

1688 百味丛书

编著 刘平羽 张会杰 张 莉

你不可不知的

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

1000个 用药误区



1688 百味丛书

你不可不知的 100个 用药误区

编著 刘平羽 张会杰 张 莉

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

你不可不知的 100 个用药误区/刘平羽编著. —南京:
江苏科学技术出版社, 2009. 1

(百味丛书)

ISBN 978—7—5345—6415—4

I. 你… II. 刘… III. ①药物—基本知识 ②用
药法—基本知识 IV. R97

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008) 第 210728 号

你不可不知的 100 个用药误区

编 著 刘平羽 张会杰 张 莉
责任编辑 刘蓉蓉
责任校对 郝慧华
责任监制 曹叶平

出版发行 江苏科学技术出版社(南京市湖南路 47 号, 邮编: 210009)
网 址 <http://www.pspress.cn>
集团地址 凤凰出版传媒集团(南京市中央路 165 号, 邮编: 210009)
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
照 排 南京奥能制版有限公司
印 刷 江苏苏中印刷有限公司

开 本 718 mm×1 000 mm 1/16
印 张 12.5
字 数 191 000
版 次 2009 年 1 月第 1 版
印 次 2009 年 1 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978—7—5345—6415—4
定 价 19.80 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

享受存在的恩典

(代前言)

黄蓓佳

据科学家们说,宇宙是从一个奇点上产生的。宇宙在产生的第一秒钟有了引力和支配物理学的其他力。一分钟之后它的直径有了1600亿千米,温度高达100亿摄氏度。三分钟后,98%的目前存在或将会存在的物质形成了。我们有了一个美妙无比的空间,有了我们在其中生活和嬉笑的家园。

多么了不起的恩典!在这个浩繁的宇宙中,获得生命是一种奇迹。双倍的奇迹是,我们不仅存在,我们还能欣赏到这种存在,我们甚至可以用自己的大脑和双手让存在变得更加美好。每天,每时,我们的身边都在发生着激动人心的事,勇敢和令人称奇的事,这是生命自身的寻求和革命——为了我们在宇宙中存活得长久和壮美。

生命有很多秘密。同样,围绕在生命周围的,关于生理,关于心理,关于衣食住行,关于日月星辰和花开花落,也有无数的奥妙和诀窍。对于这些秘密、奥妙和诀窍,有些我们已经知道,有些我们并不知道,还有更多的,我们以为自己知道,而其实一知半解。

需要去把一切都弄得明明白白吗?需要的吧。存在既然是了不起的恩典,我们干吗不享受得更加充分、更加完美?更何况,享受和改变的成本并不昂贵——只要有针对性地阅读,有选择地去做。这套由江苏科学技术出版社精心策划的《百味》丛书,陆续分辑出版与人们生活、成长密切相关的种种知识和有趣话题,每册涉及一个主题,以问答形式和亲切的话语、活泼的版面,讲述与生命伴生而来的种种快乐和烦恼、种种酸甜与苦辣,讲述我们存在其中的世界的丰富与多彩。

您不妨挑有兴趣的几本,饭余茶后或入睡之前读上几页,这本身就是一种享受:有纸香和墨香的陪伴,你的呼吸会变得舒缓,纯粹,你的身心也会因之得以松弛,得以调养。



用药方法误区

- 误区 1 鼻塞流鼻涕,自滴鼻炎药 /6
误区 2 只要一腹泻,就用止泻药 /8
误区 3 血压正常了,可停降压药 /10
误区 4 消除眼疲劳,必备眼药水 /12
误区 5 干吞口服药,不喝水也行 /14
误区 6 只要有疼痛,首选止痛药 /16
误区 7 新药比老药,效果就是好 /18
误区 8 感觉病好了,就可以停药 /20
误区 9 生病若输液,可在家进行 /22
误区 10 合并用药多,治疗效果好 /24
误区 11 进口药效果,比国产药好 /26
误区 12 多种止咳药,同服好得快 /28
误区 13 药品价格贵,疗效自然好 /30
误区 14 用药剂量大,治疗效果好 /32
误区 15 饮料代替水,可送服药物 /34
误区 16 为了图省事,茶水服药物 /36
误区 17 服药物期间,饮酒无所谓 /38
误区 18 服药物期间,吸烟没关系 /40
误区 19 中药虽太苦,可加糖服用 /42

- 误区 20 服药和饮食,两者没关系 /44
误区 21 只要服了药,方法不重要 /46
误区 22 上次漏服药,下次加倍补 /48
误区 23 掰碎或嚼碎,药片都可服 /50
误区 24 药品说明书,比医嘱适合 /52
误区 25 保健品治病,可当药品用 /54
误区 26 老药若新用,一定有好处 /56
误区 27 入冬天气冷,都需要进补 /58
误区 28 食补吃药膳,安全又无毒 /60
误区 29 家庭储备药,可多多益善 /62
误区 30 药品有效期,没啥了不起 /64
误区 31 药品广告好,用药跟着走 /66
误区 32 中西药结合,疗效就是好 /68
误区 33 药品名不同,就是不同药 /69
误区 34 服用处方药,肯定没问题 /70
误区 35 非处方药品,可以随意用 /72
误区 36 服药不按时,想起随时服 /74
误区 37 服药效果低,打针才治病 /76



药物基本知识误区

- 误区 38 降血压药物,影响性功能 /78
误区 39 要想身体好,多补维生素 /80
误区 40 解热镇痛药,发热好帮手 /82
误区 41 消炎药功效,等同抗生素 /84
误区 42 要预防感染,就用抗生素 /86
误区 43 窄谱抗生素,没有广谱好 /88

- 误区 44 腹泻不可怕,抗生素来治 /90
误区 45 使用抗生素,可防治感冒 /92
误区 46 咽喉若不适,润喉片帮忙 /93
误区 47 皮肤有外伤,创可贴来贴 /94
误区 48 激素类药膏,当化妆品用 /96
误区 49 维 A 酸软膏,治疗青春痘 /98

误区 50 辗转反侧时,安眠药帮忙 /100
误区 51 青霉素皮试,阴性不过敏 /102
误区 52 万能抗生素,青霉素消炎 /104
误区 53 乙醇浓度高,杀菌作用强 /106
误区 54 喝了口服液,高考中状元 /108
误区 55 阿司匹林药,可随意服用 /110
误区 56 服用中成药,比西药安全 /112
误区 57 头孢菌素药,效果都一样 /114
误区 58 激素万能药,可长期使用 /116
误区 59 鼻炎发作时,用萘甲唑林 /118

误区 60 便秘不用怕,泻药来帮忙 /120
误区 61 补药中上品,大补服人参 /122
误区 62 保健美容品,芦荟可食用 /124
误区 63 哮喘老病号,自服平喘药 /126
误区 64 平喘气雾剂,治疗哮喘灵 /128
误区 65 只要多补钙,骨折恢复快 /130
误区 66 得了皮肤病,任用外用药 /132
误区 67 用叫咪美辛,可当感冒药 /134
误区 68 只要一过敏,任服过敏药 /136



特殊人群用药误区

误区 69 老年人防病,就定期输液 /138
误区 70 防骨质疏松,可多多补钙 /140
误区 71 老年人首选,氨茶碱平喘 /142
误区 72 吃普萘洛尔,老年人“心安” /144
误区 73 老年人用药,跟着“经验”走 /145
误区 74 老年人用药,成年人剂量 /146
误区 75 多补鱼肝油,婴儿身体棒 /148
误区 76 新生儿发热,可用退热药 /150
误区 77 儿童防疾病,“丙球”是妙药 /152
误区 78 为了身体好,儿童多补锌 /154
误区 79 儿童若减肥,服用减肥药 /156
误区 80 常服葡萄糖,儿童多滋补 /158
误区 81 婴儿鹅口疮,抗生素治疗 /160
误区 82 用生长激素,助儿童长高 /162
误区 83 孩子不吃药,捏着鼻子灌 /164
误区 84 成年人药品,儿童照样用 /166

误区 85 儿童如用药,遵儿童剂量 /168
误区 86 多吃滋补品,孩子就聪明 /170
误区 87 儿童若发热,就用退热药 /172
误区 88 孕妇如感冒,不需要治疗 /174
误区 89 维生素制剂,孕妇可多服 /176
误区 90 为使胎儿壮,多服滋补品 /178
误区 91 孕妇服中药,安全无影响 /180
误区 92 外用药安全,孕妇可任用 /182
误区 93 怀孕后服药,会影响优生 /184
误区 94 服用氯米芬,助生“多胞胎” /186
误区 95 长服避孕药,可引起癌症 /188
误区 96 服了避孕药,就绝对“安全” /190
误区 97 避孕药安全,妇女均可用 /192
误区 98 为终止早孕,自服打胎药 /194
误区 99 要想身材好,丰乳霜“丰乳” /196
误区 100 补充雌激素,青春可常驻 /198

A 用药方法误区

误
区

1

鼻塞流鼻涕,自滴鼻炎药

小明前段时间感冒,总流鼻涕,鼻子塞,就去药店买了鼻炎药水自行使用,两三天后觉得好多了,但过了一个礼拜又出现鼻塞、流鼻涕的症状。这时候小明还在家瞎吃药,结果过了两个多月,症状越来越严重,才去就医,医生说小明得了慢性鼻炎。

专家解析



小明这是典型的由急性鼻炎发展为慢性鼻炎的病例。病人一旦得了感冒,要多饮水、注意休息,提高自身对病毒的抵抗力。如果出现反复感冒的情况,就要提高警惕,及时到医院就医,不要在家瞎给自己“开方子”,以免发展成慢性鼻炎。

不可不知



●临床上,几乎所有慢性鼻炎都是由急性鼻炎转化的。急性鼻炎是鼻腔黏膜的急性炎症,俗称“感冒”或“伤风”,是一种呼吸道常见病,多数是病毒性感染,其中 30%~50%由某种血清型的鼻病毒引起,常常合并细菌感染。

●反复发作 3 个月以上被称为慢性鼻炎,症状是鼻塞、流涕,伴有轻度的发热、乏力、头痛。

● 鼻炎药水通过收缩充血的鼻黏膜来消除鼻塞等症状,在短期内的确可以帮助缓解鼻塞、流涕等症状。不过,一旦药物代谢完之后,各种症状就会再次复发。而频繁地使用鼻炎药水则可能诱发药物性鼻炎。

用药攻略

● 如果感到鼻部不适,怀疑得了慢性鼻炎,最好去正规医院就诊,通过症状分析和病因检查,得出正确诊断,进行相应治疗。

● 一旦得了慢性鼻炎,千万不能盲目依赖鼻炎药水。病人要按照医嘱或说明书合理的用药,并且正确掌握滴药水的方法,避免长期、连续、过量地用药。



用药小常识

激素类药物可治过敏性鼻炎

过敏性鼻炎是一种常见鼻炎疾病,其发病率高达 10%。一些过敏性鼻炎病人往往“久病成医”,认为医生开的激素类药物副作用太多,不敢长期服用。其实对于一些由于环境变迁、气候变化、对花粉等物质过敏引起的鼻炎,通常激素类药物使用 1 周后就能起效,半个月后再到医院复查。

误
区

2

只要一腹泻,就用止泻药

国庆节刚到,小王和朋友聚餐,不免大鱼大肉,结果腹泻不止,小王觉得症状不重,就去药店购买止泻药自行服用。但是,只要拉肚子就应当服用止泻药吗?

专家解析

并非所有的腹泻都可以用止泻药,并且病人自行服用止泻药一旦过量,可引起腹胀、便秘、假性肠梗阻。感染性腹泻病人如服用止泻药,会掩盖病情,影响医生诊断;细菌性痢疾病人服用止泻

药后,可影响肠道对细菌及毒素的排泄,使毒血症状加重,病程延长;溃疡性结肠炎急性期如使用止泻药,可诱发中毒性巨结肠,甚至肠穿孔。此外,复方苯乙哌啶、可待因等止泻药含有麻醉成分,长期服用可以成瘾。

不可不知

- 腹泻分为感染性与非感染性腹泻,治疗时,最重要的是对症下药。
- 感染性腹泻是由细菌、病毒、真菌、寄生虫等病原体引起的,如细

菌性痢疾、病毒性肠炎等。感染性腹泻可排泄掉一部分毒素,是一种对人体有益的自我保护,如果盲目止泻,反而不利于病情的好转。

●止泻药一般只适用于非感染性腹泻,而感染性腹泻一般不用,尤其是在炎症较明显、脓血便较多的急性期,止泻药更是绝对禁止使用;等病情明显好转,大便不带脓血,仅是水分较多时,也可短时服用止泻药。

用药攻略



●腹泻的致病机理不同,用药也有区别。有些腹泻并非单一因素所致,应在医生指导下酌情联合用药。

①肠蠕动增快,如胃肠功能紊乱、甲亢、糖尿病等引起的腹泻,应首选肠蠕动抑制剂(如洛哌丁胺)。

②肠黏膜分泌增加,如细菌性食物中毒等引起的腹泻,可以选择收敛剂和吸附剂(如爱西特)。

③黏膜渗出增加,如黏膜炎症及溃疡引起的腹泻,可选择黏膜保护剂(如思密达)。

④肠道内菌群失调引起的婴幼儿腹泻及抗生素相关性腹泻,应该首选肠道内菌群调节剂(如整肠生)。

●止泻只是一种对症治疗,腹泻时病因治疗才是根本。因此,在止泻补液对症治疗的同时,不可忽视对原发病的治疗。

●如果是细菌感染的腹泻,应选用合适的抗生素控制感染;如果是消化不良所致腹泻,应从调理饮食入手;如果是胃肠功能紊乱引起的腹泻,则可选择调节自主神经功能的药物。

用药小常识

宝宝消化不良腹泻的饮食原则

减少膳食量,以减轻肠道负担;限制脂肪,以防止低级脂肪酸刺激肠壁;限制碳水化合物,以防止肠内食物发酵促使肠道蠕动增加。总的来说,应该给宝宝清淡饮食,以利于其肠道修复。

误
区

3

血压正常了,可停降压药

张大爷前些日子常常觉得头晕,精神紧张,到医院一检查,医生告诉他有高血压,张大爷赶紧请医生开了药,回家按时服用。过了一段时间,血压正常了,精神一放松,张大爷就把药停了,结果没两天血压又升了上来。

专家解析



目前,高血压还无法治愈,只能靠服用降压药物长期控制。绝大多数的高血压病人需要长期服药才能将血压控制在满意的范围内,不能轻易自行停药降压药。如果停药降压药,血压再升高,这样反复升降最终将导致病情恶化。所以病人应当在血压降到正常范围后,寻找一个维持量长期坚持服用下去,必要时可在医生指导下调整用药方案,而不可以轻易停药降压药。

不可不知



●降压药控制血压,主要目的是为了降低心、脑、肾等器官的并发症,逆转早期的靶器官功能损害,而不仅仅是减轻高血压引起的不适症状。

●夏天血管容易扩张,有些病人的血压比较容易控制,但这些病人还是需要服用降压药的,并不可以盲目的减药或停药。

●丹参片、保心丸等药物虽然对于心血管病的防治有一定益处,却并不具有确切的降压作用。高血压病人如果将这些药物当做降压药来服用,是十分危险的。没有确切作用的药,即便很常用,也不能当做降压药用。因此,高血压病人要在医生的指导下选用合适的降压药。

用药攻略

● 单用一种降压药物,血压降低范围为10~20mmHg。如果单用一种药物不能将血压控制得很满意,主张合用其他种类的降压药,而不是增加该药物的用量。这样可以避免药物剂量增加可能带来的副作用,还可以利用不同种类降压药之间的协同作用,增加降压药的效果。

● 有些病人原本血压就很高,在开始治疗时,可能就需要2种甚至更多的降压药物进行联合治疗。有些降压药物是短效的,比如复方降压片、卡托普利、硝苯地平等,应该每天服用3次。如果一天1次,不但不能维持降压作用,反而使血压发生大的波动。

● 另外,高血压的治疗药物,必须达到足够剂量才能发挥作用,使血压降到正常水平。



用药小常识

哪些人要服阿司匹林进行一级预防

一级预防是指已经有高血压的危险因素存在,但尚未发生高血压的病人,控制危险因素,防止高血压的发生所采取的预防措施。具有多项心血管高危因素的人群应当服用阿司匹林进行一级预防。

误
区

4

消除眼疲劳,必备眼药水

除了钱包、纸巾等生活必需品外,琳琳的包包里面还多了瓶眼药水。在长时间面对电脑、电视或者长期戴隐形眼镜之后,眼睛又累又干涩,琳琳总喜欢拿出眼药水滴上几滴,感觉很舒服。其实,这也是很多人都习以为常的做法。这样做对吗?

专家解析

眼药水并不是万能的,尤其对于正常人来说,常见的还是眼疲劳,经常感觉眼睛酸涩,但是这种症状也要分原因,眼药水并不是必备品。此外,大部分眼药水中含有防腐剂,对眼睛也有一定的副作用,购买时要注意眼药水的成分和禁忌证。因此,眼药水原则上是能不用就不要用。



不可不知

●大部分眼药水中含有防腐剂,会使眼睛中的结膜杯状细胞发生损伤,容易使人患上干眼症,造成眼睛发红、干涩、疼痛等,这样会越点眼药水,眼睛越干疼。

●眼药水根据其功效可分为抗生素类、抗病毒类、激素类等多

种,如果使用不当,就会对人造成损害。例如,抗生素类眼药水只能用于眼睛有感染的情况,否则会对眼睛造成损害;而过多使用激素类眼药水,会使人慢慢患上激素性青光眼,导致视力下降,视觉和视野受到损伤,不易恢复。

●对噻吗心安类眼药水(含有 β 受体阻断剂)过敏的人,使用这一类眼药水时就会有危险,严重时会导致心律失常、支气管哮喘等疾病。

用药攻略



●不同的眼病要用不同的方法来治疗:

①近视又不戴眼镜的人,眼睛容易疲劳,最好经常让眼睛休息,或者戴合适的眼镜看东西,从而避免视疲劳;或者适当用眼药水。

②眼睛有屈光的人,要注意眼睛的休息保健,并戴合适的眼镜,以减轻眼部不适的症状。

③眼睛有隐性斜视(特别是隐性外斜视)等问题的人,建议最好去医院进行检查,滴眼药水的效果不大。

●眼药水应在阴凉处密闭遮光保存,避免高温及阳光直射,以免失效。眼药水、眼药膏打开后,要在一定时间内用完。眼药水出现异常混浊或变色就不能再用。

用药小常识

正确使用眼药水

使用眼药水前,要洗净双手,仔细核对药名、浓度及禁忌证,以免误用。

点眼药水时,采取坐位或半仰卧位,头稍后仰,将下眼睑轻轻提起,使眼球与下眼皮之间形成一袋状。将眼药瓶垂直向下,距离眼睛2~3厘米,将药水滴入袋内。轻轻闭眼2~3分钟,同时压迫泪囊部(在靠近鼻梁的眼角内),这样药液可以在结膜囊内充分弥散,使治疗效果达到最佳。

瓶口开启后,不要接触到眼睑、睫毛等;用完后盖紧,以免污染。一旦使用了污染的药液,就可能引起细菌性角膜炎。

误
区

5

干吞口服药,不喝水也行

很多人都觉得吃药是件很简单的事情,有些人为了省事,会干吞药物或仅仅喝一口水,认为只要把药物吞下去就达到了服药的目的。小明也是这样,妈妈带他去医院看病,开了感冒药回来服用,小明取出药片就放进嘴里,还对妈妈说:“我吃药片不用喝水。”

专家解析



如果病人干吞药物或喝水不够,虽然也达到了使药物进入体内的目的,但药物并不能马上进入到胃内,它会长时间地滞留在食管中,由于药物浓度过大,特别是一些有刺激性的药物,会对食管黏膜产生比较大的刺激,甚至会导致一些不良反应的发生。

不可不知

● 药物在体内的过程是吸收、分布、代谢、排出,其中药物的吸收是保证疗效的第一步。如果干吞药物或喝水不够,会在一定程度上影响药物在体内的吸收。

● 服药时多喝水可以加速药物在



胃内的溶解速度,随着饮水量的增加,一些难溶性药物的溶解速度、吸收量均会增加,其血药浓度增高就可以提高药物疗效。

●大量的水可以起到稀释作用,可减轻药物对胃肠道的刺激,同时减少胃酸对药物的破坏。如果药物是呈固体状态到达胃内,它的吸收效果肯定是不好的。

用药攻略



●病人服药时要遵医嘱,同时还要仔细阅读药物说明书,一般药物服用时如果有特殊要求,说明书上都会注明。

●口服的药物(主要是片剂和胶囊)在服用时,一定要用足量的水送服,一般是用 200 毫升左右的温开水。

●服药的姿势也是有讲究的,一般服药时采取站位或是坐位比较好,最好不要躺着,否则会导致药物在食管内停留时间过长,损害到食管黏膜。

用药小常识

哪些药物能够引起血糖升高

很多药物在使用时会引起人体的糖代谢紊乱,导致用药者出现药源性的血糖升高或血糖降低,其中最为多见的是血糖升高。

这种药源性的血糖升高可能会引发用药者出现糖尿病,严重时还会使用药者出现糖尿病酮症酸中毒和糖尿病高渗性昏迷。

主要有以下四类药物能够引起血糖升高:

- ①糖皮质激素类药物。
- ②抗精神病类药物。
- ③平喘药。
- ④加替沙星(喹诺酮类抗菌药)。

误区

6

只要有疼痛,首选止痛药

头痛、牙痛、腰痛、关节痛、肌肉痛……每个人一定或多或少遇到过,人们到医院看病时,常以“痛不欲生”来形容自己对疼痛的感觉。而止痛药使人们对疼痛的感觉大大减轻,因此,各种止痛药就成为家庭药箱必备的药物。只要有疼痛,就用止痛药,这种做法对吗?

专家解析



其实这样做具有很大的危险性,止痛药是把“双刃剑”,使用合理,可以起到减轻疼痛的作用,一旦使用不当,则会严重损害人体的健康。因此,不可随意自行服用止痛药。有疼痛不适症状时,不要自己到药店买药服用,应去医院进行检查,这样一方面可以增强用药的针对性,另一方面可以避免掩盖真正的病症而耽误治疗。

不可不知



●止痛药大体可分三类:

①第一类为非甾体抗炎止痛药。以阿司匹林为代表,如布洛芬、吲哚美辛、对乙酰氨基酚等。非甾体类抗炎止痛药使用广泛,疗效确切,用于一般常见的疼痛,不具有成瘾性。但如果使用不当,也会对人体健康造成损害。

②第二类是中枢性止痛药。以曲马多为代表,属于二类精神药物。曲马多的止痛作用比一般的解热止痛药要强,但又不及麻醉止痛药,其止痛效果为麻醉止痛药代表性药物——吗啡的 1/10。主要用于中等程度的各种急性疼痛及手术后疼痛等。

③第三类是麻醉性止痛药。以吗啡、哌替定等阿片类药为代表。这类