

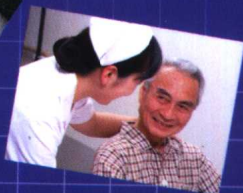


为生活出招

王芳 等编著

家庭防病去病中

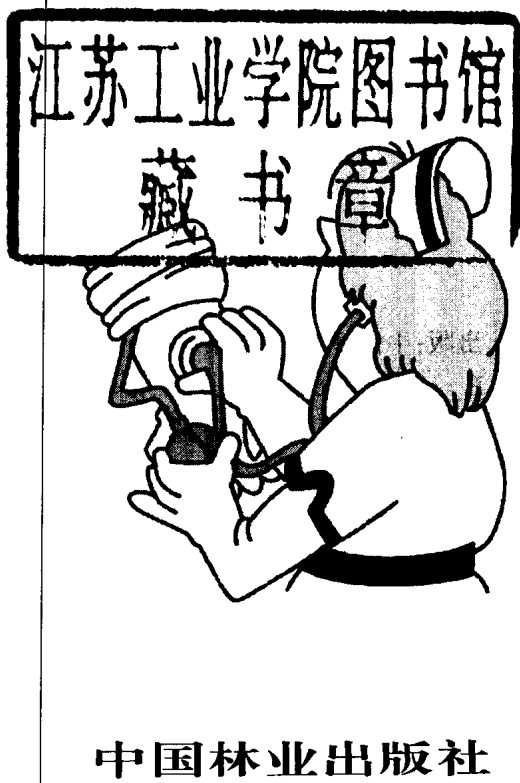
的巧



中国林业出版社

为生活出招

家庭防病去病中的巧 王芳等编著



图书在版编目(CIP)数据

家庭防病去病中的巧/王芳等编著. —北京:中国林业出版社,
2003.3

(为生活出招)

ISBN 7-5038-3379-3

I. 家... II. 王... 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(2003)第 012029 号

出版:中国林业出版社(100009 北京西城区刘海胡同7号)

E-mail: cfphz@public.bta.net.cn 电话:66184477

发行:新华书店北京发行所

印刷:北京忠信诚胶印厂

版次:2003年3月第1版

印次:2003年3月第1次

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:8

字数:207千字

印数:1~4000册

定价:13.00元

前 言

疾病无处不在，常常威胁人们的健康，而人们又常常把自己的健康寄托于医生身上，一有疾病，无论大小，都要到医院诊治。在他们看来，诊治疾病只是医生的事，储备药物只是医院或药店的事，自己不懂医学，不会用药，家庭没有必要储备药物。其实，这些想法和做法并不完全对。为了预防疾病，保证身体健康，我们编写了《家庭防病去病中的巧》这本书，目的就是提高家庭保健水平，增加医药知识，掌握小病小痛的用药治疗。

由于编者的水平有限和资料收集的不足，本书定会有错漏之处，敬请专家和广大读者指正。

本书编委会

2002.12

《家庭防病去病中的巧》编委会

主编 王 芳

编委 白 静 邢陈雪 米 娜

杜鹏飞 李丽君 陆雨晴

段 文 欧阳雪 郭红芳

高志娟



目录

前 言	(1)
第一章	疾病的预防 (1)
	盛夏防暑热的方法 (1)
	游泳防耳道发炎的方法 (2)
	防龋齿的方法 (2)
	预防食物中毒的方法 (2)
	预防耳聋的方法 (3)
	预防白喉的方法 (4)
	预防猩红热的方法 (5)
	预防传染性肝炎的方法 (6)
	预防大脑炎的方法 (7)
	预防疟疾的方法 (7)
	预防子痫的方法 (8)
	早期发现乳房癌的方法 (9)
	维生素 C 能预防癌症 (9)
	便血自我诊断的方法 (10)
	自我识别胆绞痛的方法 (11)
	鉴别上腹疼痛的方法 (11)
	防止起立头晕的方法 (12)
	防高血压的“三松” (12)
	自测血压的方法 (12)
	维生素 C 加铜防流感 (13)
	防耳聋的食物 (13)

看鼻子知健康	(14)
从脸部了解健康状况	(14)
看肚脐知健康六则	(15)
从大便八色中辨病	(15)
从瞳孔看疾病的方法	(16)
从指甲颜色辨别疾病的方法	(16)
从口腔异味辨病的方法	(17)
尿的“红橙黄绿青蓝紫”	(19)
颜色汗四种	(20)
心脏病早期的八征兆	(20)
苹果体形易得心脏病	(21)
动脉硬化四个信号	(21)
预防心绞痛的方法	(22)
心肌梗塞五征兆	(23)
冠心病信号——耳垂皱纹	(23)
预防中风的方法	(23)
预防夜间心绞痛的方法	(24)
预防晕车的方法	(24)
预防胃病的方法	(25)
预防游泳后耳朵发炎的方法	(25)
预防醉酒的方法	(25)
检测心血管疾病的方法	(25)
检测和改善肝功能的方法	(26)



第二章

自查自检疾病的方法	(26)
保护牙齿的方法	(27)
益智健脑的方法	(28)
腰部保健的方法	(30)
保护嗓子滋润咽喉的方法	(30)
防治口腔病的方法	(30)
防治冻疮的方法	(31)
防治白内障的方法	(32)
防治抽筋的方法	(32)
防治呃逆的方法	(32)
防治疝子的方法	(33)
防治斑秃的方法	(33)
动脉硬化自我防治的方法	(34)
防治胆结石的方法	(35)
盛夏巧防热伤风	(35)
常见疾病的治疗	(37)
急救煤气中毒的方法	(37)
维生素 A 是抗癌营养素	(37)
海带有抗癌作用	(38)
咬断体温表的处理方法	(38)
食物中毒的家庭急救	(39)
异物误入五官的处理方法	(39)
巧治游泳抽筋	(41)

通用的止血方法	(41)
判断血量大小的方法	(42)
处理呕血、咯血的方法	(42)
巧治鼻出血	(43)
巧治小儿鼻出血	(44)
在急救中保护大脑的方法	(46)
心脏病患者自救的方法	(46)
翻上眼皮的方法	(46)
拔刺的方法	(47)
应急处理小外伤的方法	(47)
治疗幼儿外伤的方法	(48)
治伤食的方法	(48)
止呃的方法	(49)
治痔疮的方法	(50)
巧治脂肪肝	(51)
治腹痛的方法	(52)
巧治肾病	(52)
巧治腰痛	(52)
巧治偏头痛	(53)
巧治头痛	(53)
降血压的方法	(54)
巧治冠心病	(55)
巧治心绞痛	(56)



外敷治咳的方法	(56)
消除“呼噜”的方法	(56)
治口腔水泡的方法	(57)
迷眼的处理方法	(57)
巧治狐臭	(58)
牙膏防治感染	(59)
巧治鹅掌风	(59)
巧治鸡眼	(59)
消肿的方法	(59)
治疗皮肤皲裂的方法	(60)
止痒的方法	(60)
治疮的方法	(60)
醋蛋白巧治灰指甲	(61)
六种病不宜热敷	(61)
巧治“针眼”	(62)
巧治眼皮浮肿	(62)
巧治急性结膜炎	(62)
巧治过敏性鼻炎	(63)
巧治“倒牙”	(63)
巧治咽喉肿痛	(63)
巧治喉痛音哑	(64)
巧治高血压	(64)
巧治消化不良	(65)

治疗遗精的方法	(65)
巧治脓疮	(65)
巧治手掌脱皮	(66)
巧治汗手、汗脚	(66)
巧治关节扭伤	(67)
巧治神经性皮炎	(67)
巧治蚊虫叮咬	(68)
巧治痱子	(68)
巧除打针硬块	(69)
巧治手颤	(69)
巧治烫伤	(70)
巧治烂眼圈	(70)
巧治耳疖	(71)
巧治耳底子	(71)
巧治耳鸣	(72)
巧治耳内奇痒	(73)
巧识八种关节炎	(73)
巧治风湿性关节炎	(74)
巧治风疙瘩	(75)
巧治湿疹	(75)
巧治百日咳	(76)
护理、治疗痢疾患者的方法	(77)
巧治急性乳腺炎	(78)



第三章

巧治流行性感冒	(79)
巧治产妇乳头破裂的方法	(80)
家庭小药箱	(81)
家庭备药有必要	(81)
家庭巧备药	(82)
巧辨药物与疾病的关系	(83)
阅读药品说明书的方法	(84)
识别药品批号的方法	(86)
识别药品上的压印缩写字样的方法	(86)
认识处方上缩写符号的方法	(88)
区分毒药剧药的方法	(88)
区分药品的禁用、忌用与慎用的方法	(89)
区别药物的“剂量”“常用量” “极量”和“致死量”的方法...	(90)
识别药物有效期限的方法	(90)
识别进口药有效期的方法	(91)
判断西药过期和失效的方法	(92)
判定药物是否变质的方法	(93)
处理用剩下的药物的方法	(93)
避免药物对胃的损害	(95)
用药后自我监测的方法	(96)
预防和处理药物引起过敏反应的方法	(98)
救治药物引起过敏反应的方法	(99)

第四章

药物影响化验结果	(100)
吸烟对药物治疗的影响	(101)
饮酒对药物治疗的影响	(101)
喝茶对药物治疗的影响	(102)
计算老人和儿童用药剂量的方法	(102)
老年人的用药方法	(104)
老年人用药应注意的问题	(105)
根据尿糖确定胰岛素用量的方法	(106)
糖尿病病人预防与处理用药后	
低血糖反应的方法	(107)
合理使用抗菌素	(108)
青霉素过敏患者选用抗生素的方法	(109)
六神丸的新功能	(110)
选用泻药的方法	(111)
盐对降压利尿药不利	(111)
镇静剂与骨折	(111)
打针松弛的方法	(111)
配备家庭药箱有重点	(112)
家中备些口服补液盐	(112)
药物服用小常识	(113)
科学服药的方法	(113)
正确服用口服药物的方法	(116)
正确服用药片的方法	(116)



合理合并用药的方法	(117)
不宜同服的药物	(118)
吃错药应急处理的方法	(119)
掌握不同药品服用时间的方法 ...	(119)
服西药期间忌口的方法	(120)
病人呕吐的服药方法	(122)
吃药可口的方法	(123)
中药汤剂的服药方法	(123)
吃药讲究姿势	(124)
干吃药片害处大	(125)
吃药忌糖	(125)
滥用止痛药的害处	(125)
不宜同服的中成药和西药	(126)
忌醋的药	(127)
心血管胃肠药忌酱	(127)
吃药的方法	(128)
服用降血压药的方法	(128)
服用硝酸甘油的方法	(129)
口服钙片的方法	(129)
服用维生素 C 的方法	(129)
滴鼻药的方法	(130)
滴加耳药的方法	(130)
滴加眼药的方法	(130)

煎中药的方法	(131)
萝卜与人参忌同服	(131)
糖衣药片忌嚼服	(132)
胰酶片忌咬碎服	(132)
服西药六忌	(132)
苦味健胃药忌拌糖吃	(133)
主食中忌缺硫胺素营养	(133)
碘酒与红药水忌合用	(134)
忌服药吸烟	(134)
服用苯妥英钠时忌饮酒	(134)
忌用茶水服药	(134)
忌用牛奶喝药	(135)
忌多种药同时吃	(135)
维生素 C 忌嚼碎吃	(136)
忌用 95% 的酒精消毒、杀菌	(136)
注射丙种球蛋白前后忌打其他防疫针	(136)
驾驶员忌服镇静药、兴奋药	(137)
中药汤剂忌过夜	(137)
忌开水冲服蜂蜜	(137)
煎“糊”的中药忌服	(138)
忌多服维生素 B ₆	(138)
服用痢特灵、降糖灵等药物忌饮酒	(138)
口服云南白药忌过量	(139)



安定与巴比妥忌同服	(139)
服用阿斯匹林八忌	(139)
药片忌干服	(140)
服用中药忌大意	(140)
忌滥服胖大海	(141)
忌过量照射 X 线	(141)
长效与短效避孕药忌混合吃	(141)
忌滥用镇咳药	(142)
碘酒忌久存	(142)
忌将喉片当糖吃	(142)
热天用药四忌	(143)
忌躺着服药	(143)
煎中药忌用热水	(143)
忌服变质药	(144)
睡前忌服四环素	(145)
忌将六神丸当预防药服	(145)
长时间用糖皮质激素忌突然停药	(145)
服用四环素时忌吃豆腐	(146)
服用降压药忌突然停药	(147)
忌滥用人参	(147)
果味维生素 C 忌当糖吃	(147)
演员演出时忌服抗胆碱类药物 ...	(148)
青霉素、链霉素忌混合注射	(148)

在噪音环境中工作的人忌服阿斯匹林	(149)
避孕药与抗生素忌同服	(149)
酒后忌服安眠药	(149)
补铁忌急性铁中毒	(150)
煎中药忌用金属器皿	(150)
服药忌饮酒	(150)
服用铁剂补血药忌喝茶饮奶	(151)
忌与安定同服的药	(151)
服用雷米封时忌吃鱼	(152)
使用滴鼻净的禁忌	(152)
维生素C忌冲服	(152)
灭滴灵忌滥用	(153)
忌忽视有毒药品的使用	(153)
鼻腔内用药禁忌	(153)
白果禁忌	(154)
阿斯匹林禁忌	(154)
糖尿病人服药禁忌	(155)
苦楝子禁忌	(155)
乌头禁忌	(155)
利他林禁忌	(156)
胃蛋白酶禁忌	(156)
甘草、鹿茸禁忌	(156)
消炎痛禁忌	(156)