

J I A T I N G

家庭

丛书主编 殷大奎

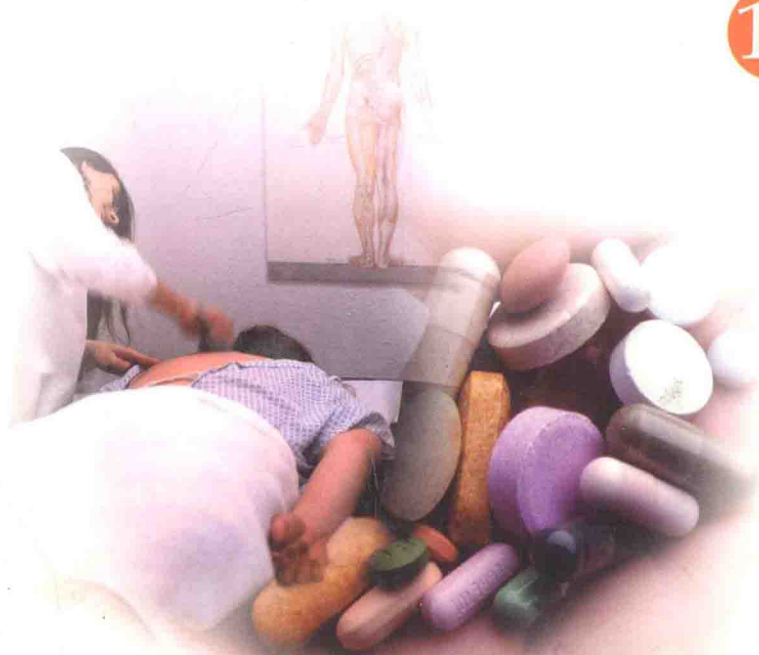
医学全书

YIXUEQUANSHU

寻医用药指南

主编 李义庭 副主编 刘芳 刘佑琴

11



四川科学技术出版社

家庭医学全书
之十一



寻医用药指南



主 编 李义庭

副主编 刘 芳 刘佑琴

四川科学技术出版社

本书编委

姓名	职称	通 讯 地 址
李义庭	教授	首都医科大学
刘 芳	副教授	首都医科大学
付 丽	助教	首都医科大学
李颖嘉		首都医科大学
沈瑞英	副教授	首都医科大学
胡晓美	主治医师	北京市回民医院
于 海	高级政工师	首都医科大学
魏京云	助教	首都医科大学
王育琴	主任药师	首都医科大学宣武医院
林晓兰	主管药师	首都医科大学宣武医院
曾 红	主管药师	首都医科大学宣武医院
齐晓莲	主管药师	首都医科大学宣武医院
张云林	副主任医师	北京市卫生局
佟燕燕	律师	北京市金泰律师事务所
刘佑琴	副主任医师	首都医科大学宣武医院
王德茂	副主任医师	首都医科大学宣武医院
柴 娟	经理	中国人寿保险公司
高 鹏	讲师	河北省金融高等专科学校

序

面向新世纪的医学科普

——写在《家庭医学全书》出版之际

殷大奎

在新世纪之初,大型医学科普丛书——《家庭医学全书》与读者见面了。我们衷心祝愿大家在新世纪身心健康,事业兴旺!

同人类的任何科学技术一样,医学的生命力也在于不断发现、不断创新,而不断发现、不断创新的动力和目的在于普及,因为只有医学真正普及了,才能“普渡”众生,才能使医学科学转化为现实的生产力,才有社会价值和经济价值。

江泽民同志说:“创新是一个民族进步的灵魂,是一个国家兴旺发达的不竭动力。”他还明确提出:“要树立全民族的创新意识,建立国家的创新体系。”医学的创新体系,应是国家创新体系的重要组成部分,它关系到我国全民族健康保障的大问题,应不断地充实它、完善它。

创新除了新发现、新发明、新改进等以外,还包括新知识、新技术的传播。正因为如此,我国的医学、药学等部门及其众多的工作者,都应该既能从事研究工作、医疗工作,又能从事普及工作,这是建立和完善医学创新和普及体系的需要。有幸的是,这次编著大型医学科普读物——《家庭医学全书》

(以下简称《全书》),相关的一些高层次的研究机构和医疗部门及其众多有丰富临床经验的专家学者,都以极大的热情自觉地投入到这项艰巨的编著工作中来,不仅确保了《全书》的高品位、高质量,以精品的容貌展示在读者面前,而且为新世纪的医学科普工作开了一个好头。

医学科普有两个层次。一是通过医疗服务普及,不断促进我国医疗、预防、保健整体水平的提高;二是通过健康教育,普及医学知识,提高群众的健康意识和自我保健能力,养成良好的卫生习惯和文明健康的生活方式。很显然,《全书》编著的定位和服务对象是后者而不是前者。参与编著的专家学者们,在确保《全书》内容科学、准确的前提下,尽量使之既有深广的医理,又通俗易懂,使读者能学以致用。专家们同时认为,作为贡献给新世纪家庭保健的精品之作,也不宜采取一问一答的简单形式,不仅要讲是什么病症、应该怎么治,还要讲为什么会得此病症,为什么必须这样治,应如何预防,特别是要尽量多介绍一些新的医学知识,以便于提高大家的医学素养。

医学知识的创新普及工作,既是物质文明建设的重要内容,又是精神文明建设的重要内容。我们有充分的理由相信,医学科学知识和其他科学技术知识的创新、普及,是能战胜一切迷信、愚昧、歪理邪说和贫穷落后的,是能把人们的生产、生活导入文明、科学轨道的。这不仅已被人类的科学史所证明,也已被整个人类社会的进步史所证明。《全书》的编著者们,以塑造社会两个文明为目标,精心荟萃传统医学知识,积极吸纳现代医学的最新成果,严格防止一些尚未被确切证明的医药观点进入《全书》,对社会上一些不同的医药观点和养生观

点的讨论,专家们也作了必要的说明,以免误导读者,尽力把医学观念、思维的创新与普及,统一于《全书》之中。

人类在上一世纪中对自身的健康问题,有诸多新认识、新突破,其中新的健康概念和新医学模式的提出,对整个医疗卫生事业产生了重大影响。我们不难预料,在新的千年中,人们对自身健康问题的认识,将会有更多的新认识、新创造,医学卫生科学知识将在我国得到更广泛的普及。当然,任何新认识、新创造,都是以前人的优秀文化思想和科学成果为基础的,判断新与旧的一个重要原则,不但要看其是否有超前性,而且还要看其是否适合社会现实发展的需要,不适者为旧,适合者为新。《全书》的作者们认为,健康新概念(即“健康是身体、精神和社会生活诸方面圆满适宜的一种状态,而不仅是没有疾病和不虚弱”)和“生物——心理——社会”医学模式的提出,虽然前者是上个世纪40年代世界卫生组织提出的,后者是上个世纪70年代美国恩格尔教授提出的,至今已相隔几十年,但对当今乃至今后很长时间内中国仍然是适用的,仍然有重大的实践意义。在《21世纪的家庭保健(代总论)》卷中,对健康新概念问题、对“亚健康”问题和医学模式的转变等问题,均作了专题论述。对心理与健康、饮食与健康、环境与健康、运动与养生以及寻医问药等专题,《全书》设置了专卷,占了全书近一半的篇幅。在上述各卷中,相关专家都认真做了科学周密且详尽生动的阐述,引导读者在自然和社会环境中,注意在社会物质生活和精神生活诸方面保持“完满状态”。换句话说,《全书》不仅重视人的生物属性,坚持以生物学为医学的基础,而且还十分重视人的社会属性,重视环境对人的健康的影响。几位参与审读的专家认为,以这样大

篇幅系统地从心理和社会医学模式的视角,为广大群众提供科学的健康咨询,这是国内外一般保健科普读物所没有的,至少是很少见的,这是《全书》的一大特点,这使我们《全书》的编著者们,感到很欣慰。

充分地满足当今疾病谱的变化和群众防治疾病的需要,是《全书》又一特点。为此《全书》设置了《常见病、多发病的防治》、《心脑血管疾病的防治》、《肿瘤防治》、《性与生殖》等专卷。这些卷专业性很强,同时又都很贴近家庭保健需要的实际,注重体现健康新观念和新医学模式,注重吸纳新的防治方法和新医药、新医技。这是因为《全书》所面对的都是生物性和社会性相统一的人,无论是常见病、多发病,还是肿瘤、心脑血管和生殖系统等方面的疾病,无不与心理因素和社会因素的影响有关,都需要用健康新概念(即健康新标准)和新医学模式的观点去审视判断,去开具防治“处方”。

为了从多方面满足家庭保健咨询的需要,《全书》设置了《寻医用药指南》卷,着重阐述了科学的求医用药观,强调能防治疾病、热心服务的医生就是好医生,能防治疾病的药就是好药;向群众介绍了我国卫生改革与发展的新情况,鼓励群众积极参与医疗保险制度的改革,正确对待医疗纠纷,依法维护自己的正当权益;还向群众解释了药品分类和如何防范购买服用伪劣药品等问题。

《全书》从家庭个体的产生、发展和消亡的全过程出发设置了《临终关怀与善后》卷。这与其他医学科普读物相比,又是《全书》的一个特点。在《临终关怀与善后》卷中,着重阐述了科学的死亡观,说明人的生死是一个自然过程。如一个人确实因病而进入临终阶段,其人其时最需要的,是至诚的关怀

和爱护,而要实施至诚至爱的临终关怀,不仅需要崇高的精神,还必须懂得临终阶段患者的生理和心理需要,才能理智和科学地去处置,避免被迷信和邪说所愚弄,造成患者本来完全可以避免的痛苦和钱物的浪费。在这一卷中,专家们对居丧期间的家人和亲属如何注意自身的生理、心理健康以及如何依法处理各种善后事宜,也作了科学、详尽的阐述,倾注了医学专家们的一片真情实意。应该说,这是开了医学科普读物中把卫生保健延伸到临终关怀领域的先河。

《全书》立项编著之初就明确,要重在预防,要便于全社会千家万户的自主健康。“预防为主”是我国卫生工作的重要方针,是祖国医学的优秀传统。如果说在上世纪50年代我们面对的是众多的文盲,是“千村薜荔人遗矢,万户萧疏鬼唱歌”那样一种局面,还尽力贯彻以预防为主的方针,动员群众参与,并很快取得了明显的效果,那么50多年后的今天,我国民众的文化素养和卫生状况已有了根本改观,我们更应坚持贯彻预防为主的方针,更应动员群众参与。我们之所以下大力气编著这部大型医学科普丛书,其主要用意也正在于此。所以,无论是在各疾病防治分卷中,还是在各社会与健康分卷中,《全书》都注重向读者宣传防治疾病的科学知识,鼓励人们要有勇气和决心与自己不健康的生活方式和行为决裂。《全书》除了赞成世界卫生组织提出的开展“全球居民卫生运动”,做到“人人学知识,人人都参加,人人得健康”以外,还主张中、西医两法并重,这对我国广大群众来说,是最积极有效的保健办法。因此,《全书》各卷在许多条目中,特别注重介绍了中西、西医或两者相结合的保健方法,尤其是在《运动与养生》、《饮食与健康》等卷中。

我国医药卫生体制的改革,一方面要增强医药卫生事业的活力,充分调动医药卫生人员的积极性,促进卫生机构和医药行业的健康发展,让群众享有价格合理、质量优良的医疗服务;另一方面要大力向群众开展健康教育,普及医药卫生科普知识,增强群众自我保健的意识和技能,调动群众搞好个人、家庭和社区卫生保健的积极性。这两个积极性相结合,是搞好各项卫生保健工作的基础,也是达到提高全民整体健康水平的必由之路。我们之所以能够在新世纪之初,向广大读者特别是向具有较高阅读能力和自主健康能力的读者,推出这套大型医学科普丛书,最根本的就是要满足社会主义市场经济条件下城镇医药卫生体制改革的需要。《全书》的内容,几乎涵盖了医学科学知识的方方面面,在一定意义上讲,它是一位21世纪的“家庭全科医生”,能很好地满足家庭保健咨询的需要。

历史经验已经证明,加强医学科普和健康教育工作,是低投入、高产出的保健措施,是提高全民族健康水平的捷径,对于促进两个文明建设及实施科教兴国战略都有重要意义,于国、于民、于家都十分有益,在新世纪中应当得到更充分的重视。

在《全书》出版之际,我们还要特别致谢北京天九智业科技发展有限公司卢俊卿先生,他从新世纪发展战略预测的高度,提出在和平与发展的世界主题下,健康将成为人们的第一需要。因而,他热忱满腔地承担了《全书》总策划的繁重任务,并从多方面为《家庭医学全书》的编著出版提供了有力的保障。医学的创新和普及十分需要卓有远见的企业家们的鼎力支持,我们非常愿意与卢俊卿先生这样的企业家们合作,以

激励社会力量办好新世纪的医学事业。

参加编著《全书》的 300 多名专家学者慎重表示,我们以及我们的后继者们,将在新的千年中不断充实完善这部《全书》,使之长久地成为千家万户卫生保健的良师益友!

2002 年 9 月



前言

在社会生活中,人们都需要一个健康的心理和身体,以保持旺盛的精力投入事业,维系和谐幸福的家庭;遇到疾病时,则希望在最快的时间里,得到最便捷、最优越的就医用药环境和条件,以便得到有效治疗,恢复健康。

编写本卷的目的,就是针对以上情况,帮助大家了解卫生管理机构和一些医院,了解就医用药的基本过程,了解与个人和家庭保健有关的法律知识和保险知识,在遇病就诊时,能够得到经济、有效的医疗服务。

本卷提供了全国各地 600 多家医院可供您选择,不论您需要什么特色的医院、擅长某方面的专家,会使您一目了然;当您在医院和众多科室面前不知所措时,这里给您提供了医院布局、科室功能、就医程序、住院须知等多种必备的知识,会使您增强信心,有条不紊地实现您的目标;尤其是面对各种检验结果,再不会不知所措,您只要相对地应地核查一下,就会很快知道是否正常。

寻医用药指南





小药箱是每个家庭必备的,而且现在大多数家庭都备有一些治疗常见病、多发病的药物。可是您家里的药物是否过期,是否是淘汰的药物,以及如何避免药物性中毒(因为“是药都有三分毒”)呢?本卷提供了您需要的详细答案。还提醒您,千万不要相信游医和那些遍布街头巷尾的小广告,不仅会耽误病情,甚至可能会造成终身遗憾。这里详细地介绍了药品的常识,中、西药非处方用药,包括每个药品的中文名称、英文名称、商品名称、适应症、不良反应、用法用量、注意事项、相互作用、剂型、规格、贮存等知识,当然还包括特殊人群用药怎样特殊对待,以及中西药合用的误区等等,对家庭用药来说是最方便不过了。

本卷中的第三、四、五篇,介绍了关于卫生法、医疗纠纷和医疗保险的相关内容。我们国家正在大力加强法制建设,以依法治国是我们的目标。近年来,我国大力加强了卫生法规的建设,用以来规范社会、人群的卫生行为,懂了这些相关知识,您就会知道怎样用法律来保护自己,怎样用法律去解决一些相关的纠纷;同时这里还向您介绍了各种保险知识、著名的保险公司,为您在社会医疗保险和商业保险方面提供服务。

李义庭 刘芳

2001年1月

目录

第一篇 寻医就诊

2	第一章 卫生连着我和你
2	第一节 卫生国情
3	一、解放前后卫生重要指标之比较
7	二、新时期的卫生工作方针
9	三、政府在规划我与你的保健
12	第二节 走近卫生官员
12	一、中华人民共和国卫生部
16	二、国家中医药管理局
17	三、国家药品监督管理局
20	四、中华医学会
22	五、中国红十字会
24	六、中国预防医学科学院
25	七、国家中毒控制中心
27	第三节 身边的医生
28	一、社区卫生服务与社区医学

30	二、社区三级预防
31	三、社区医疗保健网
32	四、社区卫生服务的特点
35	第四节 在家里就医
35	一、全科医学/家庭医学与全科医生/家庭医生
38	二、家庭与家庭照顾
41	三、家庭病床
44	第二章 著名医院及医疗中心
45	第一节 北京地区
72	第二节 上海地区
87	第三节 天津地区
98	第四节 广州地区
108	第五节 华东地区
118	第六节 华北及东北地区
125	第七节 中南地区
134	第八节 西南地区
141	第九节 西北地区
152	第三章 就医与住院
152	第一节 医院的布局和标识
153	一、医院的布局
154	二、医院的各种标识
154	第二节 了解医院科室功能, 避免挂错号
154	一、科室功能
162	二、门诊挂号注意事项
163	第三节 就医的程序和方法

163	一、就医程序
164	二、就医应注意的问题
167	第四节 遵守医院的规章制度
167	一、挂号工作制度
167	二、处方制度
168	三、医疗收费制度
168	四、注射室工作制度
169	五、药剂科工作制度
170	六、查对制度
172	第五节 住院和出院须知
172	一、住院须知
177	二、出院须知
177	三、就医与住院遇到特殊困难和问题
177	四、医疗体制改革为就医用药提供更大方便
178	五、利用网络医疗与急救中心的服务
179	第四章 帮您解惑的临床检验
179	第一节 临床血液学检验
179	一、血液一般检验
183	二、溶血性贫血的一般检验
184	三、止血与凝血功能检验
186	四、骨髓细胞学检验
187	第二节 临床体液检验
187	一、尿液检查
190	二、大便检验
191	三、脑脊液检验
192	四、胃液及十二指肠液检验

193	五、精液检验
194	六、前列腺液检验
194	七、痰液检验
195	八、羊水检验
196	九、阴道分泌物检验
196	第三节 临床化学实验
196	一、蛋白质测定
198	二、糖及其代谢物测定
199	三、无机元素测定
200	四、血脂测定
201	五、肝脏疾病实验检测
202	六、肾脏疾病实验检测
203	七、心脏疾病实验检测
204	八、内分泌激素实验检测
206	第四节 临床微生物学检验
206	一、血液及骨髓细菌学检验
206	二、尿液细菌学检验
206	三、胃肠道细菌学检验
207	四、脑脊液细菌学检验
207	五、浆膜腔穿刺液细菌学检验
207	六、痰及支气管分泌物细菌学检验
208	七、淋病细菌学检验
208	八、厌氧菌检验
208	九、结核病细菌学检验
208	第五节 临床免疫学检验
208	一、体液免疫和补体免疫检验

- 210 二、细胞免疫检验
- 211 三、感染免疫检验
- 212 四、肿瘤标志物的检验

第二篇 用药指南

- 215 引言
- 217 第五章 一般药品常识
 - 217 第一节 自我保健的重要武器——非处方药物
 - 219 第二节 走出广告与价格的误区，正确选择药品
 - 221 第三节 分清进口药与国产药的利弊，严防使用假劣药品
 - 221 一、进口药与国产药
 - 222 二、合格药品与假劣药品
 - 223 第四节 使用药物要讲科学
 - 223 一、特殊剂型的药物用法特殊
 - 224 二、用药时间与服药次数
 - 226 第五节 药品包装与识别药物真伪
 - 226 一、包装的完整性
 - 227 二、有效期的识别
 - 229 三、药品的说明书不能不看
 - 230 四、家庭药物的储存方法
 - 232 第六节 处方药用法须知
 - 232 一、抗菌药物决不能滥用
 - 234 二、巧用催眠药效果会更好