

主编 郝言言 陶红亮

中小学生
经典科普
丛书

中小学生安全与防护系列

安全用药 须知



人民卫生出版社

中小學生
經典科普
叢書

中小學生安全與防護系列

安全用藥須知

主 編 郝言言 陶紅亮

編 委 (按姓氏筆畫排序)

王丹妮 王亞娟 馮 軍 劉 毅 劉新建
李 洋 楊 蔚 張艷梅 張莉艷 陳 蕊
韓明明 程 維 賴 平 譚英錫 戴小蘭

NLIC



NLIC2970800587

人民衛生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中小學生安全與防護系列. 安全用藥須知/郝言言
等主編. —北京: 人民衛生出版社, 2012. 6

(中小學生經典科普叢書)

ISBN 978-7-117-15634-9

I. ①中… II. ①郝… III. ①安全教育-青年讀物
②安全教育-少年讀物③用藥法-青年讀物④用藥法-
少年讀物 IV. ①X925-49②R452-49

中國版本圖書館 CIP 數據核字 (2012) 第 035005 號

門戶網: www.pmph.com	出版物查詢、網上書店
衛人網: www.ipmph.com	護士、醫師、藥師、中醫 師、衛生資格考試培訓

版權所有, 侵權必究!

安全用藥須知

主 編: 郝言言 陶紅亮

出版發行: 人民衛生出版社 (中繼線 010-59780011)

地 址: 北京市朝陽區潘家園南里 19 號

郵 編: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

購書熱線: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 北京匯林印務有限公司

經 銷: 新華書店

開 本: 850×1168 1/32 印張: 8 字數: 127 千字

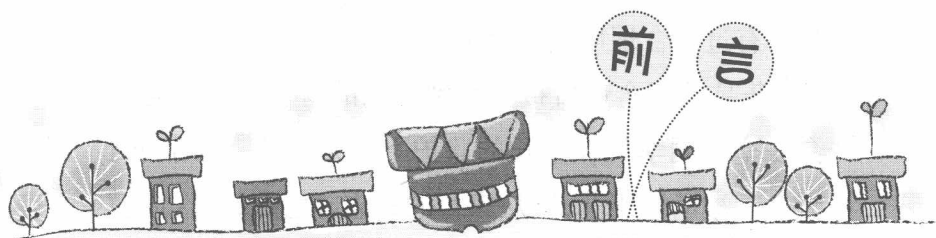
版 次: 2012 年 6 月第 1 版 2012 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

標準書號: ISBN 978-7-117-15634-9/R · 15635

定 價: 15.00 元

打擊盜版舉報電話: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡屬印裝質量問題請與本社銷售中心聯繫退換)



药品是与人们生命和健康息息相关的特殊商品。药品既可治病,也可致病;既可救命,也可害命,是一把“双刃剑”。由于使用药品是人们的主观行为,在人们具备安全用药常识、正确认识药物不良反应的情况下,60%以上由药品造成的健康损害可得到预防。因此,加强人们安全用药意识的教育非常重要,特别是中小学生的安全用药教育。

由于中小學生正处于生长发育期,各器官尚未发育成熟、免疫机制亦不健全,对药物的吸收、代谢、排泄等不能完全等同于成人,所以学生较成人更易于受到药物不良反应的损害。

保持良好的健康状态是人们的共同心愿,但生活中的一些小病小痛是难免的。此时,你该如何用药?如果药物使用不当,会对人体产生极大的危害。面对

媒体铺天盖地的药品广告,你能正确判断出各种药品广告的可信度吗?你知道用药的一些基本常识吗?你是否有过不合理用药的经历?

药品的安全性直接关系到我们的身体健康乃至生命安全。同学们在家长的监护下尚未独立,在用药时大多是被动性服药,服从家长的意志,随家长到医院就医或服用家长擅自购买的药品,在服用药物方面缺乏自我保护意识和能力。为了有效地加强同学们对安全用药的重视,防止其因自我行为不当导致滥用、误用药物,危及生命健康,消除安全用药隐患,我们编写了这本书。

本书对合理用药问题作了详细阐述。全书内容包括药品使用常识、正确服药、常见病用药、用药小窍门、用药误区、不良用药习惯六大方面的用药知识,解决同学们生活中最常见的用药问题。叙述深入浅出,案例均来源于真实经验分享,与我们的实际生活联系非常紧密。

本书旨在普及安全用药的基本常识,防止不合理用药和滥用药品,促进人们形成科学、合理用药的意识和行为习惯。

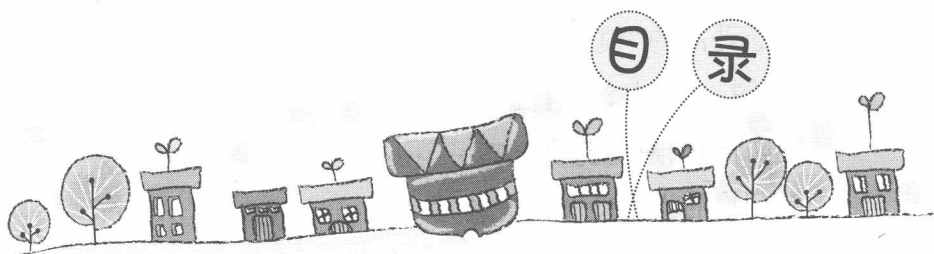
健康是由自己主宰的,虽然我们不能违抗自然规律,去阻挡死亡的脚步,但我们能让自己的机体更有活

力,能够通过自己的努力获得质量更高的生命。

希望大家能更好地了解自己的身体和疾病,学习自我健康管理,对自己的健康负责,好好地利用医药资源维护自己的健康。

主 编

2012年3月



第一章

药品使用，小常识大学问 1

药品能够防病治病是家喻户晓、老幼皆知的。但凡事都有两面性，药品也不例外。药品既可以驱除病魔、造福人类，又有危害人类健康的毒、副作用。也就是说，药品与毒物之间无明显界限，滥用药品可以给人体造成很大的危害。同学们正处于生长发育阶段，更应正确认识药品，科学、合理地使用药品，真正使药品成为我们健康的保护神。

分清药品商品名和通用名	2
用药前提：仔细阅读药品说明书	6
药品有效期，迷惑巧识别	10

解析吃药的“量”	14
什么是“食字”、“食健字”和“药准字”	18
注意药品的“慎用”、“忌用”和“禁用”	21
别给抗生素与消炎药画等号	24
谨防依赖,避免药物上瘾	28
对药物的不良反应别大意	33
了解药品的过敏反应	37

第二章

合理服药,服正确的药也需正确的

服用方法	42
------------	----

药物的服用方法是一个和药物副作用同样需要关注的重要问题。错误的服药方法会直接影响药效的发挥,甚至会对身体造成伤害。例如,服药的方式、时间不正确,或与饮食的搭配不合理,不仅不利于药效的发挥,还可能导致各种你意想不到的危险。本章将介绍“上镜率”最高的常见错误服药方法及如何正确服药。

百岁明星阿司匹林	43
----------------	----



外用药用法不当麻烦多	46
正确使用滴眼剂	51
滴耳剂的正确用法	56
怎样正确使用滴鼻剂	60
正确的服药时间疗效事半功倍	64
服用维生素类药物的注意事项	68
采用正确姿势吃药疗效好	72
胶囊不宜打开服用	75
不宜用热水送服的六类药物	79
中药的正确煎法	82
泡腾片的服用注意事项	86
白开水:口服药的最佳选择	90
服中药不宜加糖“调味”	94
不可同服的中西药	98
西药中哪些常用药不宜合用	102

第三章

常见病用药,这样吃药最科学 106

生活中难免会有小病小痛,大家若对常见的疾病多些认识,面对病痛时就能做到心中有数,了解了常

见病,即使身体抱恙也不会太紧张。即使你不是专业医药人士,也有必要多积累一些用药的知识。有了这些知识垫底,需要时就可以从容应对、争取最佳的救治时间,对于生命和安全,可是人人有责的。

常见抗菌药物不良反应有哪些	107
九成以上感冒无须服用抗菌药物	111
腹泻了,抗菌药物别乱用.....	114
常见抗菌药物避免使用误区	118
使用外用抗菌药物的注意事项	122
外用抗菌药物可能出现的不良反应	125
头痛时乱用止痛药不可取	128
解热镇痛药你会选吗	132
中小學生要慎用感冒通	136

第④章

用药小窍门,吃得安全更健康 139

你知道维生素 B₆ 能治疗抑郁吗? 你知道花露水除了防止蚊虫叮咬还有哪些妙用吗? 有蛀牙痛死了,你知道如何快速缓解吗? 这些都是我们生活中



必不可少的小窍门。窍门就在日常生活的每一个细节当中；窍门就存在于我们生存的环境当中。这些窍门有的也许看似无关紧要，却与人们的健康和生命安全有着至关重要的关系。

抑郁症：维生素 B ₆ 来帮忙	140
小小花露水，妙处大无穷	143
治疗打嗝有窍门	148
治疗常见头痛的窍门	152
皮肤烫伤的紧急处理措施	156
应对龋齿疼痛的窍门	160
窍门巧解“伤食”	163

第五章

药物误区，走出用药的误区	168
--------------------	-----

药物，无论是中药或西药，都是人类发展史上最伟大的发明之一，是前人勤劳智慧的结晶。但我们后人在享受前人成果的同时又存在许多误区，如分不清处方药与非处方药，用药不对症，重复用药，过分依赖抗生素等。错误用药会对人身产生很大的不

良影响,大家一定要注意了。

长期服药的保护措施	169
抗生素不是“万能药”	172
谨慎使用偏方治病	175
中药无副作用是误导	179
疾病决定是联合用药还是单一用药	183
“心病”服药的方法	186
补药能防百病吗	188
普通药也不能当饭吃	190
疗效好坏不分新药老药	194
只选对的,不选贵的	198

第六章

用药警示,警惕这些不良习惯 202

一些人在发现身体不适的时候,往往粗心地自我判断是“小毛病”,便不假思索选用过去曾用的某药。对于药瓶上简单的用药说明,其实并没有真正理解,还沾沾自喜自己“有主见”。殊不知,很多习以为常的用药习惯其实很可能给你带来伤害。那



么,哪些不良的习惯会为身体埋下隐患呢?本章将为你详细阐述。

刚服完药不要倒头就睡	203
不要乱吃“聪明药”	207
生长素增高不可取	211
板蓝根常备药,使用不当伤害大	214
过期药品坚决不能吃	217
小细节,大学问	222
这些食物决不能和药物搭配	226
干吞药片害处多,温水送服是王道	231
过敏体质的中小学生忌用的药物	235
药物过敏关键在于预防	238



第一章



药品使用，小常识大学问

药品能够防病治病是家喻户晓、老幼皆知的。但凡事都有两面性，药品也不例外。药品既可以驱除病魔、造福人类，又有危害人类健康的毒、副作用。也就是说，药品与毒物之间无明显界限，滥用药品可以给人体造成很大的危害。同学们正处于生长发育阶段，更应正确认识药品，科学、合理地使用药品，真正使药品成为我们健康的保护神。

分清药品商品名和通用名

同一种药品的名称有很多种,如同是治疗感冒的药品可能会叫速效感冒通胶囊、白加黑、感叹号,但是对感冒症状中“打喷嚏”一项效果比较好的,可能是同一种成分。在药品中存在的这种众所周知的名称和“同一化学成分”的区别,就是商品名与通用名的区别。生活中,大家对药品通用名不熟悉,经常以为某种名称的药物效果可能更好。

朱莉的支气管又发炎了,妈妈不得不带她到医院





做一系列检查,但妈妈也知道,检查不过是走一个形式。别看朱莉小小年纪,她的支气管炎可算是“老毛病”了,每到冬末春初就会反复,即使不用医生检查,妈妈都知道朱莉要服用哪些药物了,但为了更好地了解病情,妈妈还是愿意带着她经过挂号、排队、拍X光片等一系列检查,最后再拿早已熟知的药物。今天妈妈带朱莉来看医生,结果一直给朱莉看病的医生休息,妈妈换了另外一位大夫,在讲明了病因、病状后,拍了一张X光片,果然还是老问题。接着医生就给朱莉开药方,并问妈妈朱莉是否有过敏症状等小问题,在得到否认答复后,给朱莉开了头孢曲松钠药液。妈妈看到医生开的药方,建议医生还是给朱莉换罗氏芬,因为以前朱莉都是用罗氏芬的。医生听了妈妈的话,笑着解释,罗氏芬就是头孢曲松钠,罗氏芬是药厂的商品命名,而头孢曲松钠是通用名。听到这样的解释,妈妈和朱莉才算明白了。

其实,这样的情况在生活中并不少见。药品的商品名是药品不同产地、不同药厂根据营销需要给自己的产品注册的名字,目的是好记、明了,而通用名则是指药品的主要化学成分,一般全世界都可通用,当然也是一长串的医学或化学专有名词。如果是一个对医学、化学专业知识不熟悉的人,很难记住那么长的名字。

在现在医药市场上,一药多名的情况非常普遍,

治疗同一疾病的多个商品名的药物其实药品成分都一样,比如通用名为对乙酰氨基酚的退烧药,在市场上就有百服宁、泰诺林、必理通等商品名。生活中很多人不知道这一点,连续吃了几种药名不同、成分却相同的药,不仅花了冤枉钱,还可能会因短时间内过量服用某种药物成分而造成不良反应。

药品的通用名和商品名的问题常出现在西药上,对于中药饮片或中成药,因其成分复杂,很难找出其中主要化学成分的通用名,一般都用商品名代替了。因此我们在购买药物,尤其是西药时一定要看准药物的通用名。下面介绍几种常见药物的通用名:

常用药物通用名



碘伏、强力碘(通用名:聚维酮碘溶液)

双氧水(通用名:过氧化氢溶液)

酒精(通用名:乙醇)

痢特灵(通用名:呋喃唑酮)

达克宁(通用名:硝酸咪康唑)

肠虫清(通用名:阿苯达唑)

灭滴灵(通用名:甲硝唑)

氟哌酸(通用名:诺氟沙星)