

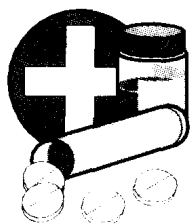
中国非处方药物协会
中国消费者协会 组织编写

明明白白用 药



化学工业出版社

现代生物技术与医药科技出版中心



明明白白用药

中国非处方药物协会
中国消费者协会 组织编写



化学工业出版社

现代生物技术与医药科技出版中心

·北 京·

(京) 新登字 039 号

图书在版编目 (CIP) 数据

明明白白用药/中国非处方药物协会, 中国消费者协会
组织编写. —北京: 化学工业出版社, 2003. 3
ISBN 7-5025-4364-3

I. 明… II. ①中…②中… III. 药物-基本知识
IV. R97

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 016867 号

明明白白用药

中国非处方药物协会 组织编写
中国消费者协会

责任编辑: 张文虎 孙小芳 余晓捷

责任校对: 陶燕华

封面设计: 于兵

*

化学工业出版社 出版发行
现代生物技术与医药科技出版中心

(北京市朝阳区惠新里 3 号 邮政编码 100029)

发行电话: (010) 64982530

<http://www.cip.com.cn>

*

新华书店北京发行所经销

北京市燕山印刷厂印刷

北京市燕山印刷厂装订

开本 850 毫米×1168 毫米 1/32 印张 4 $\frac{1}{4}$ 字数 88 千字

2003 年 3 月第 1 版 2003 年 3 月北京第 1 次印刷

ISBN 7-5025-4364-3/R·145

定 价: 10.00 元

版权所有 违者必究

该书如有缺页、倒页、脱页者, 本社发行部负责退换

京工商广临字 2003—003 号

目 录

| | |
|------------------|----|
| 感冒 | 1 |
| 发热 | 6 |
| 头痛 | 11 |
| 疼痛 | 15 |
| 咳嗽、咯痰 | 19 |
| 慢性咽炎 | 24 |
| 过敏性鼻炎 | 27 |
| 腹胀 | 31 |
| 腹泻 | 36 |
| 便秘 | 40 |
| 慢性胃炎 | 44 |
| 慢性肝炎 | 48 |
| 结膜炎、沙眼、睑腺炎 | 52 |
| 口腔溃疡 | 56 |
| 酒渣鼻 | 60 |
| 痤疮 | 62 |
| 疖子 | 65 |
| 湿疹 | 67 |
| 荨麻疹 | 70 |
| 手、足癣 | 73 |
| 泌尿系感染 | 76 |

| | |
|-----------------|-----|
| 痛经····· | 78 |
| 真菌性阴道炎····· | 80 |
| 滴虫性阴道炎····· | 82 |
| 急慢性软组织扭挫伤····· | 85 |
| 烧烫伤····· | 88 |
| 神经衰弱····· | 91 |
| 维生素、矿物质缺乏病····· | 94 |
| 骨质疏松症····· | 104 |
| 更年期综合征····· | 107 |
| 高脂血症····· | 110 |
| 冠心病····· | 114 |
| 高血压····· | 119 |

用药小常识

| | |
|------------------------------------|----|
| 抗生素过度应用的危害····· | 5 |
| 小儿用药须知····· | 9 |
| 正确掌握剂量，按量服用····· | 14 |
| 使用解热镇痛药应注意什么····· | 18 |
| 普通片、肠溶片、缓释片、控释片、速释片各有 什么特点····· | 22 |
| 孕妇及哺乳期妇女应慎重用药····· | 26 |
| 如何正确使用滴鼻药····· | 30 |
| 你会看药品说明书吗····· | 34 |
| 按时服药····· | 38 |
| 如何正确使用肛门栓剂····· | 43 |

| | |
|--------------------------|-----|
| 药品的通用名与商品名 | 47 |
| 药品怎样保存 | 51 |
| 滴眼液和眼药膏的使用 | 55 |
| 什么是药物相互作用 | 59 |
| 局部外用药注意事项 | 64 |
| 激素类药膏外用注意事项 | 66 |
| 如何正确使用阴道栓 | 84 |
| 使用安定类药物应慎重 | 93 |
| 为什么在使用药品之前一定要阅读说明书 | 113 |
| 老年人用药为什么要格外注意 | 117 |
| 怎样看待药物不良反应 | 125 |
| 索引 | 127 |

感冒



疾病概述

感冒俗称为伤风，是由多种病毒引起上呼吸道的急性炎症。在一年四季均可发病，尤以冬、春季多见。依照诱发感冒的病原体、传播途径和症状的不同可分为普通感冒、流行性感 冒（流感）和上呼吸道感染（上感）3类，后者包括鼻、咽、支气管和肺部的感染，多由细菌所引起。



自我判断

1. 感冒后可能发热或不发热，普通感冒症状轻，有微热，体温在摄氏 37~38 度；流感发热较高，可到摄氏 39~41 度，会出现怕冷或寒战；如合并肺炎可达摄氏 39 度以上，一般会持续 1~2 周，小儿及儿童则可能伴有高烧、呕吐、腹泻等症状。

2. 流鼻涕，嗓子疼，打喷嚏：病毒性感冒常流清鼻涕，约半数的病人伴有咽痛、关节痛、肌肉痛、浑身酸痛、流泪或乏力。

3. 大约在感冒后 2~4 天出现咳嗽。

4. 眼结膜充血：普通感冒不充血，流感者可充血，并畏惧光线。

5. 如果到医院进行血液化验时，可见血白细胞总



感

冒

数仍为正常或偏低。当并发细菌性感染时，则血白细胞会增多。

6. 普通感冒几无并发症，流感多会殃及气管、支气管和肺部。



选药指导

西药

由于感冒发病急促，症状复杂多样，至今没有一种药物能解决所有这些问题，因此，宜根据主要症状选用药。

1. 高热、头痛或关节痛为主：常用阿司匹林、拜阿司匹林、阿司匹林维生素 C 泡腾片、对乙酰氨基酚（扑热息痛、泰诺林、必理通）、贝诺酯片剂或颗粒剂。

2. 鼻塞和鼻黏膜充血：选用含有伪麻黄碱的制剂，以助于保持咽鼓管和窦口通畅，缓解鼻塞。在药店可购到的制剂有新康泰克胶囊。

3. 发热、周身酸痛、打喷嚏、流鼻涕：选用含有氯苯那敏（扑尔敏）和苯海拉明等制剂，如幸福伤风素、祺尔百服吡片、日夜百服吡片、海王银得菲片、服克、快克、康必得、达诺等；对伴有咳嗽者可加服复方甘草片、喷托维林（咳必清）片、苯丙哌林（咳快好）等。

4. 鼻塞：可同时滴用 1% 麻黄素溶液或鼻通、萘甲唑林滴鼻剂、复方萘甲唑林喷雾剂、羟甲唑林滴鼻剂、赛洛唑林滴鼻剂。



越

四

中成药

传统医学依据感冒的病因分为风寒型、风热型和暑热型 3 种，在用药上也有区别：

1. 风寒型感冒：病症的特点是恶寒重，发热轻，头痛、关节疼痛明显，鼻塞声重，流清鼻涕，口不渴，咳嗽时吐白稀痰，咽喉疼痛比较明显，或仅见咽痒，舌不红，苔薄白。国家非处方药目录中的中成药：如风寒感冒冲剂、感冒清热颗粒（口服液）、羚翘解毒丸（水丸、浓缩丸）、参苏丸（胶囊、片）、午时茶颗粒（茶）可以选用。

2. 风热型感冒：病症以发热重，恶寒轻，或微恶风，咽干而疼痛，甚至咽喉、扁桃体红肿疼痛，鼻塞、流黄鼻涕，口渴、想喝水，咳嗽吐黏痰，舌边尖红，苔薄黄为特征。可选用风热感冒冲剂、羚翘解毒丸（水丸、浓缩丸）、羚羊感冒片或板蓝根颗粒（片、糖浆、口服液、胶囊）、桑菊感冒片（冲剂、感冒丸）、银翘解毒颗粒（解毒片、解毒丸、冲剂、胶囊）、双黄连口服液、银柴颗粒、复方四季青片、加味银翘片等口服。

3. 暑热型感冒：多因受暑湿引起的头晕、烦闷、口渴、呕吐或腹泻，可伴有发热、恶寒、头痛或全身疼痛，不思饮食，舌苔白腻。可选用藿香正气水（软胶囊、口服液、颗粒、胶囊、合剂、浓缩丸）、六合定中丸、暑热感冒颗粒、十滴水（软胶囊）、复方香薷水；或口服仁丹，外用清凉油、薄荷锭。



选

图



明明白白用药

1. 感冒后是否要服用抗生素宜权衡利弊，因为引起感冒和流感的罪魁祸首主要是病毒，抗生素对病毒没有杀灭作用；同时滥用后会导致人体的不良作用和易使细菌产生耐药性。但如果出现并发症，这多半是合并了细菌感染，这时病情较重，可并发化脓性扁桃体炎、支气管炎和肺炎，表现为高热不退、呼吸急促、咳嗽和咳痰，这时往往要服用抗生素（如氨苄西林、羟苄西林、头孢氨苄、红霉素、醋酸麦迪霉素、阿奇霉素等）。抗生素可以通过杀灭细菌生长而起到抗感染作用。

2. 感冒药不宜长时间服用，一般退热药连续使用不超过3天，镇痛药不超过5天。

3. 您可辅助补充维生素C（或多种维生素）和微量元素（如葡萄糖酸锌），以帮助缓解感冒症状。

4. 感冒期间口服含有伪麻黄碱制剂的老年患者和高血压、肺气肿、心脏病、前列腺肥大等患者，在使用前应向医师咨询；口服含有氯苯那敏、苯海拉明、异丙嗪等制剂者，服用后4小时内不宜驾车、高空作业或操作机械。

5. 您在应用抗感冒药或解热药期间，不宜饮酒。

6. 如果感冒药在连续服用1周后如症状仍未缓解或消失者，应去医院向医生咨询，7岁以下的儿童如伴有耳朵疼痛，也要及时去医院。



越

图

抗生素过度应用的危害

目前临床上应用抗生素在国内外都相当普遍，在美国每天的处方中，有1.5亿张是抗生素，有关专家认为其中有50%是不必要的，在中国情况也相同。经常未经明确诊断或选择不当就用抗生素，这样不仅造成经济浪费，而且还耽误了治疗。常见的伤风感冒是由于病毒引起的，抗生素对病毒无效，应用抗生素治疗不但无益还会减弱人体天然抵抗力，并可出现不良反应，因为抗生素的反应比较多，有些还很严重，如头孢菌素类、青霉素类的过敏反应，链霉素、庆大霉素对耳、肾的毒性，红霉素类对肝脏的毒性等，此外，还可促使细菌产生耐药性。如应用抗生素预防细菌性感染不当，还可使合并症增多。



遊



发 热



疾病概述

正常人体的体温为摄氏 37 度左右，昼夜的温差不会超过 1 度。体温在性别和年龄上也略有不同，如女性略高于男性；新生儿略高于儿童；年轻人略高于老年人。人体通过产热和散热机制来保持平衡，使体温在一日内保持恒定。

发热是指人体的体温超过正常范围，当口腔温度超过摄氏 37.3 度或直肠温度超过摄氏 37.6 度，昼夜间波动超过 1 度时即为发热（发烧），发热分为微热、中等热和高热，体温分别为摄氏 37~38 度、摄氏 38~39 度、摄氏 39~40 度，当超过摄氏 41 度时为过高热。

发热是人体患病时所表现的一种症状，其原因可以是细菌、病毒和寄生虫感染的结果，也可以是组织损伤、炎症、肿瘤和恶性疾病的继发性后果。有时女性在月经期或排卵期也会发低热。



发
热



自我判断

发热的表现是体温升高，正常体温用腋下表测量为摄氏 36.8 度，口腔表为摄氏 37.1 度，肛门表为摄氏 37.5 度。但下列问题也请您关注：

1. 体温发热有几天了？突发热为 0.5~1 天，持续热为 3~6 天。

2. 伴有头痛、咽喉疼痛或咳嗽，可能是伴有感冒。

3. 血液检测白细胞(血球)高于正常值，可能有细菌感染，白血球正常或低于正常值，可能有病毒感染。

4. 发热是如有间歇期，可能是化脓性感染或得了疟疾。

5. 持续高热好几天，如 24 小时内波动持续在摄氏 39~40 度居高不下，可能伴有肺炎、伤寒。



选药指导

西药

1. 发热时首选对乙酰氨基酚片（必理通囊型片、泰诺林控释片、百服咛、幸福止痛素），小儿可用乙酰氨基酚滴剂（一滴清、爱尔星）、乙酰氨基酚糖浆剂（安佳热、热必退）或乙酰氨基酚溶液（儿童百服咛、泰诺林），其解热作用较强，缓和并持久，对胃肠道的刺激小，正常剂量下对肝脏无损害，较为安全有效，适宜老年人和儿童服用。或选用阿司匹林（拜阿司匹林咀嚼片、拜阿司匹林维 C 泡腾片、巴米尔片、解热止痛片）、阿司匹林钙-脲散剂（素客同）。

2. 胃肠有疾患者或对上述药物不适者可服布洛芬片（芬尼康、芬必得、美林、布洛芬泡腾片），儿童可用滴剂（美林）、糖浆剂（易服芬），其退热作用与阿司匹林相似但较之更持久，对胃肠道的不良反应轻，



发
热

是解热药物中对胃肠刺激性最低的一种。对不能进食者，可以栓剂（服尔栓）替代使用。

3. 对儿童感冒（病毒感染）初期的发热，可选用牛磺酸片或颗粒剂，为中药牛黄中的有效成分，具有清热解毒、镇静和抗炎作用；儿童高热时可口服阿苯片，具有解热镇静作用，尤其对高热伴有惊厥不安的儿童更为适用。



明明白白用药

1. 应当指出的是，发热是人体的一种保护性反应，当体温升高时，体内的吞噬细胞活性增强，抗体的产生增多，有利于炎症的修复。但另一方面，发热会使体力消耗，甚至可引起惊厥。年老和体弱者在高热骤降时，有可能引起虚脱或大汗淋漓。故对老年人应适当减量，并注意给药宜间隔4~6小时，同时要多喝水。

2. 患有胃或十二指肠溃疡者、哮喘者不宜使用阿司匹林，为避免对胃肠道的刺激，解热药宜在餐后服，不宜空腹服用。

3. 对孕妇及哺乳期妇女、肝肾功能不全者、血小板减少症者、有出血倾向者应慎用解热药。对特异体质者在使用后有可能发生皮疹、血管性水肿、哮喘等反应，应当谨慎使用，一旦发现应及时停用，也不宜再使用其他同类解热药，因为本类药物中多数之间有交叉的过敏反应。

4. 解热药一般限定服用3日，如症状未缓解应及

发
热

时向医师咨询，不得长期服用。

5. 如发热持续 3 日不退，或伴有寒战、胸痛、咳嗽时；或儿童发热在摄氏 39 度以上同时神志不清时请去医院诊治。

小儿用药须知

儿童处于生长发育的动态变化之中，机体的各组织器官尚未成熟，功能也不完善，与成人相比，更容易发生用药的不良反应，因此，用药时要注意下列各点：

1. 要正确计算小儿用药量，绝不能“差不多”、“大概齐”，药量不准，不是难以奏效，就是容易引起药物过量而产生不良反应。婴幼儿用药更要考虑其生理特点，慎重用药。

2. 不能贪图方便、省钱，把成人的药给小儿服用。因为有些药物对儿童是禁用的，如处方药中的喹诺酮类药物，小儿禁用，非处方药中的盐酸雷尼替丁，16 岁以下不推荐使用。

3. 要按规定用药，如小儿热度不退，家长为了迅速退热而把解热药频频服用，这种做法是不妥的，可引起患儿脱水而发生虚脱。其实在体温不超过摄氏 38 度时，只要多喝温开水即可。再高时可采取物理降温，如枕冷水袋、酒精擦浴等。同时应去医院查找发热的原因。



发
热

4. 不滥用抗生素。抗生素是处方药。必须经医师诊病后对症选用。不明病情，未经诊断，胡乱应用抗生素类药物，不仅不能起到治疗作用，反而可引起一些不良反应，应警惕。

5. 不宜滥用维生素。很多父母误认为维生素类是营养剂而不是药物。其实无论任何一种营养剂，过量服用也会对儿童身体造成不良影响，尤其是脂溶性维生素（如维生素 A、D、E 及 K 等），服用过量会蓄积体内，引致慢性中毒，服量过大，还会引致急性中毒。

6. 使用外用药也应小心。尤其是对于新生儿，他们的皮肤、黏膜面积相对比成人大，皮肤角化层尚未发育完善，故此无论外用、滴眼及滴鼻的药物吸收量都较多，过量使用可能引致中毒。例如皮质激素类软膏，不适于小儿，以免透过皮肤被吸收，故非处方药目录中仅收录了作用温和的氢化可的松，用以治疗婴儿湿疹等皮肤病。还要牢记的是药物（包括外用药、内服药，特别是糖衣片）应放在儿童不能拿到的地方。

遇有不能解决的问题，应向医师咨询。



发

热

头 痛



A 疾病概述

头痛是生活中最常见的症状，是人体在受到伤害性刺激后发出的一种保护性反应，也是很多疾病的前驱症状，同时又是患者寻求治疗的原因。头疼痛的部位时时不定，起病有缓有急，疼痛有轻有重，发作也是反反复复。

引起头痛的病因很多，如急性发热、脑膜炎、副鼻窦炎或感冒常伴有头痛；另外头痛有时是某些特殊疾病的先兆，如高血压、动脉硬化病者突然发生剧烈头痛，提示脑血管意外的可能。另外，近视、散光、屈光不正、青光眼或眼压升高也会导致头痛。

头痛分为轻、中和重度疼痛，人体伴随疼痛刺激的反应不仅表现为疼痛的感觉，而且常常引起一些生理功能的紊乱，如失眠、恐惧、紧张、焦虑不安、耳鸣、头晕、恶心、呕吐、肢体收缩等反应。



自我判断

1. 长期精神比较紧张者可能为紧张性头痛，其与焦虑、抑郁、妄想等精神因素有关，若追问病史，患者可有人际关系紧张、工作不顺心、压抑的情绪等诱因。



头
痛

