

李乃卿 ◎ 主编

常见病

家庭用药指南



● 选药 用药 鉴药 ● 药物全面指南



化学工业出版社

常见病



家庭用药指南

李乃卿 主编



化学工业出版社

· 北京 ·

本书简要介绍了家庭用药的必备知识，详细阐述了内科、外科、妇科、男科、儿科、五官科和皮肤科等常见病症的致病因素、自我诊断要点及用药建议，告诉读者在疾病治疗中的注意事项，以期更好更快地促进康复。

本书内容科学实用，深入浅出，图文并茂，适合关注健康的大众读者阅读，也可作为基层医疗机构的卫生工作者、医学院校学生的参考用书。

图书在版编目（CIP）数据

常见病家庭用药指南/李乃卿主编. —北京：化学工业出版社，2018.8

ISBN 978-7-122-32174-9

I . ①常… II . ①李… III . ①常见病-用药法-指南
IV . ①R452-62

中国版本图书馆CIP数据核字（2018）第101921号

责任编辑：张 蕾
责任校对：吴 静

装帧设计：韩 飞

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）

印 刷：三河市延风印装有限公司

装 订：三河市宇新装订厂

710mm×1000mm 1/16 印张16³/₄ 字数316千字 2018年9月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：49.80元

版权所有 违者必究



编写人员名单

主 编 李乃卿

副主编 安利民

编 者 (按姓氏笔画排列)

马可佳 王 慧 齐丽娜 安利民

李 丹 李 娜 李乃卿 吴 宁

宋立音 宋巧琳 张 进 张 彤

张 健 赵 慧 赵 蕾 姜鸿昊

夏 欣 郭志慧 陶红梅 董 慧

韩艳艳 雷 杰

用药是否安全是一个日益严峻的社会问题，盲目服药、随意换药、混合用药等都是非常不正确的做法。这些不合理的用药换来的不是期望中的健康，而是产生内分泌紊乱、机体免疫功能下降、药物依赖等种种的弊端，寻其原因，就是缺乏合理用药知识所致。只有正确合理地使用药品，才能确保用药安全。其中，药品的选择、服药的时间及用量、药品的不良反应等都必须谨慎对待，这样才能获得良好的药效，为此，我们用心编写本书。

本书简要介绍了家庭用药的必备知识，详细阐述了内科、外科、妇科、男科、儿科、五官科和皮肤科等常见病症的致病因素、自我诊断要点及用药建议，告诉读者在疾病治疗中的注意事项，以更好更快地促进康复。由于药物种类繁多，本书无法一一详细描述，特别是涉及处方药的用法用量等内容请遵医嘱，不可擅自盲目用药。书中药物用法用量、注意事项等内容均为建议，具体情况请咨询医生。

本书内容科学实用，深入浅出，图文并茂，适合关注健康的大众读者阅读，也可作为基层医疗机构的卫生工作者、医学院校学生的参考用书。

由于编者水平及掌握的资料有限，尽管尽心尽力，但疏漏之处在所难免，敬请广大读者批评指正，以便及时修订与完善。

编者

2018年4月



1 常见病家庭用药常识

1

1.1 家庭用药必备知识----- 1

1.2 特殊人群合理用药----- 68



2 内科常见病用药指导

97

2.1 感冒----- 97

2.2 咳嗽----- 99

2.3 急性气管 - 支气管炎----- 102

2.4 慢性气管炎----- 104

2.5 哮喘----- 105

2.6 支气管扩张----- 107

2.7 急性肠胃炎----- 108

2.8 慢性胃炎----- 109

2.9 功能性消化不良----- 112

2.10 消化性溃疡----- 114

2.11 胃和食管反流----- 116

2.12 慢性胆囊炎----- 117

2.13 腹泻----- 118

2.14 便秘----- 120

2.15	冠状动脉粥样硬化性心脏病	122
2.16	高血压	123
2.17	高脂血症	126
2.18	糖尿病	126
2.19	甲状腺功能亢进症	128
2.20	痛风	129
2.21	缺铁性贫血	130
2.22	骨质疏松症	132
2.23	失眠	134
2.24	晕动病	136
2.25	偏头痛	137
2.26	老年痴呆症	139
2.27	类风湿关节炎	140
2.28	尿路感染	142
2.29	中暑	143



3 外科常见病用药指导

145

3.1	落枕	145
3.2	颈椎病	145
3.3	肩周炎	146
3.4	腱鞘炎	148
3.5	肌肉扭伤	148
3.6	腰肌劳损	149
3.7	腰椎间盘突出症	150
3.8	痔疮	151

3.9	肛裂	152
3.10	甲沟炎	153
3.11	轻度烫伤	154

4 妇科、男科常见病用药指导 155

4.1	阴道炎	155
4.2	盆腔炎	157
4.3	外阴瘙痒	159
4.4	痛经	160
4.5	乳腺囊性增生症	162
4.6	绝经期综合征	163
4.7	前列腺增生	165
4.8	慢性前列腺炎	167
4.9	阳痿	168
4.10	早泄	170
4.11	遗精	171

5 儿科常见病用药指导 173

5.1	小儿厌食症	173
5.2	小儿腹泻	174
5.3	锌缺乏症	176
5.4	佝偻病	177
5.5	小儿急性上呼吸道感染（感冒）	179
5.6	急性支气管炎、咳嗽	180

5.7	百日咳	182
5.8	小儿肺炎	183
5.9	风疹	184
5.10	麻疹	185
5.11	小儿湿疹	186
5.12	水痘	188
5.13	鹅口疮	189
5.14	流行性腮腺炎	190
5.15	蛔虫病	191

▶ 6 五官科常见病用药指导 193

6.1	睑腺炎	193
6.2	急性细菌性结膜炎	194
6.3	流行性出血性结膜炎	195
6.4	单纯疱疹病毒性角膜炎	197
6.5	沙眼	198
6.6	白内障	199
6.7	青光眼	200
6.8	分泌性中耳炎	201
6.9	急性化脓性中耳炎	203
6.10	慢性化脓性中耳炎	205
6.11	梅尼埃病	205
6.12	复发性阿弗他溃疡	206
6.13	牙痛	208
6.14	牙龈炎	209

6.15	智齿冠周炎	210
6.16	过敏性鼻炎	211
6.17	慢性鼻炎	213
6.18	鼻窦炎	214
6.19	鼻出血	217
6.20	慢性咽炎	219
6.21	急性扁桃体炎	221
6.22	慢性扁桃体炎	223

① 7 皮肤科常见病用药指导 225

7.1	脓疱疮	225
7.2	毛囊炎、疖和痈	227
7.3	痤疮	228
7.4	荨麻疹	230
7.5	单纯疱疹	232
7.6	带状疱疹	233
7.7	湿疹	235
7.8	接触性皮炎	237
7.9	药物性皮炎	239
7.10	神经性皮炎	240
7.11	脂溢性皮炎	242
7.12	日光性皮炎	243
7.13	手足癣	244
7.14	花斑癣	246
7.15	银屑病	247

7.16	白癜风	249
7.17	冻疮	250
7.18	手脚皲裂	252
7.19	鸡眼与胼胝	253
7.20	蚊虫叮咬	254
7.21	皮肤瘙痒症	255
7.22	疥疮	256

参考文献258

常见病家庭用药常识

1.1 家庭用药必备知识

1. 药品

根据现行《中华人民共和国药品管理法》第 102 条关于药品的定义：药品是指用于预防、治疗、诊断人的疾病，有目的地调节人的生理功能并规定有适应证或者功能主治、用法和用量的物质。我国现行法规将药品分成 3 类：中药（中药材、中药饮片、中成药）、化学药品（也就是过去简称的“西药”）、生物制品（血清、疫苗、血液制品等）。

2. 处方药

处方药（图 1-1）必须凭执业医师或执业助理医师处方才可调配、购买和使用。国际上一般用 Prescription Drug 表示，简称 Rx（即医生处方左上角常见到的“Rx”）。



图 1-1 处方药

处方药通常包括以下类型：对其活性、不良反应还需进一步观察，如刚上市的新药，使用不当或滥用会导致不良后果的药物，如抗生素；可产生依赖性的某些药物，例如吗啡类镇痛药和某些镇静催眠药物；本身毒性较大的药物，例如抗癌药物等；某些疾病必须由医生和实验室进行确诊，使用药物需医生处方，并且在医生指导下使用，如治疗心血管疾病的药物等。

3. 非处方药（OTC）

非处方药（图 1-2）是指不需要凭执业医师或执业助理医师处方即可自行判断、购买和使用的药品。OTC 大概包括以下类型：治疗感冒、发热、头痛、咳嗽类药物；治疗消化系统疾病药物；治疗关节疾病药物；治疗过敏症药物；营养滋补剂，如维生素等。由于这些药物在临床应用时间较长，药效明确，不良反应较少，患者不需要过多的专业知识，因此可仅凭药品说明书和标签进行用药。目前，专业领域较为公认的划分非处方药的标准有如下几条：说明书通俗易懂，患者可依照说明书安全用药；适应证为可以自我诊断的疾病，疗效快速并可为患者自身察觉；能缓解疾病的初始症状或延缓病情进展；适应证范围具有一定限度；



不含有毒性或产生依赖的成分，不良反应少，无蓄积，不会引起耐药；容易贮存。



图 1-2 非处方药

4. 正确使用非处方药

俗话说“是药三分毒”，非处方药虽然经过医药学专家的严格筛选，并经国家药品监督管理部门批准，但仍然是药品，所以，选用时需谨慎。

(1) 通过各种渠道，充实、提高个人的用药知识，作为自我诊疗的基础，有助于对常见病的自我判断。在购药前，应先确定所患病症，再根据治疗目的购药、用药。如发热、头痛确定是感冒引起的，即可服用对乙酰氨基酚。

(2) 正确选用有国家统一标识的非处方药。

(3) 认真仔细阅读非处方药说明书，掌握药物的适应证、注意事项以及不良反应。在用药前应仔细阅读药品说明书，明确所用药品的性质及应用范围。为使所用药品获得最佳治疗效果，减少不良反应，要注意药品说明书中的用药时间和应用剂量。如乳酶生属助消化药，应在饭前 10 分钟服用；非甾体类解热镇痛药对胃肠道具有刺激作用，应在饭时或饭后服；驱肠虫药阿苯达唑、甲苯咪唑、枸橼酸哌嗪等，应在半空腹或空腹时服。某些抗组胺药如苯海拉明、异丙嗪、马来酸氯苯那敏等，通常用于治疗过敏性疾病，但用药后常出现疲倦乏力和嗜睡等反应，所以在服用后应注意休息，对于从事高空作业、重体力劳动的人员和驾驶员，对该类药应慎用，如必须服用时，应暂时脱离原工作岗位，以免发生安全事故。如果在服药后出现皮肤瘙痒、皮疹或发热等情况时，很可能是药物过敏，应立即停药，及时就医。

(4) 认真检查所选药品有无批准文号和非处方药“登记证书编号”。

(5) 检查药品的内外包装是否有破损及有效期的期限。

(6) 严格按照说明书用药，不得擅自超量、超时使用。

(7) 按照要求贮藏药品。



(8) 如果有疑问一定要向药店内的专业药师或医院医生咨询。

5. 正确选购非处方药 (图 1-3)



图 1-3 正确选购非处方药

选购非处方药时应注意下列问题。

(1) 判断疾病 购药前应根据症状, 结合自己掌握的医药知识做出明确判断, 也可以向药房人员咨询, 便于准确选择药品, 对判断不明确的症状, 必须去医院检查。

(2) 看说明书 正规药品的说明书应清楚标示批准文号、药名、主要成分、药理作用、适应证、用法用量、不良反应、禁忌证等内容。购买时需仔细阅读, 与患者的症状对照后选用。

(3) 索取凭证 购买药品后应开具发票, 写清药名、厂家等内容, 并妥善保存, 出现问题能够有据可查。

(4) 正确用药 按照药品说明书, 结合患者的性别、年龄、体重等因素, 确定用药剂量、次数、疗程。其中用药剂量非常重要, 用量过大易引起毒副作用。

(5) 检查期限 药品包装上印有生产日期、有效期及储存条件等, 使用前须详细检查, 如果已过期, 就不要使用。

(6) 避免联用 有些患者对用药存在贪多心理, 认为品种越多疗效越好, 却不知, 若配伍不当反而会引起毒副作用。

6. 识别医生处方

医生处方的内容常包括以下几项。

(1) 处方上端医生应填写好患者姓名、年龄 (儿科患者必须写明实足岁月)、性别、处方日期、就诊诊室或住院科室、病案号等信息。

(2) 处方正文医生需清楚书写药品的名称、剂型 (如片剂、颗粒剂、胶囊剂、注射剂或软膏剂等)、剂量和数量、药物用法。医生每开列 1 种药品通常占用 2



行，以药名、剂量和数量为1行，用法为1行。用法包括每次用药剂量、每日用药次数以及给药途径（如皮下注射、肌肉注射、静脉注射、口服、外用等）。每日用药次数一般以分子式书写，如每日3次写作3次/日，每4小时1次写作4小时/次等，或用拉丁文简写。

(3) 处方上剂量和用法的简写英文含义：kg- 千克，ml- 毫升，g- 克，mg- 毫克， μ g- 微克，U- 单位；qd- 每日1次，bid- 每日2次，tid- 每日3次，qid- 每日4次，qod- 隔日1次，qm- 每晨，qn- 每晚，qh- 每小时，sos- 需要时，prn- 必要时，hs- 临睡时，qw- 每周1次，biw- 两周1次，q2h- 每2小时1次，q8h- 每8小时1次，2~3次/d- 每日2~3次；pc- 饭后，ac- 饭前，am- 上午，pm- 下午；im- 肌肉注射，iv- 静脉注射，id- 皮内注射，ih- 皮下注射，ivgtt- 静脉滴注，po- 口服。

(4) 药物排列通常依主药、辅药的次序排列。

(5) 处方下端医生需签全名，才能生效。

(6) 急症用药医生在处方右上角注明“急”字，可要求药房优先调配。患者识读好医生处方，可更好地配合治疗。

7. 药品的“常用量”

常用量即是治疗量，指临床常用的有效剂量范围，对大多数人能产生明显的治疗作用，又不致引起严重不良反应的用量。该剂量为成人（18~60岁）一次的用量，60岁以上的老人，通常用成人量的3/4，小儿剂量（图1-4）可按下列方法计算。



图1-4 小儿用药剂量

(1) 按小儿体重计算

药物剂量（每日或每次）= 体重（kg） $\times$ 药量 / [(kg $\cdot$ d)（或次）]

小儿若已知体重，则计算较为简便。对没有测体重的患儿，可按下列公式推算：

6个月前体重估计：月龄 $\times$ 0.6 + 3（kg）

7~12个月体重估计：月龄 $\times$ 0.5 + 3.6（kg）

1岁以上体重估计：年龄 $\times$ 2 + 7（kg）

按这种方法计算时，需注意年龄因素。年龄小者，可取其药量中间值或是高值计算；年龄越大，剂量应取药量范围的低值计算，但不得超过成人剂量。

(2) 按年龄计算 有些药物剂量，为应用方便可按照年龄计算。此方法常用于止咳药水，每次每岁1ml，最多每次10ml。

(3) 按体表面积计算 药量按照体表面积计算，科学性强，给药准确，但因计算较复杂，临床应用较少。

体重在30kg以下者：

体表面积（ m^2 ）= 体重（kg） $\times$ （0.035 m^2 /kg）+ 0.1 m^2

体重 30kg 以上，每增加 5kg，体表面积增加 0.1m^2 。

小儿剂量计算：

小儿剂量 = 小儿体表面积 (m^2) / $1.75 (\text{m}^2)$ × 成人剂量

8. 药物计量单位的换算

中西药物计量单位，均采用法定计量单位。根据药物的性状不同，采取不同的计量单位。固体与半固体药物用质量单位“克 (g)”表示，液体药物多用容量单位“毫升 (ml)”表示。换算如下：

质量单位：1 千克 (kg) = 1000 克 (g)

1 克 (g) = 1000 毫克 (mg)

1 毫克 (mg) = 1000 微克 (μg)

容量单位：1 升 (L) = 1000 毫升 (ml)

部分抗生素、维生素等，因为药物纯度不恒定，无法用重量、容量来表示药效的大小，只能根据生物检定的方法与标准品进行比较来测定，采用特定的国际单位来表示它们的效价，简称单位 (Unit, IU, U)。例如青霉素针剂常用的为每瓶 80 万单位。效价单位不是计量单位，但是用效价单位来表示含量的药物，如需换算成质量单位，可根据其理论效价来换算。因此，在临床使用药品时，有时用国际单位表示含量，有时用质量单位表示含量。

现将一些常用药物的理论效价单位和质量单位换算关系介绍如下。

1 毫克 (mg) = 10000 单位的药物包括链霉素、红霉素、金霉素、新霉素、庆大霉素等。

青霉素钠，1 毫克 (mg) = 1670 单位；青霉素钾，1 毫克 (mg) = 1598 单位；长效青霉素，1 毫克 (mg) = 1211 单位；红霉素乳糖酸盐，1 毫克 (mg) = 672 单位；维生素 A，1 毫克 (mg) = 2907 单位；维生素 E，1 毫克 (mg) = 1 单位；维生素 D，1 毫克 (mg) = 40000 单位。

9. 合理用药

合理用药就是在医师和药师的帮助下，安全、有效、经济、适当地使用药物。合理用药是在充分考虑患者用药后获得的好处以及所需承担的风险后所做出的最佳选择。具体内容包括药物的选择正确无误；用药指征适宜；疗效、安全性、价格对使用者适宜；剂量、方法、疗程妥当；用药对象适宜，无禁忌证，不良反应相对较小；调配（包括药品信息的提供）无误；患者按时、按量准确地用药。

10. 合理用药的注意事项

(1) 不要盲目用药 没有明确的诊断，患者不得擅自用药。医药知识浩如烟海，即使是临床医务人员也必须不断学习，才能正确使用药物。所以，患病后一定要请医师诊断明确，千万不要觉得是“小病小痛”而擅自用药，造成病情延误



或不良反应的发生。

(2) 严格遵照医嘱用药 药物治疗方案是根据病情及患者的生理特点等各种因素综合后决定的，严禁随意更改，以确保药品的治疗效果。

(3) 不要迷信药物 患者若过分地迷信新药、进口药、贵重药、滋补保健品等，就会不可避免地滥用药物。

(4) 密切注意病情发展 患者要按照医嘱用药，并随时注意观察病情变化，及时反馈出现的各种异常情况，供医师调整治疗方案。如果出现严重的不良反应要及时停药并到医院就诊。

(5) 谨慎多药并用 患者对一时很难确诊的疾病，往往倾向于多药并用，认为能够达到防治兼顾，实际上无指征的多药并用，必定会搅乱人体正常防御功能，引起药物与药物、药物与机体之间的相互作用，不良反应发生率显著增高，有时会产生并发症使病情加重，有时会掩盖病情症状，延误对疾病准确诊断和治疗的机会。因此对可用可不用的药物不要用，能用单一药物就不宜多药并用。

11. 药物的两重性

药物的两重性是指药物的防治作用及不良反应。

药物的防治作用包括预防和治疗。一方面，我们可以利用药物进行疾病的预

防；另一方面，治疗作用是药物的主要作用，通常分为对症治疗与对因治疗，两者同等重要，应根据病情合理应用。对症治疗的目的是改善疾病症状，但无法消除体内的致病因素。这种治疗虽不能从根本上消除病因，但可以缓解症状，减轻患者的痛苦；对因治疗的目的是消除原生致病因子，彻底治愈疾病，也就是从根本上祛除病因。

药物不良反应（图 1-5）是指患者使用常用剂量的药物防治或诊断疾病过程中，因为药物本身的作用或药物间相互作用而产生的与用药目的无关而又不利于患者的各种反应。药品不良反应主要有副作用、毒性作用、后遗效应、过敏反应、继发

反应、特异质反应、药物依赖性、致癌、致突变、致畸作用等。

药品不良反应是所有药品所特有的性质，各种药物在治疗量时或多或少都可能产生一些不良反应。例如，阿司匹林是公认的较为安全的常用药物，但久服可导致胃肠道出血，诱发胃溃疡，使胃溃疡恶化，引起溃疡出血、穿孔，长期服用还会引起缺铁性贫血，少数患者可引起粒细胞及血小板减少。有些药物的不良反应则表现在消化系统方面，例如恶心、呕吐、厌食、腹泻、便秘等；表现在神经系统方面有头痛、眩晕、耳鸣等。



图 1-5 药物不良反应