理、安全地用药，是有效防治疾病的先决条件。

卢晟晔◎编著

如何科学、合理、安全地用药，

成了我们必须了解的常识性问题。

各类人群可以通过本书的介绍来了解自身特征，然后根据自身特征来选择用药的种类、方法和时间，进而发挥药品最佳的治疗效果。让患者对疾病加以重视，更深层次地了解疾病，积极、主动地治疗疾病，能够在很大程度上避免恶性疾病的发生。



药， 你吃对了吗

图书在版编目(CIP)数据

药,你吃对了吗:很实用很有效的120条用药法则/
卢晟晔编著. —贵阳:贵州科技出版社, 2013. 11
ISBN 978 - 7 - 5532 - 0149 - 8

I. ①药… II. ①卢… III. ①用药法 - 基本知识
IV. ①R452

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第221050号

药,你吃对了吗:很实用很有效的120条用药法则
卢晟晔 编著

责任编辑 蒋红涛 施福根
出版发行 贵州科技出版社
地 址 贵阳市中华北路289号(邮政编码:550004)
网 址 <http://www.gzstph.com> <http://www.gzkj.com.cn>
经 销 全国新华书店
印 刷 北京溢漾印刷有限公司
版 次 2013年12月第1版
印 次 2013年12月第1次
字 数 240千字
印 张 16
开 本 710mm × 1000mm 1/16
书 号 ISBN 978 - 7 - 5532 - 0149 - 8
定 价 29.80元

前言

Preface

药品是预防和治疗疾病不可缺少的重要物资，科学、合理、安全地用药，是有效防治疾病的先决条件。

但是，人们的用药常识并没有随着新药的“层出不穷”、药剂的多样化而变得丰富，相反，很多人却因为用药的日趋简单化、方便化而变得懒惰，懒于了解药品特性、用药方法等基本常识。

比如：有些患者甚至不知道药物该何时服用，就胡乱服药，想什么时候服就什么时候服，不考虑时间和地点；有些患者甚至将外敷药内服，达不到治疗的效果还可能会引发中毒事件；有些人用果汁、可乐送服药物，不考虑药效和物质间的相互反应；有些患者对新药、老药没有正确的认识，误将同种新药和老药同时应用，很可能会导致药物中毒，甚至死亡，后果是非常严重的……

而安全合理的用药常识就是根据患者的病情、病人的体质和药物的全面情况来选择药物，真正做到“对症下药”，用适当的方法、适合的剂量，在准确的时间内服药，同时注意药物的禁忌、不良反应和相互作用，以确保疾病的治愈。

为什么要构思这样一本书呢？因为现今社会，就医成了严重的问题，尤其是到大医院就诊，医药费、住院费的金额越来越大，很多人为此挠头，自行用药也就成了不可避免的趋势。

所以，对于普通患者来说，如何才能科学、合理、安全地应用药物，成了必须了解的常识性问题。

本书包括了对中药、西药的用药原则，儿童、老人等特殊人群的用药原则，以及各种常见疾病患者的用药原则等的介绍，内容详细、具体、针对性强。

各类人群可以通过本书的介绍来了解自身特征，然后根据自身特征来选择用药的种类、方法和时间，进而发挥药品最佳的治疗效果，帮助患者早日康复，同时为患者节省一大笔开销。

可以说本书的内容已经为患者考虑得很周到了，而且每种疾患可能诱发的疾病，每种疾病对健康的损害都介绍得非常清楚。这类介绍可以让患者对疾病加以重视，更深层次地了解疾病，积极、主动地治疗疾病，能够在很大程度上避免恶性疾病的发生。

但是，很多疾病并不能仅仅依靠书本知识治愈，还要结合临床观察和治疗，因为很多疾患的发病特征相似，普通患者很难从发病症状判断出自己所患疾病的种类，因此，针对每种疾病，本书还介绍了其发病特征，以及与其症状相似的疾病种类，并强调遇到此类疾病要及时就医，以免耽误病情。

如果您认真阅读本书，参照实行，就能够避免很多用药误区和疾病的恶化，减轻人们的生活负担，提高人们的生活质量和健康指数。

第1章 不可不知的家庭用药基本常识

家庭需要常备的药物	2
外出旅行需要常备的药物	3
哪些药不宜用热水送服	7
什么是药物的不良反应	9
安全用药的基本原则有哪些	12
家庭用药的常见误区有哪些	14
如何使用非处方药品	16
液体药品能够直接用瓶喝吗	18
滥用药物的危害有哪些	20
不小心吃错药怎么办	22
药物中毒如何急救	23
家庭急救用药需要注意的问题	26
外用滴剂的使用是有技巧的	28
应该给伤口频繁换药吗	30

第2章 不可不知的常用中药常识

学习如何煎煮中药	34
煎制中药能够用微波炉吗	36
服用中药汤剂能加糖吗	37
服用中药需要“忌口”吗	39
内服中药有哪些注意事项	41
家庭中如何保存中成药	43
如何正确制作药酒	45
每个人都能够喝药酒吗	47
孕妇禁忌的中成药有哪些	49
易导致过敏的中药有哪些	51

第3章 不可不知的常用西药常识

如何判断西药是否过期	54
西药的药品说明书主要看什么	55
服用西药常见的错误方法有哪些	57
剂型不同的药品用法能一样吗	60
用水服药需要注意哪些问题	62
常用药物有最佳服用时间吗	63
新药的疗效一定比老药好吗	66
买药时你看过药品含量吗	68
复方药与复合药,你知道区别吗	69

第4章 不可不知的儿童用药常识

小孩能够服用大人的药物吗	72
小儿用药如何选择合适的剂型	73
儿童用药过频有危害吗	75
小儿服糖浆时的注意事项有哪些	77
给幼儿喂药可以捏着鼻子灌吗	79
儿童打针后可以用手按摩吗	81
儿童可以用减肥药减肥吗	82
儿童滥用生长激素有哪些危害	84

第5章 不可不知的妇女用药常识

月经期间能随使用药吗	88
长期服用避孕药有哪些危害	90
如何防止避孕药的副作用	92
孕妇用药需要注意哪些问题	93
孕妇感冒能“扛着”吗	95
反复药物流产有哪些危害	97
哺乳期妇女应慎用哪些药物	99
药物丰胸有哪些危害	101
乱吃减肥药有哪些危害	103
服用减肥药的常见误区	104

第6章 不可不知的老年人用药常识

老年人用药六大误区和四大原则	108
老年人服用利尿剂时要慎重	109
便秘老人可以随意使用泻药吗	111
老人感冒必须慎选感冒药	113
老年人要慎用非处方药吗	114
以药助性有哪些危害	116
催眠药对老年人有哪些危害	117
老年人如何正确选用滋补药	119

第7章 呼吸系统疾病的用药常识

流行性感冒与普通感冒如何用药	122
常见感冒药有哪些使用禁忌	124
如何正确使用止咳药	125
慢性咽炎患者如何正确治疗	127
预防哮喘如何正确选药	130
治疗哮喘的常用药物有哪些	131
服用抗结核药需要注意哪些问题	133

第8章 消化系统疾病的用药常识

治疗消化不良的常用药物有哪些	136
腹胀应该如何对症用药	138
如何治疗慢性胃炎	140
胃药什么时候服用最有效	142



治疗溃疡病用药有哪些讲究	143
如何治疗便秘	145
夏季腹泻应该如何用药	147
腹泻自己用药的常见误区	149

第 9 章 心血管疾病的用药常识

高血压患者如何选择降压药	152
何时服用降压药效果最佳	154
服用降压药的常见误区有哪些	155
过量服用降压药的危害	157
春季服用降压药应注意哪些问题	158
高血压病必须终生服药吗	160
冠心病、心绞痛患者如何合理用药	161
冠心病患者用药注意事项有哪些	164
冠心病稳定时期需要坚持服药吗	166
抗心绞痛药也会引起心绞痛吗	167
常用的抗心律失常的药物都有哪些	169
使用抗心律失常药物的注意事项有哪些	172

第 10 章 内分泌系统疾病的用药常识

治疗糖尿病的常用药物有哪些	176
糖尿病患者常见的用药误区	177
糖尿病合理用药的七要素	180
肝源性糖尿病用药需要注意什么问题	182
治疗甲亢的药物有哪些	183
治疗甲亢分哪几期用药	184

如何防止抗甲状腺药物的副作用	186
甲亢用药的常见误区有哪些	187
甲亢用药如何停药	189

第 11 章 泌尿系统疾病的用药常识

泌尿系统感染用什么药	192
常用利尿药及其不良反应	193
肾功能不全者使用抗生素注意事项	194
前列腺增生用药的禁忌有哪些	196

第 12 章 神经系统疾病的用药常识

如何合理使用镇静助眠药	200
长期服用催眠药有哪些危害	201
如何有效预防催眠药成瘾	203
防治偏头痛的常用药物有哪些	205
防治脑卒中的常用药物有哪些	207

第 13 章 五官科疾病的用药常识

如何正确使用眼药水	210
损害视力的药物有哪些	211
青光眼患者应忌用哪些药物	214
耳浴过程中的注意事项	216
慢性鼻炎用药讲究多	217
怎样正确使用滴鼻药和喷鼻剂	219
治疗口臭的非处方药物有哪些	221

如何治疗牙龈出血	222
----------------	-----

第 14 章 皮肤科疾病的用药常识

如何合理选用皮肤病外用药	226
皮肤病外用药的正确使用方法	228
治疗皮肤病滥用激素的危害	230
缺乏维生素会引起皮肤病吗	232
脚气病与脚湿气用药有何不同	236
治疗痤疮的常用药物	238
治疗癣病如何用药	240
性病治疗用药小常识有哪些	241

第1章

不可不知的家庭用药基本常识



家庭需要常备的药物

随着物质文化生活水平的提高，人们越来越重视自己的身体健康问题，很多家庭都会备个“小药箱”，里面放一些常用的药品。有些患者会在病愈后将没有用完的药保存起来，以后接着使用。可以说，“小药箱”为大家提供了方便。

一、家庭备药要考虑成员状况

1. 根据家庭人员的年龄段和健康状况。如家庭成员中有老人和小孩，就要准备他们可能会用到的药物。家里如果有高血压、结核病、冠状动脉粥样硬化性心脏病（冠心病）等患者，就要常备这方面的药，但是药箱中千万不能混入可能导致其他成员过敏的药物。

2. 选择不良反应少的药物。说明书上通常会对有明确说明。如果是刚上市的新药，很可能会导致不良反应的发生，不适合家庭备用。

3. 选择疗效稳定、方便使用的药物。如口服药物、外用药等。

4. 常见病和多发病的药物要常备。“小药箱”中的基础药品应3~6个月清理一次。

二、家庭备药种类简介

1. 解热镇痛药：如阿司匹林、去痛片、消炎痛、布洛芬等。

2. 治感冒类药：如新康泰克、速效伤风胶囊、维C银翘片、板蓝根、感冒冲剂、白加黑感冒片、小儿感冒灵等。

3. 止咳化痰药：如必嗽平、止咳糖浆、咳必清、蛇胆川贝液、川贝枇杷膏、复方甘草片等。

4. 抗菌药物：如氟哌酸、阿莫西林、环丙沙星、乙酰螺旋霉素等。

5. 胃肠解痉药：如吗丁啉、胃复康、普鲁本辛、盐酸消旋山莨菪碱等。

6. 助消化药：如多酶片、健胃消食片、山楂丸等。

7. 通便药：如果导片、大黄苏打片、开塞露等。

8. 止泻药：如痢特灵、易蒙停、止泻宁等。



9. 抗过敏药：如西替利嗪、氯雷他定、塞庚啉、扑尔敏、苯海拉明等。
10. 外用消炎消毒药：如酒精、双氧水、碘酒、红药水、紫药水、高锰酸钾等。氯霉素眼药水也要备一瓶，游泳后可以滴几滴。
11. 外用止痛药：如风湿膏、红花油等。
12. 艾条：其热力和药物作用，能够达到温通经络，调和气血的功效。对于出现寒湿痹痛、褥疮、注射部位红肿的人来说有减缓症状的作用。使用方法：将一头点燃，在距离应灸穴位2~4厘米的地方进行烘熏，局部出现温热感，皮色发红就可以了。
13. 基本的医疗用品：体温表、剪刀、纱布、创可贴、镊子、清凉油、消毒棉签、胶带等。

除此之外，还要提醒大家注意，除了那些需要长期服用的药品外，贮存的药量不宜过多，够用三五天的剂量就可以了，以免过多造成药物的浪费，或是没有发现药物过期而出现误食现象。

老医生有话说

很多人因为家里有了“小药箱”而自己为自己“开药”，凭着自己的经验和感觉，忽视医嘱和用药说明，更改用药的剂量。这种做法是非常危险的，处方药应当在医生的指导下服用，盲目增加药物剂量很容易增加药物对身体的毒副作用。

即便是非处方药，自己不知道如何使用，也要咨询医生，切不可凭着感觉来。

最后，提醒大家不要迷信某种药物，长期服用一种药物很容易产生抗药性，降低药效；而且长期服用一种药物，药物中对人体有害的物质就会积累下来，对人的身体产生危害。

外出旅行需要常备的药物

节假日会有很多人外出旅行，但是在享受欢乐的同时不要忘记带上常用药，以备不时之需，下面就为外出旅行的朋友们介绍一些必备药物。

一、抗生素类药物

1. 氟哌酸胶囊（诺氟沙星胶囊）。适用于呼吸道、泌尿道、皮肤等部位的感染。

2. 麦迪霉素片。适用于金黄色葡萄球菌、链球菌、肺炎双球菌、淋球菌等感染所导致的各种炎症，也可用于支原体肺炎。对本品过敏者禁用。肝肾功能损伤者减量使用。

3. 头孢氨苄胶囊。适用于各种炎症。青霉素过敏者忌用。有胃肠道病史及肾功能减退者慎用。

4. 乙酰螺旋霉素片。适用于金黄色葡萄球菌、链球菌、肺炎双球菌、淋球菌、梅毒螺旋体等所引发的感染症状，对于支原体肺炎也有一定的作用。

5. 黄连素片。适用于肠道感染。饭后服用，孕妇慎用。

6. 复方新诺明片（复方磺胺甲噁唑片）。适用于呼吸道、泌尿系统、肠道等感染。饭后服用，磺胺类药物过敏者禁用，孕妇及哺乳期妇女小于2个月的婴儿、肝肾功能损害者禁用。

7. 黄连上清片。具有散风清热、泻火止痛的功效，用于风热上攻、肺胃热盛所致的头晕目眩、暴发火眼、牙齿疼痛、口舌生疮、咽喉肿痛、耳痛耳鸣、大便秘结、小便短赤等。孕妇忌服，脾胃虚寒者禁用。具有清热解毒、抗菌消炎的功效，适用于咽炎、牙龈炎患者，还具有通便的作用。

8. 牛黄解毒片。具有清热解毒、抗菌消炎的作用，适用于咽炎、扁桃腺炎、牙龈炎、口腔溃疡、急性结膜炎、疖肿等。本品不宜长期服用，孕妇及对本品过敏者忌服。

二、抗病毒药物

1. 病毒灵（吗啉双胍）。对多种病毒均有抑制作用，用于流感、流行性腮腺炎、疱疹、水痘、滤泡性结膜炎等的防治。

2. 病毒唑（利巴韦林）。它是广谱强效的抗病毒药物，广泛应用于病毒性疫病的治疗。

3. 板蓝根冲剂。具有清热、解毒、抗病毒的作用，适用于感冒、上呼吸道感染、咽炎等症状。

4. 抗病毒颗粒。具有清热祛湿，凉血解毒的作用。用于风热感冒、上呼吸道感染、流感等。



三、呼吸系统常用药

1. 速效伤风胶囊（氨咖黄敏胶囊）。适用于缓解普通感冒及流行性感冒引起的发热、头痛、四肢酸痛等症状。服用本品期间不得饮酒或含有酒精的饮料。不能同时服用与本品成分相似的其他抗感冒药。服药期间不得驾驶机动车、车、船，从事高空作业、机械作业及操作精密仪器。严重肝肾功能不全者禁用。孕妇及哺乳期妇女慎用。

2. 银翘解毒片。具有疏风解表，清热解毒的功效。适用于风热感冒，症见发热头痛、咳嗽口干、咽喉疼痛者。服药期间忌烟、酒及辛辣、生冷、油腻食物。不宜在服药期间同时服用滋补性中药。本品不适用于风寒感冒者。

3. 羚翘解毒片。具有辛凉解表，清热解毒的功效。适用于外感温邪或风热引起的畏风发热、四肢酸懒，头痛鼻塞、咳嗽咽痛等。服药期间忌烟、酒及辛辣、生冷、油腻食物。不宜在服药期间同时服用滋补性中药。不适用于风寒感冒者。

4. 咳必清。别名喷托维林、托可拉斯、维静宁。适用于上呼吸道感染引起的无痰干咳和百日咳等。需要注意的是，本品仅用于干咳病人，对痰多者禁用。

5. 复方甘草片。具有镇咳祛痰的作用，适用于支气管哮喘、支气管炎等。

6. 复方川贝片。具有宣肺化痰、止咳平喘的作用，适用于风寒咳嗽、痰喘引起的咳嗽气喘、胸闷、痰多：急、慢性支气管炎见上述症候者。

7. 感冒清片。具有疏风解表，清热解毒的作用。适用于外感风热所致的流行性感冒，症见发热、头痛、咳嗽、口干、咽喉疼痛等。

8. 维C银翘片。适用于流感、急性热病发热、头痛咳嗽、四肢怠倦、咽喉红肿等症状。

9. 六神丸。具有消肿解毒的作用，适用于急性扁桃体炎、咽炎、痈疽、疮疖等，孕妇禁用。

10. 复方草珊瑚含片。具有疏风清热，消肿止痛，清利咽喉的作用。适用于外感风热所致的喉痹。症见咽喉肿痛、声哑失音，以及急性咽喉炎见上述证候者。

四、消化系统常用药

1. 雷尼替丁，又名呋喃硝胺。具有抗酸，保护溃疡面的作用，适用于胃溃疡、十二指肠溃疡、返流性食道炎、胃酸过多、胃痛等肝肾功能不全者慎