

家庭 用药必读

主编 | 冯国旗



 人民軍醫出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



家庭用药


JIATING YONGYAO

BIDU

必读

主编 冯国旗

编者 李尔娜 黄兴文 樊玉敏

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭用药必读/冯国旗主编. —北京: 人民军医出版社, 2008.11

ISBN 978-7-5091-2138-2

I. 家… II. 冯… III. ①药物—问答②用药法—问答 IV. R97-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 153423 号

策划编辑: 张 田 路 弘 张忠丽 文字编辑: 崔玲君 责任审读: 周晓洲

出 版 人: 齐学进

出版发行: 人民军医出版社

经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927270; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300-8225

网址: www.pmmp.com.cn

印刷: 京南印刷厂 装订: 桃园装订有限公司

开本: 710mm×1010mm 1/16

印张: 20.25 字数: 293 千字

版、印次: 2008 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001~4000

定价: 39.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

内容提要

本书以问答的形式，系统地介绍了药物不良反应、禁忌证、假劣药品的简易鉴别、处方药、非处方药、药源性疾病及国家基本医疗保障用药目录、特殊药品的概念、国家有关药品管理的政策规定，还就老年人、儿童、孕妇等特殊人群的用药注意事项和部分常见病、多发病的单方、验方和偏方做了特别说明。本书通俗易懂，内容实用，可供所有关注自身及家人用药安全的读者参考阅读。

前 言

药品作为一种特殊的商品，与我们每个人都息息相关。社会在发展，人们的健康及安全用药意识随之日益增强。特别在我国推行药品分类管理、不断加大非处方药的实施力度，人们自我药疗的意识趋于日常化、社会化。为确保您的家庭用药更合理、更安全、更有针对性，我们编写了这本书。

任何药品都具有两重性，合理应用才能造福患者；不合理用药不仅浪费资源，贻误治疗，还可造成不良反应，危害患者。本书重点介绍药品的有关名词、基本概念、药品的不良反应、药源性疾病及药品的正确使用方法，易学易懂，简明适用，真正是您家庭用药的好帮手。

由于医药科技不断发展，药品信息也随之不断变化，书中如有不妥之处，恳请广大读者批评指正，以便再版时改正，同时也希望读者在用药时能仔细阅读药品使用说明书，并在咨询相关医师后使用。

编 者

2008年4月

目 录

- 1 哪些常用口服药对营养素有影响 / 1
- 2 服西药也需忌口吗 / 2
- 3 服药期间的饮食配餐需要合理搭配吗 / 3
- 4 服药时需要注意饮食调理吗 / 4
- 5 哪几类药品不宜用热水送服 / 9
- 6 哪些药品怕“吃醋” / 9
- 7 服利尿药应忌食哪些食物 / 10
- 8 服药者能吸烟吗 / 10
- 9 酒、药同食有禁忌吗 / 12
- 10 镁是心脑血管的“保护伞”吗 / 13
- 11 服药与吃饭、睡觉之间的关系是什么 / 13
- 12 常用的祛痰药及其使用方法是什么 / 15
- 13 止咳祛痰如何选用西药 / 15
- 14 小儿可选的镇咳药有哪些 / 16
- 15 常见药物副作用的自我处置方法有哪些 / 17
- 16 常用口服药物不同剂型的正确使用方法有哪些 / 18
- 17 如何正确使用滴鼻剂与喷鼻剂 / 20
- 18 舌下含服药物适用于哪些疾病 / 20
- 19 有合并症的高血压患者如何选择降压药 / 21
- 20 如何合理应用降糖药 / 23

目 录

- 21 如何挑选止痒药 / 25
- 22 哪些药物可引起声音嘶哑 / 26
- 23 哪些药物易引起腹痛 / 27
- 24 哪些药物易导致误诊 / 28
- 25 哪些药物可致检验结果异常 / 29
- 26 哪些药物可致尿液和粪便变色 / 31
- 27 哪些药物易引起胃病 / 32
- 28 不谨慎用药会影响驾驶安全吗 / 33
- 29 哪些药物会影响毛发生长 / 34
- 30 哪些药物可引起肝损害 / 35
- 31 哪些药物能引起变态反应 / 36
- 32 哪些药物会影响生殖功能 / 38
- 33 哪些药物有损胎儿健康（孕妇禁用） / 40
- 34 哪些药物乳母忌用 / 42
- 35 哪些药物哺乳期妇女要慎用与禁用 / 43
- 36 哪些药物可引起女性异常溢乳 / 45
- 37 哪些常用药物可影响视力 / 47
- 38 哪些药物可引起药源性眼病 / 48
- 39 哪些药物前列腺增生者要忌用 / 49
- 40 哪些药物可诱发脑血管病 / 49

目 录

- 41 药物诱发的感染有哪些 / 50
- 42 哪些药物容易诱发水肿 / 52
- 43 哪几种药物能引起猝死 / 54
- 44 怎样慎防药源性晕厥 / 55
- 45 如何警惕“药源性癌症” / 56
- 46 如何警惕药源性高血糖 / 57
- 47 如何警惕药源性低血糖 / 58
- 48 如何警惕药源性低血压 / 59
- 49 如何警惕药源性低钙血症 / 60
- 50 哪些药物可能引起心肌疾病 / 61
- 51 哪些药物可致血液系统疾病 / 62
- 52 哪些药物可引起药源性嗜酸粒细胞增多症 / 64
- 53 哪两类药哮喘患者需禁用 / 65
- 54 哮喘用药的讲究是什么 / 66
- 55 哪些药物易致结石性肾损害 / 67
- 56 哪些药物可致胆结石 / 69
- 57 哪些药物可能引起营养不良 / 70
- 58 哪些药物可能导致不育 / 71
- 59 哪些药物可能诱发骨质疏松 / 72
- 60 哪些药物可能引发红斑狼疮 / 73

目 录

- 61 哪些药物致便秘 / 73
- 62 哪些降血压药影响血脂 / 75
- 63 哪些药物可引起药源性精神与神经损害 / 76
- 64 服用地西洋需注意哪五点 / 77
- 65 哪些药可引起失眠 / 78
- 66 怎样合理使用激素软膏 / 79
- 67 激素引起的视觉功能障碍有哪些 / 80
- 68 如何正确使用解热镇痛药 / 81
- 69 如何正确应用减肥药 / 82
- 70 如何选择胰岛素及其制剂 / 84
- 71 硝酸甘油最有效的使用方法是是什么 / 85
- 72 哪些药蚕豆病病人不能服用 / 86
- 73 我们需要知道哪些非处方药知识 / 86
- 74 老年人、小儿、孕妇使用非处方药应注意什么 / 88
- 75 有关国家基本医疗保险药品目录的政策性规定有哪些 / 89
- 76 常见病药浴方有哪些 / 90
- 77 西洋参的服法有哪些 / 91
- 78 硫黄如何治汗斑 / 92
- 79 藿香正气水有哪些新用 / 92
- 80 如何科学服用中药 / 93

目 录

- 81 中药祛苦有哪六法 / 93
- 82 煎药要诀是什么 / 94
- 83 几种药引的特殊作用是什么 / 95
- 84 哪些儿童不宜注射预防针 / 97
- 85 与以往不同的疫苗有哪些 / 98
- 86 如何接种狂犬病疫苗 / 99
- 87 预防接种的家庭护理方法有哪些 / 100
- 88 常用疫苗的种类有哪些 / 101
- 89 我们要了解哪些关于接种流感疫苗的问题 / 102
- 90 预防接种后的反应有哪些类型 / 104
- 91 什么是分子病与分子药物 / 105
- 92 哪些药不宜合用维生素 / 106
- 93 何时服用胃药最佳 / 107
- 94 择时给药效果会更佳吗 / 108
- 95 哪些药物的起效时间需要特别提醒 / 110
- 96 哪些药物服用时间需特别注意 / 111
- 97 妊娠期如何应用抗菌药物 / 113
- 98 补钙先要懂得钙吗 / 114
- 99 妇女一生中有哪四个时期容易发生缺钙 / 114
- 100 老年人补钙八大问是什么 / 115

目 录

- 101 如何采用中药外治痛风性关节炎 / 117
- 102 具有光敏感的常用药物有哪儿类 / 118
- 103 什么是药物“反跳”现象 / 119
- 104 什么是抗菌药的时间依赖与剂量依赖 / 122
- 105 我们要了解哪些有关药品质量与用药的概念 / 123
- 106 药品说明书中的慎用、忌用与禁用的含义是什么 / 130
- 107 有关“特殊药品”的概念是什么 / 130
- 108 我们要了解哪几个药品名称含义 / 131
- 109 药物的复方与复合的异同是什么 / 132
- 110 一字之差的药名有哪些 / 133
- 111 如何鉴别假劣药品 / 136
- 112 哪些药忌用一次性注射器 / 152
- 113 家庭成员在常用药物中毒时如何诊断及救护 / 153
- 114 家庭用药的误区有哪些 / 154
- 115 家庭自我用药要注意哪几点 / 155
- 116 什么是好药 / 161
- 117 久储陈药能用吗 / 162
- 118 吃药要讲究哪“六先六后” / 163
- 119 贴膏药要注意什么 / 164
- 120 毒品知多少 / 165

目 录

- 121 性别对心血管类药物作用有影响吗 / 167
- 122 海拔高度影响药物疗效吗 / 169
- 123 哪些中西药不能合用 / 170
- 124 能经常输液吗 / 171
- 125 儿童用药成人化的负面影响有哪些 / 172
- 126 儿童用药剂量的折算方法是什么 / 173
- 127 儿童用药有哪六大误区 / 174
- 128 儿童能这样服药吗 / 176
- 129 有哪些维生素能缓解头痛 / 177
- 130 风油精有哪些妙用 / 177
- 附录 A 部分非处方中成药药品选用介绍 / 179
- 附录 B 部分非处方西药选用说明 / 201
- 附录 C 常见疾病单、验方介绍 / 256

1 哪些常用口服药对营养素有影响

患有慢性病的病人需要长期服用药物，但某些药物会影响人体对营养素的吸收或代谢，导致营养不良，影响健康。

(1) 抗生素对营养素的影响：青霉素长时间使用可引起低血钾；头孢菌素类对肾脏有损害，并可引起低血钾及胃黏膜损伤，导致维生素 K 缺乏；庆大霉素长期服用，可致低钾血症，钙、镁吸收下降，维生素 K 合成减少；四环素类抗生素（如四环素、金霉素、多西环素等）可以与某些元素（如铜、铁、锌、锰、钴、钙、镁等）结合形成不易被吸收的化合物，降低机体对药物及营养素的吸收。牛奶中含这些元素较多，所以服四环素类药时不宜饮用牛奶；新霉素连续服用后会引起大便中脂肪、氮、钠、钙、钾排出增加，并有维生素 B₁₂、铁、乳糖、蔗糖吸收不良；氯霉素可引起缺铁性贫血，降低叶酸、维生素 B₁₂ 水平，导致巨幼细胞贫血；甲氧嘧啶可导致叶酸缺乏，长期服用可导致巨幼细胞贫血，血小板和白细胞下降，所以用药时应定期检查血象。

(2) 抗酸药对营养素的影响：氢氧化铝可形成磷酸铝而与肠道内磷酸结合，从肠道排出增加，从而呈低磷血症及高钙尿症，引起骨骼疼痛；碱性抗酸药可破坏硫胺素，使之缺乏。并可与铁结合形成不溶解的化合物，而影响铁的吸收，所以服药时应避免与铁剂同时服用。

(3) 抗结核药对营养素的影响：异烟肼可引起维生素 B₆ 缺乏而致神经炎，服维生素 B₆ 可缓解；异烟肼与利福平可干扰维生素 D 的正常代谢，降低机体对钙的吸收；对氨基水杨酸能影响黏膜运输机制，减少肠黏膜双糖酶，使叶酸、维生素 B₁₂、脂肪、木糖的吸收受限。如每日 8 克，连续服用超过 1 年，可出现维生素 B₁₂ 吸收不良。若每日大于 10 克则会引起巨幼细胞贫血，停药后贫血可愈。

(4) 抗肿瘤药物对营养素的影响：环磷酰胺能影响脂肪吸收，使患者发生脂肪泻；甲氨蝶呤会影响维生素 B₁₂、脂肪、胡萝卜素的吸收；普卡霉素可引起低钙血症，因为其有抑制维生素 D 的作用，降低机体对钙的吸收，抑制副甲状腺素的分泌。

综上所述，合理使用各种药物，以保障机体对营养素的吸收利用。

2 服西药也需忌口吗

忌口，指的是在服药期间要避免吃某些食物。研究证明，有些食物会使药物的作用增强，有些食物会减弱药物的作用，有些食物甚至会使药物的毒性增强或产生毒性，因此，在服药期间要注意饮食禁忌。

服中药需要忌口是人们所熟知的，但服西药时的忌口却往往被人们忽略。西药需要忌口的有以下药物：

(1) 服异烟肼时，忌食鱼类。鱼类中含有大量的组氨酸，组氨酸在肝脏的作用下变为组胺，组胺又在二胺氧化酶作用下生成醛。异烟肼可抑制二胺氧化酶，使组胺不能生成醛而在体内蓄积，发生中毒反应，出现头痛、头晕、结膜充血、皮肤潮红、心悸、面部麻胀等症状。另外，服异烟肼时还要注意不能饮酒、不能吃甜食。

(2) 服用帕西林和苯乙肼等药时，忌食鸡肝、鱼、酸奶、巧克力、奶酪、牛肉、香肠、豆腐、扁豆及酒，否则会引起血压升高，甚至引起高血压危象和脑出血。

(3) 服磺胺类药物和碳酸氢钠时，忌食茶、醋及酸性水果、肉类、禽类、蛋类和糖，否则，这两类药物的药效会被降低。

(4) 服螺内酯、氨苯蝶啶和补钾时，忌食香蕉、香椿芽、菠菜、紫菜、海带、花生、土豆、橘子、葡萄干、鱼等，这些食物含钾量高，易引起高钾血症，出现胃肠痉挛、腹胀、腹泻及心律失常。

(5) 服用土霉素和四环素药物时，忌食牛奶及奶制品、豆制品、骨头汤、海带、紫菜、芥菜等，这类食物含钙丰富，能与药物结合成一种牢固的络合物，从而破坏食物的营养成分，降低药物的消炎作用，达不到治疗效果。

(6) 服降血糖药、镇静药、安神药、催眠药和呋喃唑酮时应忌酒，以免引起低血糖昏迷或抑制中枢神经系统而导致死亡。

(7) 服左旋多巴时，忌食动物肝肾、肉类、蛋类、鱼类、豆类、奶制品、酵

母、谷麦胚芽及其他高蛋白食物和含维生素 B₆ 的食物。

(8) 服多酶片、胃蛋白酶、胰酶、淀粉酶等消化酶类药物时，忌食猪肝和浓茶，因为它们可使酶制剂变性而失去活性。

(9) 服氨茶碱等茶碱类药物时，忌食牛肉、鸡蛋、奶制品等高蛋白食物，以免降低药物疗效。

(10) 服维生素 C 时，忌食猪肝。因猪肝中含有丰富的铜，铜会使维生素 C 氧化而失效。

(11) 服维生素 K 时，忌食富含维生素 C 的山楂、鲜枣、茄子、番茄、橘子、柠檬等，因为维生素 C 可分解和破坏维生素 K，减弱其药效。

(12) 服硫酸亚铁等铁剂时，忌食茶、花生、葵花子、核桃，因为它们中所含的鞣酸可使人体对铁剂的吸收显著减少。

(13) 服红霉素、甲硝唑、西咪替丁时，忌食牛奶、豆类及豆制品、骨头汤、黑木耳、海带、紫菜、黄花菜等富含钙离子和镁离子的食物，因为它们能延缓或减少机体对药物的吸收。

(14) 服阿司匹林、布洛芬时，忌食甜食，因为糖能抑制这类药物在人体内的吸收。

3 服药期间的饮食配餐需要合理搭配吗

国内外药理学专家研究证明，服药期间的配餐是否合理对疗效有很大影响。搭配合理，可促进药物的吸收，增强药效，减少或避免不良反应的发生；如搭配不当，则会降低药效，甚至产生毒副作用。

服用脂溶性药物（维生素 A、维生素 D、维生素 E）时，应进食脂肪类食物，可促进药物的吸收。

服用维生素 D 时，应多食含钙质食物，如鸡蛋黄、牛奶、豆制品等，以促进骨骼生长。

服用铁剂（硫酸亚铁、富马酸亚铁等）时，应多食富含维生素 C 的蔬菜和水果，以增加铁盐的溶解度，有利于吸收。但不能与茶同服，茶会阻碍铁离子

的吸收。

服用保泰松期间，应忌盐，尽量吃低盐或无盐食物，可以减轻保泰松引起的水肿和血压升高。

服用可的松药时，应多吃高蛋白食物，如奶酪、脱脂奶粉、牛肉、鸡肉、花生、大豆等，以减少和防止可的松类药物引起的促进蛋白质分解，抑制蛋白质合成的副作用。

服用甲状腺素时，应多食含钙质食物，如牛奶、豆制品、黑木耳、海带、芹菜等；多吃含磷的食物，如花生、核桃仁、葵花子及水产品。

服用利尿药时，要多吃些含钾的食物，如葡萄、橘子、香蕉、杏肉、西瓜等，以补充体内钾的不足。要进低盐饮食，可提高药物的利尿效果。

服用灰黄霉素时，要多食高脂肪性食物。因为灰黄霉素主要在十二指肠吸收，高脂肪食物能延缓胃排空、促进胆汁分泌，而增加药物的吸收。

服用左旋多巴时，应少食高蛋白食物。因为高蛋白食物在肠内产生大量阻碍该药物吸收的氨基酸，使药效明显下降。

服用呋喃妥因、四环素类、乌洛托品时，应多吃偏酸性食物，如肉、鱼、鸡、面包、玉米、扁豆等，这样可提高尿液的有效浓度，增强药物的抗菌效果。

服用驱虫药物后，应多吃纤维素较多的蔬菜，如萝卜、黄瓜、莴苣、叶类菜、海藻类等，以增加肠蠕动，促使虫体随粪便排出。

服用胃蛋白酶合剂时，应多食酸性食物，如富含维生素 C 的水果、酸性果汁、饮料、食醋等，可提高胃液酸度，增强疗效。

服用苯巴比妥和苯妥英钠期间，应多吃含维生素 D 的食品，如牛奶、鸡蛋、动物肝等，同时还应适当补充钙剂。

服用避孕药物期间，应多食富含叶酸和维生素 B₆ 的食物，如绿叶蔬菜、肝、肾、蛋黄、豆类等。

4 服药时需要注意饮食调理吗

许多药物的药效会受食物的影响。饮食配合得当，可增强药效；饮食配合不

当，可使药效下降，甚至发生毒副作用。

一般来说，食物在胃肠道里就像一道“屏障”，阻碍药物的吸收。因此，饭前（饭前半小时左右）服药，要比饭后服药（饭后 15~30 分钟）效果好得多。

事实上，大多数药物在空腹时用水服下，可以快速而充分发挥作用，不过，也有一些药物如阿司匹林、吲哚美辛（消炎痛）等需要在饭后服用，这样可以减轻药物对胃肠道的刺激。有些药物在饭后服用，还能使药效增强。这是因为胃液能促进药物的分解，使它进入小肠后迅速被血液吸收，并送往全身各处。

凡不指明用药时间的药品，均可在饭后服用。一般来说，服用下列药物，要特别注意调理饮食。特别是长期、大量服用时，更应注意。

（1）**抗生素**：用抗生素治疗尿路感染时，尿液酸碱度对药物有很大影响。四环素、多黏菌素、新生霉素、氨苄西林、呋喃坦啶、环丝氨酸等抗菌药物，在酸性尿液中的杀菌、抑菌作用增强。故应用这些药物时，应多吃酸性食物。

所谓酸性食物是指含硫、磷、氯等矿物质较多的食物，如肉类、鱼、蛋、谷类、豆类等。

而链霉素、红霉素、庆大霉素、卡那霉素、氯霉素、头孢菌素、磺胺类药物，则在碱性尿液中药效增强，故用这些药物时，宜少吃酸性食物，多吃碱性食物。

所谓碱性食物是指含钾、钠、钙、镁等矿物质较多的食物，它们在体内的最终代谢物常呈碱性，如蔬菜、水果、乳类等。

考虑到抗生素对胃肠道的副作用，主要是由于胃肠道内菌群比例失调所致，法国里尔大学推荐补充含有双歧杆菌的酸奶。服用抗生素的患者，每次服用抗生素时，可饮一杯酸奶，既能治病，又可以减轻抗生素的副作用，促进食物消化。

常用的抗生素，如四环素、金霉素、土霉素、多西环素等，在与钙、镁、铁、铜、钴、锰、锌等相遇时，可形成不能被吸收的化合物。因此，在使用这些抗生素时，忌牛奶、动物肝脏，少吃海产品、豆类等。

高脂肪饮食能明显影响红霉素的吸收，使其生物利用率仅为空腹时的 28%。因为高脂肪饮食延长胃排空时间，使红霉素长期与胃酸接触、破坏，故宜空腹服用。四环素、青霉素也应在饭前服用。

（2）**磺胺类药物**：医生在给予患者磺胺类药物治疗的同时，常建议使用碳酸