



家家必备的急救指导手册，一书在手，全家平安

家庭急救

速查手册

安全放心，速查速用
全面图解，一看就会

《健康大讲堂》编委会 主编

家庭意外急救+家庭疾病急救+创伤急救+中毒急救+儿童急救+重大灾难急救



韧带损伤

Rendai sunshang

【急救方法】

①立即停止活动，以减少出血。②用冷毛巾冲或冰块冷敷损伤部位。③覆盖绷带加压包扎以防肿胀。④怀疑韧带完全断裂的，应及时就医。⑤1~3天后可用温热毛巾热敷损伤部位，以消肿和促进血液循环。

日常预防

要避免日常生活和运动中的韧带损伤，首先要避免太剧烈及难度过大的动作。另外，要加强肌肉的锻炼，当肌肉强壮了，运动时韧带的负荷就会减小。

头部外伤

Toubu waishang

【如何实施急救】

如遇出血，可采取对伤口直接加压的方式暂时止血，并尽早清除伤口异物。严重者需及时就医。



鼻塞

Bise

用热毛巾按住整个鼻孔，热敷5分钟，坚持4~5次，就可以通鼻塞。

【盐水巧治鼻塞】

因伤风感冒导致鼻塞时，可用微温的盐水仔细清洗鼻孔，坚持数天，即可治愈。此方法还可以防治鼻炎。



【家庭用药的基本配备】

止咳化痰药：如川贝枇杷糖浆；解热镇痛药：如阿司匹林；感冒药；助消化药；退烧药；止泻药；胃肠药；抗过敏药；眼药水；其他外用药物，如达克罗宁软膏。

家庭储药

Jiating chuyao



气管异物

Qiguan yiwu

气管异物多发生于5岁以下儿童，3岁以下最多。家长可采取以下两种方法开展急救。①倒立拍背法：可倒提患儿两腿，轻拍其背部至异物咳出。②推压腹部法：抱住患儿，一手握拳，将大拇指置于患儿脐与剑突之间，用另一手掌压住拳头，有节奏地使劲向上、向内推压至异物排出。

哮喘

Xiaochuan

【急救方法】

①协助患者采取半坐位。②给患者吸入氧气。③补充水分以防止脱水。④给患者使用化痰药时要避免使用镇咳药。



手部外伤

Shoubu waishang

手部外伤实施急救，需按照三步走：①止血，最简便有效的止血方法是局部加压包扎。②创口包扎，用无菌敷料或者清洁的布类包扎伤口。③局部固定，无论受伤手是否骨折，在转运过程中都需加以固定以防伤情加重。



毒蜘蛛咬伤

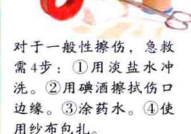
Duzhizhu yaoshang

将生姜或鲜桃叶捣烂取汁，加清油调和，敷患处，可治毒蜘蛛咬伤。



外伤急救

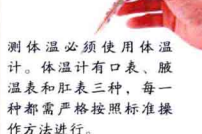
Waishang jiujiu



对于一般性擦伤，急救需4步：①用淡盐水冲洗。②用碘酒擦拭伤口边缘。③涂药水。④使用纱布包扎。

测量体温

Celiang tiwen



测体温必须使用体温计。体温计有口表、腋表、肛表三种，每一种都需严格按照标准操作方法进行。

人工呼吸

Rengong huxi

【注意事项】

①清除病人口鼻内的异物。②解开病人衣领、内衣等以免胸廓受压。③仰卧压胸人工呼吸时需拉出病人舌头，以免阻塞呼吸。④对孕妇背部有外伤、骨折患者实施急救，需选择适当的姿势，防止造成新的伤害。



防治妊娠高血压

Fangzhi renshen gaoxueya

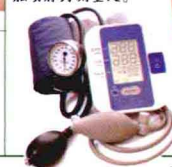


①定期检查。②注意休息和营养，食物不可过咸。③如发现贫血需及时补铁。④有相关病史的孕妇需在医生指导下重点监护。

测量血压

Celiang xueya

血压是反应高血压病人病情轻重的重要指标。测量血压一般选用上臂肱动脉为测量处。



黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭急救速查手册/《健康大讲堂》编委会主编

— 哈尔滨:黑龙江科学技术出版社, 2013. 5

(健康大讲堂)

ISBN 978-7-5388-7438-9

I. ①家… II. ①健… III. ①急救—手册 IV.
①R459. 7-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第002653号

家庭急救速查手册

JIATING JIJIU SUCHA SHOUCE

策 划 金鹰达

主 编 《健康大讲堂》编委会

责任编辑 焦 琰 徐 洋

封面设计 景雪峰

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区建设街41号 邮编: 150001

电话: (0451) 53642106 传真: (0451) 53642143

网址: www.lkbs.cn www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 深圳市鹰达印刷包装有限公司

开 本 711 mm × 1016 mm 1/16

印 张 22

字 数 350千字

版 次 2013年5月第1版 2013年5月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-7438-9/R · 2086

定 价 29.80元

【版权所有, 请勿翻印、转载】



家庭急救速查手册

《健康大讲堂》编委会 主编



黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

《健康大讲堂》
编委会成员

陈志田

保健营养大师

胡维勤

著名医学科学家、

中央首长保健医师

沈建忠

台北长庚纪念医院、中医内儿科主治医师

臧俊岐

中国著名针灸学家、主任医师

陈俊如

广州中医药大学中医博士、

台北京禾中医诊所院长

陈博圣

台北京禾中医大安、北投双院区主任医师

彭燕婷

台北青花瓷中医诊所副院长



序 言

Preface

健康是幸福生活的基本条件之一，拥有健康才会拥有一切。为了让您和您的家人安全健康地生活，不妨“储备”一些必要的家庭急救知识。这不仅是爱自己，也是爱家人的表现。

本书从家庭生活的方方面面入手，对可能遇到的险情一一进行分析并列出相应的急救方法，全书共分为七个篇章。日常生活中常见的意外伤害的应对方法，疾病的防护急救知识，创伤、动物咬伤、中毒等应急方法，您都可以在本书中找到。从孩子到成人，从室内到户外，各类应急知识无不完整囊括，所介绍的方法均方便有效，图文并茂，指导详尽，真正让您一学就会。

这本书可以说是家庭急救的百科全书，更是一本让您获得智慧和勇气的应急手册，一书在手，就可以让您和家人从容地远离危险。

《健康大讲堂》编委会

目录

Contents



PART 01 家庭急救须知

● 合理装备家庭药箱

- 家庭小药箱的配置物品 012
- 家庭备药需考虑的因素 012
- 家庭备药的合理储存... 013
- 谨慎使用家庭必备药... 013
- 家庭用药应对症..... 013

● 家庭储药备忘录

- 止咳化痰药..... 014
- 解热镇痛药..... 014
- 治感冒药..... 015
- 助消化药 015
- 退烧药 015
- 止泻药 015
- 胃肠药 016
- 抗过敏类药 016
- 速效救心丸 017
- 眼药水 017
- 外用药 017

● 常见伤病者的表象

- 面容..... 018
- 意识 018
- 瞳孔 019
- 皮肤 020
- 体位 020

● 怎样测量体温

- 口腔内测量法..... 022
- 腋下测量法..... 022
- 肛门内测量法..... 022

● 怎样测量脉搏

- 测量脉搏的方法..... 023
- 常见的异常脉搏..... 023

● 怎样测量呼吸次数

- 了解呼吸..... 024
- 测量呼吸次数的方法... 024

● 怎样测量血压

- 血压的正常值..... 025
- 测量血压的方法..... 025

● 怎样用酒精擦浴

- 用酒精擦浴的方法..... 026
- 注意事项..... 026

● 怎样进行冷敷

- 冷敷的方法..... 027
- 注意事项..... 027

● 怎样进行热敷

- 热敷的方法..... 028
- 注意事项..... 028

● 怎样判断危险急病

- 判断危险急病的方法... 029
- 注意事项..... 029

● 怎样给伤口止血

- 血管的出血特征及处理方法..... 030
- 伤口止血的方法..... 030

● 怎样搬运伤病人

- 搬运伤病人的重要性和方法 031

注意事项.....031

●怎样进行现场急救

进行现场急救的

方法.....032

注意事项.....032

●怎样进行人工呼吸

人工呼吸的方法.....033

注意事项.....033

●怎样进行心肺复苏术

心肺复苏术的方法...034

注意事项.....034

●怎样包扎伤口

伤口包扎前的准备...035

包扎的准备材料.....035

包扎的方法.....035

PART 02 家庭意外急救

●室内意外急救

手指被夹伤.....038

指甲受伤.....038

手指切割伤.....039

手脚扎刺.....040

牙齿撞掉.....040

鱼骨刺喉.....040

老年人跌倒.....041

老年人噎食.....042

老年人昏迷.....042

滚油飞溅烫伤.....043

洗澡突然晕倒.....043

家庭触电.....044

割脉.....045

刎颈.....045

心脏突然停止跳动...045

●室外意外急救

皮肤晒伤.....046

高处跌伤.....047

掉下地铁站台.....047

被困电梯.....047

车祸现场.....048

踩踏事故.....048

高原反应.....049

野外如何寻找水源...049

旅行迷路.....050

旅游晕动症.....051

旅游中小腿抽筋.....052

溺水.....052

游泳抽筋.....053

车辆落水.....054

汽车陷入泥泞.....055

行驶中汽油不够.....055

汽车玻璃碎裂.....056

汽车轮胎爆裂.....056

刹车失灵.....057

汽车着火.....058

汽车翻车.....058

油料溢出油箱.....058

外出与孩子走散.....059

被骚扰者跟踪.....059

遇到性侵犯.....060

PART 03 家庭疾病急救

●常见急危疾病

昏迷.....062

眩晕.....063

发热.....064

晕厥.....064

抽搐.....065

窒息.....066

腰痛.....067

胸痛.....067

关节痛.....068

颈肩痛.....069

心脏猝死.....070

中暑.....070

休克.....071

中风.....072

呃逆.....073
恶心与呕吐.....074
急性腹痛.....074
急性腹泻.....075
咯血.....076
呕血.....077

● 内科疾病

阵发性心动过速.....078
心跳过慢.....079
心绞痛.....079
急性心肌梗死.....080
心力衰竭.....081
急性主动脉夹层动
脉瘤.....082
心房扑动与心房颤动.....083
早搏.....084
病态窦房结综合征.....084
感染性心内膜炎.....085
急性心肌炎.....086
急性心包炎.....086
心脏黏液瘤.....087
急性肺源性心脏病.....089
上呼吸道感染.....089
急性支气管炎.....090
流感.....091
支气管哮喘.....091
支气管扩张症.....092
急性肺炎.....093
大叶性肺炎.....094
阻塞性肺气肿.....094

急性胸膜炎.....095
脑血栓.....095
脑出血.....096
脑震荡.....097
成人呼吸窘迫综合征.....097
呼吸困难.....098
肺性脑病.....099
气胸.....099
高血压.....100
高血压危象.....101
低血糖.....101
糖尿病.....102
急性肾衰竭.....103
肾及输尿管结石.....104
膀胱结石.....106
急性肾盂肾炎.....106
肾病综合征.....107
急性前列腺炎.....107
急性胆囊炎.....108
急性胆道蛔虫症.....109
急性肠胃炎.....109
急性胰腺炎.....110
胃痉挛.....110
消化性溃疡穿孔.....111
便秘.....112
便血.....112
血尿.....113
尿痛.....114
急性尿潴留.....114
急性细菌性痢疾.....115

急性血吸虫病.....116
急性白血病.....116
血友病.....117
疝气.....117
急性风湿热.....118
贫血.....118
头痛.....119
咳嗽.....120
癫痫.....121
甲状腺功能亢进症.....122
三叉神经痛.....122
坐骨神经痛.....123

● 五官科

沙眼.....124
睑腺炎.....125
急性泪囊炎.....126
急性角膜炎.....126
急性结膜炎.....127
急性青光眼.....128
急性虹膜睫状体炎.....129
急性喉炎.....129
鼻出血.....130
急性鼻炎.....131
突发性耳聋.....132
中耳炎.....133
急性咽炎.....134
急性扁桃体炎.....134
口腔出血.....135
口腔溃疡.....136
牙痛.....136

急性牙龈炎.....	137
急性智齿冠周炎.....	138
● 妇产科	
痛经.....	139
倒经.....	140
急性乳腺炎.....	141
急性盆腔炎.....	141
妊娠高血压综合征...	142
急产.....	143
早期产后出血.....	144
● 皮肤科	
毛孔粗大.....	145
皮肤干燥.....	146
手部干裂.....	147
过敏性紫癜.....	148
药物性皮炎.....	149
接触性皮炎.....	150
带状疱疹.....	150
急性荨麻疹.....	151
破伤风.....	152
丹毒.....	153
● 心理科	
悲观.....	154

恐慌.....	154
癔症.....	155
社交恐惧症.....	156
孤独综合征.....	156
嫉妒.....	156
健忘症.....	157
强迫症.....	157
愤怒.....	158
焦虑症.....	159
疑病症.....	160
神经衰弱.....	161
抑郁症.....	162
更年期综合征.....	163
● 常见疾病应急小窍门	
咳嗽.....	164
感冒.....	166
流鼻涕、鼻塞.....	168
鼻炎.....	168
头痛.....	169
头晕、眩晕.....	170
晕车.....	170
胃部疾病.....	171
哮喘、气管炎.....	172

脚跟痛.....	174
腰痛.....	174
腹痛.....	175
厌食、消食.....	175
腹泻.....	176
消肿.....	178
止血、去瘀、止痒...	179
降血压.....	180
降血糖.....	182
皮肤疾病.....	183
烫伤.....	184
冻疮.....	186
手脱皮.....	187
手脚干裂.....	188
扁平疣.....	189
关节痛、腿痛.....	190
痱子.....	192
狐臭.....	192
脚气.....	193
肾炎、肾虚.....	194
眼睛疾病.....	195
口腔疾病.....	196
其他.....	199

PART 04 创伤急救

● 外伤急救

头部外伤.....	202	胸部外伤.....	203	皮肤过敏.....	205
腹部外伤.....	203	手部外伤.....	204	冻伤.....	206
		皮肤擦伤.....	205	烧伤.....	207

● 运动创伤急救

急性腰扭伤.....	208
踝关节扭伤.....	209
肩关节脱位.....	210
肘关节脱位.....	210
颅底骨折.....	211
脊柱骨折.....	212
肋骨骨折.....	213
前臂骨折.....	213
下肢骨折.....	214
肌肉拉伤.....	215
韧带损伤.....	215
脚磨出水泡.....	216
肌肉酸痛.....	216
跟腱损伤.....	217
膝盖滑膜炎.....	217
腰椎间盘突出.....	218
手指关节错位.....	218
颈部扭伤.....	219
下巴脱臼.....	219

● 五官损伤急救

鼻外伤.....	220
----------	-----

眼球伤.....	221
眼睛碰伤.....	221
电光性眼炎.....	222
沙尘进眼.....	222
鼓膜破裂.....	223
小虫进耳.....	223
突发性耳聋.....	224
外耳道异物.....	225

● 化学灼伤急救

酸灼伤.....	226
碱灼伤.....	227
氢氟酸灼伤.....	227
氯磺酸灼伤.....	228
黄磷灼伤.....	229
溴灼伤.....	229
三氯化磷灼伤.....	230
三氯化锑灼伤.....	230
苯酚灼伤.....	230
乙二酸灼伤.....	231
硫酸二甲酯灼伤.....	231
铬酸盐灼伤.....	232
氯化钡灼伤.....	232

二硫化碳灼伤.....	233
二甲基甲酰胺灼伤.....	233
汽油浸渍伤.....	233
沥青灼伤.....	234
氯醋酸灼伤.....	234
化学性眼灼伤.....	235

● 动物伤害急救

蛇咬伤.....	236
毛毛虫蜇伤.....	237
蜂蜇伤.....	237
蜈蚣咬伤.....	238
蝎子蜇伤.....	238
毒蜘蛛咬伤.....	239
蚂蟥咬伤.....	239
章鱼咬伤.....	240
水母咬伤.....	240
海蜇蜇伤.....	240
海贝咬伤.....	241
甲鱼咬伤.....	241
海胆刺伤.....	242
黄貂鱼咬伤.....	242

PART 05 中毒急救

● 食物中毒

细菌性食物中毒.....	244
黄曲霉毒素中毒.....	245
发芽马铃薯中毒.....	245

四季豆中毒.....	246
变质甘蔗中毒.....	246
毒蕈中毒.....	247
羊角菜中毒.....	248

鲜黄花菜中毒.....	248
地瓜中毒.....	249
苦杏仁中毒.....	249
荔枝中毒.....	250

芦荟中毒.....250	河豚中毒.....267	阿司匹林中毒.....289
苍耳中毒.....251	蟾酥中毒.....267	山豆根中毒.....289
石蒜中毒.....251	贝类中毒.....268	细辛中毒.....290
麻风果中毒.....252	鱼胆中毒.....269	朱砂中毒.....291
白果中毒.....252	动物肝脏中毒.....270	砒霜中毒.....292
人参中毒.....253	动物甲状腺中毒.....270	曼陀罗中毒.....292
蓖麻子中毒.....253	动物肾上腺中毒.....271	胆矾中毒.....293
蚕豆中毒.....254	● 药物中毒	烫发剂中毒.....293
莽葶子中毒.....254	安定中毒.....272	痲子粉中毒.....294
毛豆中毒.....255	多虑平中毒.....273	樟脑丸中毒.....294
毒芹中毒.....255	氯丙嗪中毒.....274	● 农药中毒
毒麦中毒.....256	氯氮平中毒.....275	有机磷农药中毒.....295
黑斑甘薯中毒.....257	碳酸锂中毒.....276	拟除虫菊酯类农药
木薯中毒.....257	卡马西平中毒.....276	中毒.....296
酒精中毒.....258	苯妥英钠中毒.....277	沙蚕毒素类农药中毒.....297
豆浆中毒.....259	洋地黄类药物中毒.....278	有机氮类农药中毒.....298
桐油中毒.....259	心得安中毒.....279	氨基甲酸酯类农药
臭米面中毒.....260	氨酰心安中毒.....280	中毒.....299
黄变米中毒.....260	利血平中毒.....280	敌鼠中毒.....299
棉籽油中毒.....261	胰岛素中毒.....281	磷化锌中毒.....300
高温加热油脂中毒.....262	磺脲类降糖药中毒.....282	● 工业毒物中毒
变质油脂中毒.....262	双胍类降糖药中毒.....283	铅中毒.....301
味精中毒.....263	棉田中毒.....283	汞中毒.....302
糖精中毒.....263	避孕药中毒.....284	砷中毒.....303
盐卤中毒.....264	阿片类药物中毒.....285	苯中毒.....304
亚硝酸盐中毒.....264	安非拉酮中毒.....286	甲醇中毒.....305
瘦肉精中毒.....265	碘酒中毒.....286	铊中毒.....306
蚕蛹中毒.....265	铁中毒.....287	漂白剂中毒.....307
蜂蜜中毒.....266	锌中毒.....287	汽油中毒.....307
巴豆中毒.....266	马钱子中毒.....288	煤油中毒.....308

柴油中毒.....309	沼气中毒.....313	失火烟雾中毒.....316
碱中毒.....309	二氧化硫及三氧化硫	黄磷中毒.....317
酸中毒.....310	中毒.....313	芥子气中毒.....318
氟乙酰胺中毒.....311	硫化氢中毒.....314	
氨气中毒.....312	一氧化碳中毒.....315	

PART 06 儿童急救

● 儿童意外伤害急救

异物入眼.....320
虫子钻进耳朵.....321
异物入鼻.....321
耳内进水或奶.....322
气管异物.....323
误吞异物.....323
喉咙卡住异物.....324
咬断体温计.....325
头部撞击昏迷.....325
颈部撞伤.....326
咽部烫灼伤.....326
烧烫伤.....327

宠物咬伤.....327

老鼠咬伤.....328

鞭炮炸伤.....329

● 儿童病症急救

龋齿.....330

吮吸手指或咬指甲.....331

多动症.....331

口吃.....332

流鼻血.....332

小儿呃逆.....333

高热惊厥.....333

小儿肺炎.....334

急性喉炎.....334

小儿腹泻.....335

痄子.....336

水痘.....336

麻疹.....337

风疹.....337

蛔虫病.....338

蛲虫病.....339

分离焦虑症.....340

● 其他意外急救

遭受拐卖.....341

校园欺凌.....342

家庭虐待.....343

PART 07 重大灾难急救

地震.....346
火灾.....346
海啸.....347

台风.....348

龙卷风.....349

火山喷发.....350

水灾.....350

泥石流.....351

雪崩.....351

急救

PART

01

家庭急救须知

俗话说，病来如山倒。

在现实生活中，你和你的家人随时都有可能遭受急性病的袭击。因此，掌握基础的、必要的急救措施，会给发病病人带来极大的帮助。此外，还应准备一个急救箱，箱里配置的药品一定要确保品质和有效期。





合理装备家庭药箱

现代家庭一般都有家庭小药箱，准备一些常用药品，以备家人患病时使用。对于那些喜欢备用家庭小药箱的主人来说，学会备用哪些药品，并如何来保存这些药品是一件十分重要的事。

⊕ 家庭小药箱的配置物品

消过毒的纱布、棉棒等，这些都是急救时常用的配置物品。如有条件，最好有1条长1米左右的大三角巾；体温计是必须准备的量具；医用的剪子、镊子（在使用前先用火或酒精消毒）也要相应地配齐；准备好碘酒、红药水、烫伤膏、眼药膏、止痒清凉油、伤湿止痛膏、创可贴及体积分数为75%的酒精等外用药品；配置解热、止痛、止泻、防晕、消炎药以及助消化药等内服药。



◎ 碘酒、酒精以及解热、止痛、止泻、消炎药等都是家庭小药箱的必备品。

⊕ 家庭备药需考虑的因素

1. 要根据家庭人员的构成和各自的健康状况贮备药品。如果家中有老人和小孩，要特别注意为他们准备常用的药品。家中有高血压病人、结核病病人、冠心病病人、癫痫病人时，家庭应常备治疗这些疾病的药物。家庭药箱不要混入致使家庭成员过敏的药物。

2. 要选择不良反应较少的药品。这类药品的不良反应已得到充分的临床证实，一般在说明书上都有明确的说明，比较容易发现和预防。新药由于上市时间短，有可能会出现一些意外的不良反应，因此不适于家庭备用。

3. 要选择疗效比较稳定、用法相对简单的药物。应当尽量选择口服药、外用药。

4. 选择常见病、多发病的常用药物。家庭急救小药箱的必备基础药要针对家庭成员的身体状况，容易出现的疾病以及由于季节变化容易引发的疾病选择备用药物。

5. 备药量不应过多。家庭备药除个别需要长期服用的品种外，备量不应过多，一般够3~5日的剂量即可，以免备量过多造成失效浪费。

⊕ 家庭备药的合理储存

1. 妥善贮存：药物常会因受光、遇热、受潮、酸碱、温度的变化，微生物的作用等外界条件的影响而变质失效。因此家庭存放的药物最好分别装入棕色瓶内，将瓶子盖拧紧，放置于避光、干燥、阴凉的地方，以防变质失效。部分易受温度影响的药品，应当放入冰箱的冷藏室内保存。而酒精、碘酒等外用制剂，则应密闭保存。

内服药和外用药不要混放在一起，须分开存放，以免误拿误用。药物存放一般应当避光、干燥保存；一般3~6个月应做一次彻底检查，检查药品是否超过有效期。

2. 注明有效期与失效期：很多家庭没有养成定期清理家庭小药箱的习惯，药品会放很长时间而过期。一般药品均标注有效使用期和失效期，超过有效期的药品不能再使用，否则会影响疗效，甚至会产生不良后果。

进口药外包装上的有效期用三个英文字母缩写“EXP”表示，后面紧随的是药品有效日期。药品过期后，不仅药效得不到保证，病人使用后还会有毒副作用。



◎ 家庭备用药要合理储存，以防变质失效。

3. 注意外观变化：对于贮备药品，使用时应注意观察外观变化。如片剂产生松散、变色；糖衣片的糖衣粘连或开裂；胶囊剂的胶囊粘连开裂；丸剂粘连、霉变或虫蛀；散剂严重吸潮、结块、发霉；眼药水变色、混浊；软膏剂有异味、变色或油层稀出等。出现上述情况的药品都不能再用。

⊕ 谨慎使用家庭必备药

症状是疾病诊断的依据之一，随意用药会掩盖症状，造成诊断困难，甚至误诊。所以在明确诊断之前，最好不要随使用药。

在使用家庭药箱中的药物时，应注意药物的相互作用。两种以上药物同时服用，彼此可能会产生作用，使其中一种药物药效降低或引起不良反应。如：青霉素类和四环素族合用，其抗菌效力不及单独使用。

注意要按剂量服用药品，超量服用可能会产生不良反应，甚至导致死亡。如：老年人和小孩不注意退烧药物的剂量，会因出汗过多而使体温骤降，引起虚脱。

⊕ 家庭用药应对症

有些人不根据服药说明和医嘱来服药，而是凭着自己就医积累的经验和感觉，来擅自更改剂量。用药剂量的调整应当非常慎重，处方药应当在医生的指导下，循序渐进地服用。擅自盲目增加剂量，药物毒副作用也会相应增加。对自己不清楚如何服用的非处方药，应该咨询专业人士。

有些人常常会根据医生曾开过的药买药吃，但是很多疾病即使症状相似，可因时间、因人各不相同，治疗效果反而不佳。更不能迷信某一种药物擅自长期使用，人体本身会产生抗药性，从而降低药效的发挥，并对人的机体造成很大伤害。



家庭储药备忘录

在储备家庭备用药时，除个别需要长期服用的药品外，其他备量不可过多，一般够3~5日剂量即可，以免备量过多造成失效浪费。

⊕ 止咳化痰药

止咳化痰药的种类

如：咳必清、川贝枇杷糖浆、咳美芬、退咳露。

不同止咳化痰药的作用

咳必清片适用于呼吸道炎症引起的咳嗽，但不宜于痰多、黏稠的病人，否则咳嗽中枢被抑制难以咳出，致使胸闷难受，甚至会引起呼吸道阻塞，使病情加剧。另

外，青光眼及心功能不全、伴有肺瘀血的病人也要慎用。

川贝枇杷糖浆可清热宣肺、化痰止咳，用于风热犯肺、内郁化火所致的咳嗽痰黄或吐痰不爽、咽喉肿痛、胸闷胀痛、感冒咳嗽。

咳美芬能止咳，而且有一定的解痉作用，故对伴有气喘的干性咳嗽有较好的疗效。

退咳露常用于急性气管炎与支气管炎及肺炎、肺气肿等引起的刺激性干咳、阵咳，痰多病人禁用。

⊕ 解热镇痛药

解热镇痛药的种类

如：阿司匹林、去痛片、消炎痛。

镇痛药用药前须知

镇痛药应在明确病因的前提下使用，否则容易掩盖疾病真相，延误诊治。另外，镇痛药仅限于急性剧烈疼痛时使用，而且是短期的，不能反复多次使用。作用快的解热镇痛药用于高热病人或用量较大时，会导致病人因出汗过多，体温骤降而产生虚脱现象，须特别注意。必要时需采取补液、保温和应用升压药等措施急救。



◎川贝枇杷糖浆属于化痰止咳药的一种，有清热宣肺的功效。

⊕ 治感冒药

治感冒药的种类

如：新康泰克、速效伤风胶囊、强力银翘片、白加黑感冒片、小儿感冒灵。

乱服感冒药容易伤胃肠

治疗感冒的关键是多休息，增加营养和多饮开水，并且在医生指导下合理用药。感冒药一般含解热镇痛、抗炎的成分，对胃部有刺激。空腹服用感冒药，容易导致胃溃疡、胃出血。为减少药物对胃肠道的刺激，并利于药物吸收，感冒药最好饭后15~30分钟服用。

⊕ 助消化药

助消化药的种类

如：吗丁啉、多酶片、山楂丸。

助消化药的作用和使用人群

助消化药有促进胃肠道消化的功能，大多数助消化药含消化酶的主要成分，消化道中的消化酶分泌不足时，助消化药可以发挥替代消化酶的作用。人体对食物的消化功能是非常强



◎助消化药可以发挥替代消化酶的作用，有促进胃肠道消化的功能。

的，但婴幼儿由于发育的原因其消化功能还不健全，往往容易出现消化不良的现象；而老年人则由于机体的自然衰老，胃肠道功能逐渐减退。因而婴幼儿和老年人是消化药的主要使用人群。

⊕ 退烧药

退烧药的种类

如：口服退烧药、静脉和肌肉注射用药。

服用退烧药要有针对性

发热只是一种症状，很多疾病都可以引起发热。发热时，首先要针对疾病本身进行治疗，使用退烧药只是一种辅助手段。此外，退烧药如果使用不当会造成危险，因此不能盲目使用。那些发热时一感觉头昏脑涨就拿起退烧药吃的做法是非常不科学的。体温稍微偏高者不建议服用退烧药。

⊕ 止泻药

止泻药的种类

如：易蒙停、止泻宁、思密达。



◎止泻药能通过减少肠道蠕动或保护肠道免受刺激而达到止泻作用。