

对症下药

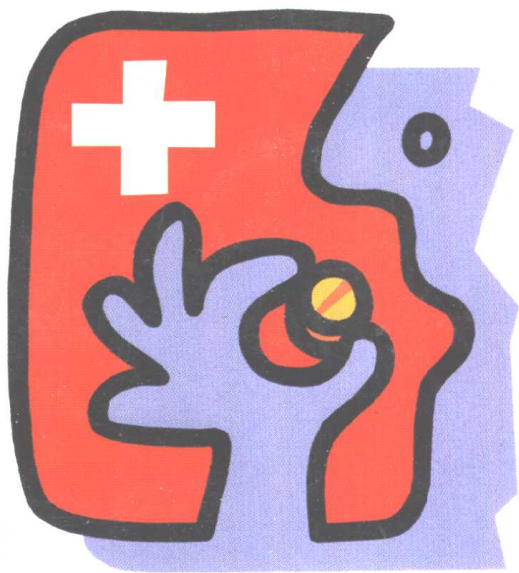
DUIZHENG XIA YAO



常见病非处方药优选及自疗指南

CHANGJIANBING FEICHUFANGYAO YOUXUAN JI ZILIAO ZHINAN

荆琳 编著



上海远东出版社

对症下药

常见病非处方药优选及自疗指南

荆 琳 编 著

上海遠東出版社

对症下药——常见病非处方药优选及自疗指南

编 著/ 荆 琳

策 划/ 新华书店上海发行所图书选题策划室

责任编辑/ 葛海萍

特约编辑·检索/ 廖 恬

装帧设计/ 周剑峰

版式设计/ 廖 恬

责任制作/ 晏恒全

责任校对/ 吴 敏

出 版/ 上海远东出版社

(200336)中国上海市仙霞路 357 号

<http://www.ydbook.com>

发 行/ 新华书店上海发行所

上海远东出版社

制 版/ 昆山亭林印刷厂

印 刷/ 昆山亭林印刷厂

装 帧/ 昆山亭林印刷厂

版 次/ 2001 年 12 月第 1 版

印 次/ 2001 年 12 月第 1 次印刷

开 本/ 850×1168 1/32

字 数/ 526 千字

印 张/ 20.25

印 数/ 1—10000

ISBN 7-80661-514-8

R·69 定价 30.00 元

序 言

最近 20 多年来,一个医疗保健中的概念——自我药疗逐渐为有关国际组织和各国政府所认同、接受,并使之为广大人民群众所认识,成为卫生保健体系中的重要组成部分。

什么是自我药疗?世界非处方药协会是这样描述的:“在没有医生或其他医务工作者的指导的情况下,恰当地使用非处方药物,用以缓解轻度的短期的症状及不适,或者用以治疗轻微的疾病。”

这就是说,当我们偶感不适或略患小恙时,可以通过恰当地使用相关的非处方药来进行“自我药疗”——缓解症状,治疗疾病。

我国的第一批非处方药目录是 1999 年 7 月正式公布的,并于 2000 年 1 月 1 日起执行《处方药与非处方药分类管理办法(试行)》,同时规定以绿色标识表示乙类非处方药,红色标识表示甲类非处方药(关于甲、乙的区分可参见本书附录一)。到 2001 年 5 月,又公布第一批非处方药乙类药目录和第二批非处方药目录,使得整个非处方药的数量急剧增加。

虽然,被国家列为非处方药的药品,其安全性、治疗效果等均通过专家的严格的论证,但是,对病家而言,真正能从数千种非处方药物中,对症下药选出最佳药物,并不是一件容易的事。所谓“是药三分毒”,从一个侧面说明了药物的安全性,只是一个相对概念。特别地,当病人同时患有几种疾病或正在使用某种其他药物时,某些原来“安全、高效”的非处方药,可能会变得低

效、无效甚至有害。以常用胃肠促动力药“吗叮啉”为例，就不宜用于心律失常患者，也不能和同样属于胃药的普鲁本辛、颠茄片等同时使用。前者会导致病情加重，后者会引起药物间的拮抗。

正是出于这样一种考虑，在积近 30 年的基层医疗保健工作经验的基础上，根据国家先后两次公布的非处方药目录，本书针对最常见的疾病，以病为经，以症为纬，**对症下药**，详细说明，帮助病家合理用药。

自我药疗只是自我治疗（自疗）中的一个组成部分，而在进行自我药疗的同时，佐以行之有效的辅助治疗方法（药物的、非药物的），以构成一个**自疗**的有机整体，往往能起到提高疗效，缩短病程的作用。所以本书对每个病例，都给出了一些简单可行的药物的或非药物的辅助疗法，以供病家自疗参考。这也是本书名中为什么带有“自疗”两字的主要原因。

任何疾病，事后治疗总是消极的，而事前预防才是积极的。故本书给预防疾病的方法留出了一定的笔墨，以期读者在浏览本书，获知如何使用非处方药及其他方法进行自疗的同时，增长预防疾病的知识，做到祛病于未然之中而健康长寿。

就非处方药而言，它具有较大的局限性，所以有些常见疾病，如高血压、糖尿病、青光眼等等，目前还没有非处方药可以治疗。故敬请患有这类疾病的读者，在注意保养的同时，遵医嘱用药，积极治疗，争取早日康复。

在编写本书时，我得到了许多工作在医疗卫生岗位上的专家、同仁和朋友的帮助和指导，上海新华书店发行所和远东出版社也给予了大力支持。在此，一并深表谢意。

虽然本书已尽量推敲周详，但限于水平，难免挂一漏万，还望各位方家不吝批评指正。

荆 琳

2001 年 11 月于上海



作者简介

荆琳，主治医师，执业医师。毕业于上海医科大学医疗系医学专业。1973年起从事基层医疗保健工作至今，在中西医结合治疗常见病、慢性病方面颇有心得，有关耳穴贴膏疗法的论文曾获上海市级优秀论文奖。

90年代中期，兼任《二轻工厂卫生报》编辑。

图书在版编目 (C I P) 数据

对症下药:常见病非处方药选及自疗指南/荆琳著.
上海:上海远东出版社,2001

ISBN 7-80661-514-8

I. 对... II. 荆... III. ①非处方药-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 (2001) 第 085583 号

内 容 简 介

本书针对目前客观存在的药物错用和滥用现象,以当前国家已公布非处方药为依据,从常见疾病出发,根据不同的症状,分症列举,给出不同的药方。特别对一些容易忽略的但会造成用药安全和疗效的问题,一一点明,使读者能够避开药物的毒副作用,优选药物,对症下药。除此之外,针对每一种疾病,本书都介绍了相关的预防方法和辅助疗法,以提高相应的预防和治疗效果。

本书附录资料新近、充实,是目前为止唯一完整收录我国两批非处方药目录,并以此指导科学用药的图书。故本书既可作为常见病自疗的指南,又可作为从事基层医疗保健或药品销售人员的参考读物。

NAU88/11

目 录

序言

一、内科常见病症

1. 普通感冒	1
2. 流行性感 冒	18
3. 气管—支 气管炎	27
4. 支气管哮 喘	36
5. 反流性食 管炎	45
6. 慢性胃炎	50
7. 消化不良	59
8. 消化性溃 疡	66
9. 上消化道 出血	75
10. 胃肠道功 能紊乱	81
11. 便秘	89
12. 腹泻	95
13. 病毒性肝 炎	102
14. 胆囊炎与 胆石症	108
15. 头痛	112
16. 失眠	118
17. 中风后遗 症	123
18. 低血糖症	128
19. 高血脂症	131
20. 骨质疏松 症	135
21. 营养不良	139
22. 锌缺乏症	144
23. 维生素 A 缺乏症	147
24. 维生素 B ₁ 缺乏症 (脚气病)	151
25. 维生素 B ₂ 缺乏症	154

26. 缺铁性贫血	159
27. 蛔虫病	166
28. 蛲虫病	170
29. 中暑	173
30. 晕动病	179

二、外科常见病症

1. 单纯疱疹	182
2. 带状疱疹	185
3. 扁平疣	190
4. 疖肿	193
5. 疥疮	200
6. 虫咬皮炎	203
7. 手足皲裂	206
8. 冻疮	211
9. 湿疹	216
10. 药物性皮炎	223
11. 荨麻疹	229
12. 脂溢性皮炎	236
13. 痤疮	242
14. 神经性皮炎	249
15. 皮肤瘙痒症	254
16. 股癣与体癣	259
17. 手癣与足癣	264
18. 烧伤与烫伤	269
19. 褥疮	274
20. 酒渣鼻	277
21. 痔疮	281
22. 肛裂	286
23. 骨关节病	292

24. 软组织损伤	298
25. 颈椎病	305
26. 肩周炎	309
27. 急性腰扭伤	315
28. 腰肌劳损	321
29. 脑震荡后综合征	325
30. 阳痿	329

三、五官科常见病症

1. 外耳道疖	338
2. 外耳道炎	344
3. 外耳湿疹	348
4. 老年性耳聋	355
5. 鼻炎	358
6. 鼻窦炎	370
7. 咽炎	374
8. 扁桃体炎	384
9. 牙周炎	393
10. 口腔溃疡	399
11. 麦粒肿	404
12. 睑缘炎	410
13. 溢泪	416
14. 结膜炎	421
15. 沙眼	426
16. 流行性角结膜炎	431
17. 春季结膜炎	436
18. 细菌性角膜溃疡	439
19. 白内障	442
20. 青少年假性近视	446

四、妇科常见病症

1. 功能失调性子宫出血	449
2. 痛经	459
3. 白带增多	468
4. 行经乳房胀痛	474
5. 更年期综合征	478
6. 妊娠反应	487
7. 习惯性流产	493
8. 产后便秘	498
9. 产后体虚	503
10. 产后腹痛	509
11. 霉菌性外阴炎	515
12. 滴虫性阴道炎	520
13. 外阴湿疹	524
14. 外阴瘙痒症	529
15. 避孕	536

附 录

一、处方药与非处方药分类管理办法（暂行）.....	543
二、第一批国家非处方药目录（西药部分）.....	545
三、第一批国家非处方药目录（中药部分）.....	560
四、第二批国家非处方药目录（西药部分）.....	568
五、第二批国家非处方药目录（中药部分）.....	586

一、内科常见病症

1. 普通感冒

普通感冒大多是由各种不同的病毒（如鼻病毒、冠状病毒、腺病毒、呼吸道合胞病毒等）引起的上呼吸道感染，一年四季均可发生于各年龄组，主要表现为：发热、头痛、打喷嚏、鼻塞、流鼻涕、咳嗽、全身酸痛以及咽部干燥疼痛、听力减退、声音嘶哑等。中医认为：感冒是风寒或风热之邪侵犯人体肌表所致，需以解表法辨证施治。

【症状一】发热头痛、四肢乏力、畏寒无汗、流清鼻涕、咳嗽白痰、舌苔薄白等。

【处方一】泰诺感冒片 口服：成人及 12 岁以上儿童每 6 小时服用 1~2 片；6~12 岁儿童每 6 小时服用 1 片。

可选用的同类或同种药品：日夜百服宁，白加黑感冒片，对乙酰氨基酚凝胶。

【说明】

（1）主要成分：对乙酰氨基酚、盐酸伪麻黄碱、氢溴酸右美沙芬、马来酸氯苯那敏。

（2）剂型与剂量：片剂：每片含对乙酰氨基酚 325mg、盐酸伪麻黄碱 30mg、氢溴酸右美沙芬 15mg、马来酸氯苯那敏 2mg。

（3）作用与用途：能缓解感冒引起的头痛、发热、打喷嚏、

鼻塞、流涕、流泪、咽喉痛、咳嗽等症状。主要用于感冒及上呼吸道感染过敏。

(4) 不良反应：偶见头晕、皮疹、倦怠现象。

(5) 用药注意：

- 孕妇、哺乳期妇女及 6 岁以下儿童不宜使用；
- 24 小时内成人服用不得超过 8 片；儿童服用不得超过 4 片；
- 本品有轻度嗜睡作用，驾驶员、机器操作工及高空作业者慎用；

- 高血压、心脏病、甲状腺疾病、糖尿病、青光眼、哮喘、肺气肿及长期慢性咳嗽有粘痰者或前列腺肥大有排尿困难者，应在医生的指导下使用；

- 服药期间应避免饮用含酒精的饮料。

【处方二】布洛伪麻胶囊 口服：成人每次 1 粒或遵医嘱，24 小时用量不超过 6 粒，饭后服用。1 日 3 次。连续服药不得超过 7 天。

可选用的同类或同种药品：得尔，布洛伪麻片。

【说明】

(1) 主要成分：布洛芬、盐酸伪麻黄碱。

(2) 剂型与剂量：胶囊剂：每粒含布洛芬 200mg，盐酸伪麻黄碱 30mg。

(3) 作用与用途：具有解热，镇痛，抗炎以及消除鼻咽部黏膜的充血、肿胀的作用。适用于治疗因感冒引起的发热、头痛、四肢酸痛、鼻塞、流涕等症状。

(4) 不良反应：可有轻度头晕、心悸、口干、胃部不适、恶心、食欲不振等反应，停药后消失。

(5) 用药注意：

- 孕妇、哺乳期妇女、老年人慎用；
- 心脏病、高血压、甲状腺功能亢进、糖尿病、青光眼、肺气肿等引起的呼吸困难、前列腺肥大伴有排尿困难者不宜使用；

- 应避免与降压药、抗忧郁药以及酒精类饮料同时服用;
- 对本品过敏者及因服用阿司匹林和其他非甾体抗炎药诱发血管性水肿、哮喘或鼻息肉者禁用。

【处方三】美沙芬片 口服: 成人每次 15~30mg; 2~6 岁儿童每次 2.5~5mg; 6~12 岁儿童每次 5~10mg。1 日 3 次。

可选用的同类或同种药品: 美沙芬缓释片, 美沙芬胶囊, 美沙芬糖浆剂, 美沙芬颗粒剂, 美沙芬口服溶液剂。

【说明】

(1) 主要成分: 右美沙芬。

(2) 剂型与剂量: 片剂: 每片 15mg; 缓释片: 每片 30mg; 胶囊剂: 每粒 15mg; 糖浆剂: 每 100ml 糖浆含 100~200mg; 颗粒剂: 每 5g 颗粒含 15mg; 口服溶液剂: 每 5ml 溶液含 10mg。

(3) 作用与用途: 具有很强的镇咳作用, 口服吸收良好, 服药后 15~30 分钟起效, 作用可持续 3~6 小时。适用于各种原因引起的干咳。

(4) 不良反应: 偶有头晕、头痛、困倦、食欲不振、便秘等反应。

(5) 用药注意:

- 孕妇、肝或肾功能不良者、驾驶员、高空作业者慎用;
- 应按规定的剂量服用, 过量用药时会产生呼吸抑制;
- 痰多的病人应与祛痰药合用;
- 对本品过敏者、有精神病史者、呼吸困难者及哮喘样咳嗽者禁用。

【处方四】复方甘草合剂 口服: 成人每次 5~10ml。1 日 3 次。

可选用的同类或同种药品: 复方甘草片。

【说明】

(1) 主要成分: 甘草流浸膏、酒石酸锑钾、复方樟脑酊、亚硝酸乙酯酊、甘油。

(2) 剂型与剂量：片剂：每片含甘草浸膏 100mg，阿片粉 1.8mg，酒石酸锑钾 1mg，樟脑 2mg，八角茴香油 0.002ml；合剂：每 500ml 含甘草流浸膏 60ml，酒石酸锑钾 0.12g，复方樟脑酊 60ml，亚硝酸乙酯酯 15ml，甘油 60ml。

(3) 作用与用途：具有镇咳、祛痰的作用。适用于上呼吸道感染、咳嗽和急性支气管炎初期。

(4) 不良反应：少数患者可有头晕、面部潮红等过敏反应。

(5) 用药注意：

- 对本品过敏者慎用；
- 本品的片剂有极高的吸潮性，应密封、干燥保存。

【处方五】荆防冲剂 温开水冲服：成人每次 15g，1 日 3 次。

可选用的同类或同种药品：荆防感冒片。

【说明】

(1) 主要成分：荆芥、防风、羌活、独活、柴胡、前胡、川芎、枳壳、茯苓、桔梗、甘草。

(2) 剂型与剂量：颗粒冲剂：每袋 15g。

(3) 作用与用途：具有发汗解表、散风渗湿、开肺祛痰的作用。主治风寒感冒、头痛畏寒、鼻塞清涕、咳嗽白痰。

(4) 不良反应：未见有关报道。

(5) 用药注意：

- 糖尿病患者忌用；
- 风热感冒者不宜服用。

【处方六】风寒感冒冲剂 温开水冲服：成人每次 8g，1 日 3 次。

【说明】

(1) 主要成分：麻黄、葛根、紫苏叶、防风、桂枝、白芷、陈皮、苦杏仁、桔梗、甘草、干姜。

(2) 剂型与剂量：颗粒冲剂：每袋 8g。

(3) 作用与用途：主要具有发汗解表、疏风散寒、止咳平喘的作用。用于风寒感冒、头痛发热、鼻塞流涕、怕冷咳嗽等。

(4) 不良反应：未见有关报道。

(5) 用药注意：

- 糖尿病患者忌用；
- 高血压、心脏病患者不宜服用；
- 服药后出汗时应多饮白开水，汗多时停服。

【处方七】参苏片 口服：成人每次3~5片；1日2~3次。

可选用的同类或同种药品：参苏丸（水丸），参苏胶囊，参苏颗粒冲剂。

【说明】

(1) 主要成分：党参、紫苏叶、葛根、前胡、茯苓、半夏（制）、陈皮、枳壳（炒）、桔梗、甘草、木香。

(2) 剂型与剂量：片剂。

(3) 作用与用途：具有清热消炎、疏风散寒、化痰止咳的作用。用于体弱感冒、怕冷发热、头痛鼻塞、咳嗽痰多、四肢乏力、胸闷恶心等上呼吸道感染及急性支气管炎的治疗。

(4) 不良反应：未见有关报道。

(5) 用药注意：

- 风热感冒及体质健壮者忌服；
- 服药期间忌食生冷油腻的食品。

【处方八】通宣理肺口服液 口服：成人每次20ml；儿童减半或用1/3成人量。1日2~3次。

可选用的同类或同种药品：通宣理肺丸（浓缩丸、大蜜丸），通宣理肺颗粒（伤风咳嗽冲剂），通宣理肺膏，通宣理肺胶囊。

【说明】

(1) 主要成分：紫苏叶、前胡、桔梗、苦杏仁、麻黄、甘草、陈皮、半夏（制）、茯苓、枳壳（炒）、黄芩。

(2) 剂型与剂量：口服液：每支10ml。

(3) 作用与用途：具有解表散寒、化痰止咳的作用。用于感冒发热、怕冷无汗、头痛咳嗽、咯痰不畅、鼻流清涕、四肢酸痛等。

(4) 不良反应：未见有关报道。

(5) 用药注意：

- 风热感冒及阴虚咳嗽者忌服；
- 高血压、心脏病患者慎用；
- 服药期间忌食生冷油腻的食品。

【处方九】感冒清热颗粒（冲剂） 开水冲服：成人每次 12g。
1 日 2 次。

可选用的同类或同种药品：感冒清热口服液，感冒清热胶囊。

【说明】

(1) 主要成分：荆芥穗、薄荷、防风、柴胡、紫苏叶、葛根、桔梗、苦杏仁、白芷、苦地丁、芦根。

(2) 剂型与剂量：颗粒冲剂：每袋 12g；无糖型颗粒冲剂：每袋 6g。

(3) 作用与用途：具有散风解表、清热生津、止咳化痰的作用。主治感冒风寒、发热头痛、畏寒流涕、咳嗽咽干。

(4) 不良反应：未见有关报道。

(5) 用药注意：

- 风热感冒或脾弱便溏者不宜服用；
- 糖尿病患者应选用无糖型颗粒冲剂；
- 身体虚弱常有虚汗者慎用。

【处方十】蛇胆陈皮口服液 口服：成人每次 10ml。1 日 3 次。

可选用的同类或同种药品：蛇胆陈皮胶囊，蛇胆陈皮片，蛇胆陈皮散，蛇胆陈皮液。

【说明】

(1) 主要成分：蛇胆汁、陈皮。