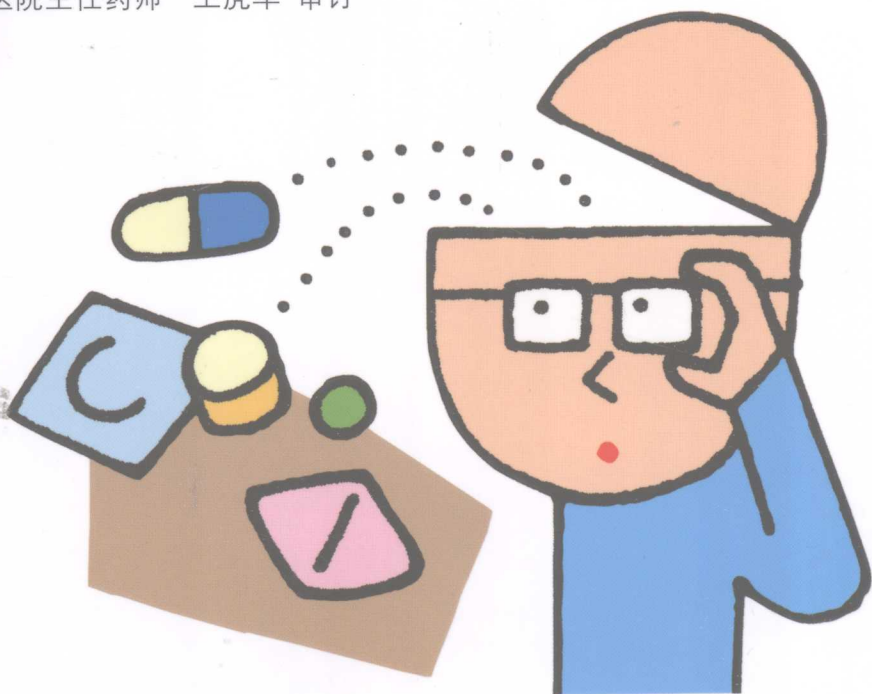


这样吃药 最有效

薬の?がわかる本

〔日〕森川明信 监修 贾黎黎 译

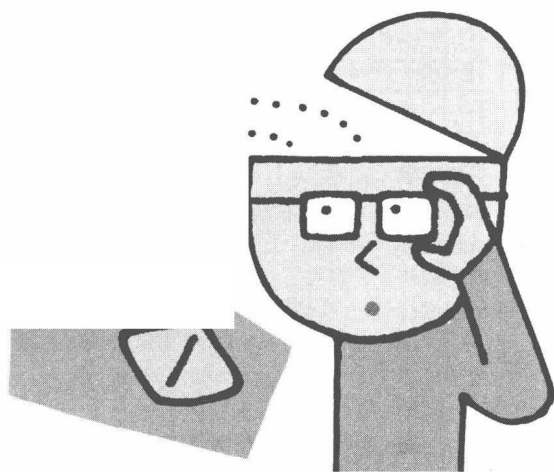
北京军区总医院主任药师 王虎军 审订



这样吃药 最有效

薬の?がわかる本

图书馆
章



南海出版公司

2010·海口

图书在版编目(CIP)数据

这样吃药最有效 / [日] 森川明信监修; 贾黎黎译.
海口: 南海出版公司, 2009.11
ISBN 978-7-5442-4567-8
I. 这… II. ①森…②贾… 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 (2009) 第 193028 号
著作权合同登记号 图字: 30-2008-244

KUSURI NO HATENA GA WAKARU HON
© SHUFU-TO-SEIKATSUSHA CO., LTD. 2004

Originally published in Japan in 2004 by SHUFU-TO-SEIKATSUSHA CO., LTD..
Chinese translation rights arranged through DAIKOUSHA Inc., KAWAGOE.
ALL RIGHTS RESERVED.

ZHEYANG CHIYAO ZUIYOUXIAO
这样吃药最有效

监 修	[日] 森川明信	审 订	王虎军
译 者	贾黎黎		
责任编辑	崔莲花	特邀编辑	冯静楠
丛书策划	新经典文化 www.readinglife.com		
装帧设计	新经典工作室·崔振江		
内文制作	王春雪		
出版发行	南海出版公司	电话 (0898) 66568511	
社 址	海口市海秀中路 51 号星华大厦五楼	邮编 570206	
电子邮箱	nanhaicbgs@yahoo.com.cn		
经 销	新华书店		
印 刷	三河市三佳印刷装订有限公司		
开 本	710 毫米 × 930 毫米 1/16		
印 张	12.5		
字 数	120 千		
版 次	2010 年 1 月第 1 版 2010 年 1 月第 1 次印刷		
印 数	1-12000		
书 号	ISBN 978-7-5442-4567-8		
定 价	25.00 元		

南海版图书 版权所有 盗版必究

目录



Part1 正确的服药方法

如果忘了服药，可以事后补上吗？	2
如果服药总不见好，可以加大药量吗？	3
药片可以弄碎后服用吗？	5
如果不小心服药过量怎么办？	6
不小心口服了栓剂怎么办？	7
为什么药物要用水送服？	8
为什么要用温水送服药物？	9
可以躺着服药吗？	9
饭前、饭后和饭间服药分别指在什么时间服药？	10
规定饭前服用的药物可以饭后服用吗？	12
如果没吃饭，是不是就不需要服用降糖药？	13
中药能在饭后服用吗？	14
为什么要按时服药？	14
一天服用一次的药物在什么时候服用都行吗？	16
病好了是不是就不用再服药了？	17
降压药需要终身服用吗？	17
咳嗽时一定要用止咳剂吗？	19

如何正确使用吸入药？	20
服用过了保质期的药物会有什么危险？	21
闪了腰后应该热敷还是冷敷？	23
滴1滴眼药水就够了吗？	24
滴眼药水有窍门吗？	24
使用外用药要注意什么？	25
如何正确使用滴耳药？	26

Part2 药物是怎样治病的

药物为什么能够治疗“心病”？	30
没有抑郁症的人服了抗抑郁药物后会怎么样？	31
人体会制造“毒品”吗？	32
安慰剂可以治病吗？	33
让人对酒产生厌恶情绪的药物可以治疗酒精依赖症吗？	34
用药物可以戒烟吗？	35
有的药物用糯米纸包着服用会失去功效吗？	36
即便是相同的药物，也会对有的人有效，对有的人无效吗？	38
不在规定时间服药，药效会受到影响吗？	39
过量饮酒会影响药效吗？	41
药物不容易对抽烟的人起作用吗？	42
阿司匹林是一种什么样的药物？	43
胖人应该增大药量吗？	43
口服药是怎样治疗皮肤病的？	45
哪些疾病适合用中药治疗？	45
令抗生素失效的耐药菌是什么？	46
β -胡萝卜素真的对癌症有效吗？	48

Part3 药物的副作用

所有药物都会产生副作用吗?	52
什么是副作用?	52
药物副作用的发生率用哪些词表示?	54
副作用容易发生在哪些人身上?	56
类固醇药物的副作用较大, 可以不用这种药物吗?	56
正确服用苯二氮革类药物也会患药物依赖症吗?	58
停药后反弹指什么?	59
抗精神病药物引起的副作用——迟发性运动障碍是什么?	60
使用喷雾剂会使嘴里长霉菌吗?	61
药物会改变尿液和粪便的颜色吗?	61
斯-琼综合征是一种什么样的副作用?	62
失去味觉也是药物的副作用吗?	63
中药没有副作用吗?	64
哪些中药的副作用需要特别注意?	66
为什么服了胃肠药和感冒药后会口渴?	67
服用降压药后血压会上升吗?	68
什么药物容易引起过敏反应?	69
明知道会产生副作用的药物也应该服用吗?	70
万艾可真的可以致死吗?	71
易瑞沙会导致间质性肺炎吗? 什么是间质性肺炎?	72
恶性综合征是一种什么样的疾病?	73

Part4 药物与食物或药物之间的相互作用

喝酒后可以吃安眠药吗?	78
-------------------	----

规定饭后服用的药物,可以在喝酒后服用吗?	78
感冒药和鸡蛋酒同时服用药效会加倍吗?	80
酒精和抗生素同服会出现严重的醉酒症状吗?	81
可乐会降低戒烟口香糖的功效吗?	81
牛奶和药物有相互作用吗?	83
降压药和葡萄汁有相互作用吗?	84
药物与茶和咖啡有相互作用吗?	84
常见饮料和药物有相互作用吗?	86
可以用茶送服含铁的药物吗?	86
纳豆和药物有相互作用吗?	87
生鱼片和药物有相互作用吗?	88
奶酪和药物混合食用会有副作用吗?	89
吃炭火烤肉会减弱某些药物的功效吗?	90
高脂肪含量的食物会影响脚气的治疗吗?	91
高蛋白饮食对哪些药物有影响?	92
盐分高的饮食会影响哪些药物的功效?	92
在服用抗菌药期间可以同时服用胃肠药吗?	93
治疗脚气的口服药可以和安眠药同服吗?	94
治疗糖尿病的药物和治疗高血压的药物并用会有危险吗?	95
在治疗风湿性关节炎期间可以服用消炎药吗?	96
安眠药可以和胃肠药同时服用吗?	97
抗菌药和抗过敏药物同时服用会引发心律失常吗?	98
中药和西药可以一起使用吗?	98
眼药水和口服药之间有相互作用吗?	100
眼药水对隐形眼镜有影响吗?	101

Part5 药物的名称、剂型和规格

阿司匹林是商品名还是通用名?	104
阿司匹林在药量不同时会有止疼药变为抗血栓药物吗?	104
不同药厂生产的阿司匹林药效是否相同?	106
散剂和片剂有什么不同?	107
片剂的大小有标准吗?	108
为什么含片中间有孔?	109
为什么有些片剂不能吞服?	109
为什么10毫克片剂和100毫克片剂的大小差不多?	110
为什么硝酸甘油不能直接吞服,而要放在舌头下面呢?	111
肠溶片的作用机理是什么?	112
一天服用一次的药物的药效能持续24小时吗?	113
贴剂能治心绞痛吗?	114
为什么贴在耳朵后面的药剂可以预防晕车?	115
贴剂有哪些用途?	116
巴布剂和胶布有什么区别?	116
为什么栓剂可以缓解全身性的疼痛?	117
据说巧克力对栓剂的普及贡献很大,这是真的吗?	118
为什么滴鼻药可以治疗泌尿器官疾病?	119
有用来清除耳垢的药物吗?	120
如何区分使用软膏、乳霜和药水?	120

Part6 非处方药

处方药和非处方药有什么不同?	124
服用非处方药时,可以将药量加倍吗?	125

处方的有效期有多长?	126
药房里能买到万艾可吗?	126
非处方药对经常使用处方药的人无效吗?	127
胃不舒服的时候,随便哪一种非处方胃肠药都可以服用吗?	128
在什么样的情况下购买非处方药需要咨询药剂师?	129
现在很少看到红药水,是不是已经停产了?	130
药品的说明书可以扔掉吗?	131

Part7 儿童与药物

怎样才能让讨厌服药的儿童服药?	134
服药时可以用果汁或牛奶送服吗?	136
儿童用药都有甜味,这是因为它的药物成分很特殊吗?	136
还没断奶的小孩应该怎样吃“一天3次,饭后服用”的药物?	137
有些药物要求每8小时服一次,如果孩子睡着了是否需要把他叫醒服药?	137
如何划分小孩和成年人?	137
可以把成年人吃的药量减半后给儿童吃吗?	138
需要根据孩子的年龄和体重来改变用药量吗?	139
如果父母有药物过敏史,子女也会对药物过敏吗?	139
为什么新生儿容易出现药物副作用?	140
发烧多少度以上应该服退烧药?	141
退热贴有药效吗?	142
孩子发烧时可以服用以前医生开的退烧药吗?	143
有不能用于治疗流感的退烧药吗?	143
可以让孩子服营养口服液吗?	144
如果小孩服用了太多药水或错服了药水,该怎么办?	145

孩子错服了成人的药应该怎么办?	146
如果孩子误吞了一些物品怎么办?	146
刚服下药就吐了出来怎么办?	147
刚塞进的栓剂马上就掉出来了怎么办?	148
为什么小孩服药后出现腹泻很危险?	148

Part8 老年人与药物

老年人可以躺着服药吗?	152
怎样才能让老年人服药不困难?	152
为什么年龄越大越容易发生药物副作用?	153
可以同时服用几个医生开的处方药吗?	154
老年人使用栓剂会休克吗?	154
长期服用安眠药会使人患阿尔茨海默病吗?	156
经常忘记服药怎么办?	156
药品可以交给老年人自己保管吗?	158
如果不小心把药品外包装连同药物一起吃下去了该怎么办?	159

Part9 孕妇与药物

在妊娠期可以服用非处方感冒药吗?	162
有在妊娠期可以服用的解热镇痛药吗?	162
孕妇因为精神不安而服用抗精神病药物,会对胎儿有影响吗?	163
孕妇可以使用外用药吗?	164
妊娠晚期不宜服用的消炎药有哪些?	164
治疗消化性溃疡的药物会导致流产吗?	166
男性在服用哪些药物时需要采取避孕措施?	167
在妊娠期间可以服用中药吗?	168

哺乳期间可以服药吗?	168
如果长期服药,是否应选择非母乳喂养?	169
摄取过量维生素 A 会对胎儿产生不良影响吗?	169
妊娠期间服用补药会不会导致营养过剩?	171
避孕药的使用方法是什么?	173
21天型的和28天型的避孕药有什么区别?	173
服用避孕药后会来月经吗?	175
口服避孕药有没有副作用? 会与其他药物发生相互作用吗?	175
口服避孕药会对以后的妊娠、胎儿及哺乳产生影响吗?	176
没有怀孕的女性做妊娠检查,结果有可能呈阳性吗?	177

Part10 药物的研发

开发新药需要什么方法? 需要多长时间和资金?	180
如何研究药物的有效性?	182
动物实验中通常使用什么动物?	184
普通人也可以参与新药的临床试验吗?	184
有的生物医药品源自大肠杆菌吗?	186
万艾可是开发其他药物的副产物吗?	186
有从药草中提炼出的治疗心脏病的特效药吗?	187
我们身边的植物可以看成新药诞生的宝库吗?	187
什么是仿制药?	189
基因重组药物会引发治疗方法的革命吗?	189
有可能开发出治疗癌症和艾滋病的特效药吗?	190



Part 1

正确的服药方法

如果忘了服药，可以事后补上吗？

绝对不可以一次服用两次的药量，因为这样一来人体内的药物含量（血药浓度或组织浓度）就会增加，发生药物副作用的危险性也将大大提高。

比如，某种药物需要一天服用3次，如果谨遵医嘱服用，体内的血药浓度或组织浓度就会保持在一定水平。如果期间有一次忘记了服药，血药浓度或组织浓度就会降低，也就无法获得理想的疗效；如果一次服下2次的药量，血药浓度或组织浓度就会因为过量服药而升高，容易产生副作用。

不过，如果距离下次服药还有一段时间，可以先补充上次的药量。两次服药之间理想的时间间隔因药物的种类和每天服用的次数而异。

一般情况下，一天3次是指早、中、晚餐（前）后分别服药，早、中餐时间间隔相对较短，而中、晚餐时间间隔相对较长。一天2次是指早晨和晚上各服药一次，其给药时间间隔大于6小时。一天1次是指两次给药时间间隔为24小时左右。

如果能够保证与下次服药有足够的时间间隔，可以把忘记服用的药物补上。如果时间上不允许，就不必再补了，记得下次按时服药就好。

不过，不同药物还是要区别对待。比如，抗血栓药物、冠状动脉扩张剂、抗生素等药物可以按上述方法处理，但那些控制饭后血糖升高的治疗糖尿病的药物、用来保护空腹时胃黏膜的治疗消化性溃疡的药物等，需要固定在饭前或饭后服用。所以这类药物即便忘记服用，也不能什么时候想起来什么时候服用，而是应该严格遵守医嘱，该饭前服用的就在饭前服用，该饭后服用的就在饭后服用。

对于治疗哮喘和心律失常的药物，因为要确保它们的血药浓度维持在一定水平，因此服药时间很重要。哮喘多发于深夜和清晨，考虑到这一点，有些哮喘药物规定要在晚饭后服用。如果晚饭后忘记服用，即便起床后补上也毫无意义。

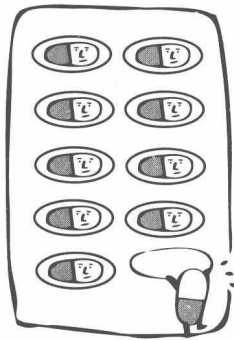
由此可见，不同药物需要区别对待，所以最好事先向医生和药剂师咨询忘记服药的时候应该如何处理。

如果服药总不见好，可以加大药量吗？

任意加大药量是十分危险的行为。

药物用量和服药次数是在反复的动物实验基础上，再经过严格的临床试验后确定的，正确的服药方法可以使药效发挥至最大，同时将副作用控制在最小。

服用多少药物才有效，是个十分微妙的问题。比如，一种药物在 10 毫克的时候会起作用，但在 5 毫克的时候可能毫无作用，而在 20 毫克的时候药效可能是 10 毫克时的 2 倍，但同时也极有可能产生副作用。过高的药量有时会比较危险，如糖尿病患者任意加大药量会导致血



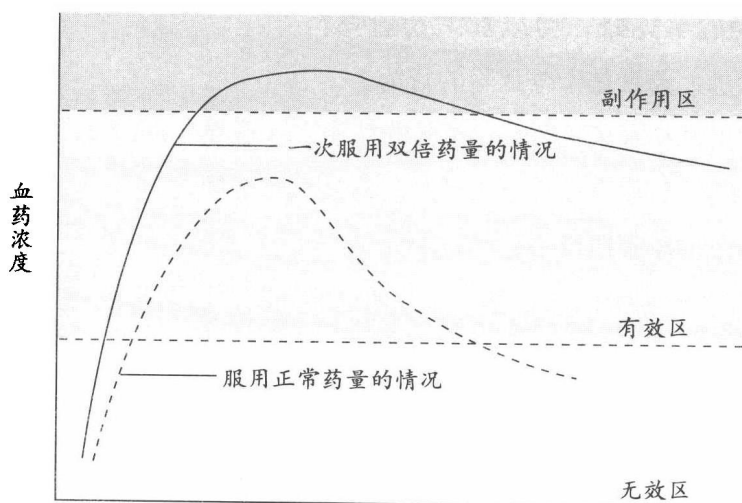
糖值过低，高血压患者服用过量降压药会导致血压过低，等等。这样的事故屡有发生。

药物的药效并不总与药量成正比，某些药物的药量超过阈值后，药效不会随之增强，而副作用却会越来越显著。

一种药物是否能发挥作用与患者的病情、身体状况，以及遗传因素有很大关系。如果患者的病情严重，或身体状况不好，即便和其他患者使用相同的药物，也可能无法获得理想的药效。但如果病情有所缓解，身体状况恢复，药物就会发挥作用。

即便服药后疗效不明显，也不要任意加大药量，要严格遵照医嘱服药。如果持续几天仍不见好转，可与医生或药剂师商量新的对策。

一次服用双倍药量时的血药浓度



一次服用双倍药量时，血药浓度急速上升，副作用发生率升高。

药片可以弄碎后服用吗？

原则上不可以将药片弄碎后服用。如果将药片弄碎，或将胶囊拆开直接服用药物粉末，可能会使药物的某些成分在光的作用下变质或受潮分解，这样会破坏药物的有效成分，从而影响疗效。

有些药有苦味、刺激性气味或其他异味，很难入口。为了使这种药物更容易服用，并保证药物成分稳定，药厂会将它做成糖衣片或薄膜衣片（在药物表面包一层很薄的高分子聚合物）。如果破坏了药物的表面形态，很可能无法获得预期的效果。

还有一些药会在胃酸的作用下分解，如许多抗生素类药物。给这类药物加上表面涂层做成肠溶片，可以保证它在肠内溶解。如果将它弄碎了服用，药物在胃部就会被分解，无法发挥药效。

还有一种缓释药物，是将一天或半天的药量制成一片缓释药片或缓释胶囊。这种缓释药物可以让药物成分在体内缓缓释放出来，使药效持续较长时间。将这样的药物弄碎服下，药物会迅速被身体吸收，导致血药浓度急速上

★血药浓度

一般来说，药物要进入血液中才能发挥药效。药物因其剂型不同，吸收的部位也不同，比如口服药是通过小肠吸收的、栓剂通过直肠吸收、贴剂通过皮肤吸收，但最终药物成分都会进入血液。血液中药物成分的量叫做血药浓度。药物能够有效发挥药效的血药浓度叫做有效范围；血药浓度过低时，药物不能充分发挥药效，叫做无效范围；血药浓度过高时，容易产生副作用，叫做副作用范围。

升，很容易产生副作用。

如果无法吞下整个药片或胶囊，可以让医生或药剂师更换为含有同样成分的其他容易服用的剂型。

有些药需要在嚼碎后服用，这种类型的药物需要弄碎后服用才能更好地发挥作用，如抗酸药盖胃平、维生素C咀嚼片等。

如果不小心服药过量怎么办？

首先要确认过量服用了什么药、服了多少，以及什么时候服用的，然后迅速与经常联系的医生或药剂师取得联系，并把这些信息提供给他们，谨遵医嘱行事。去医院的时候，应该把过量服用的药物、药瓶、说明书一起带去。

过量服药的危害因具体的药量、药物的种类，以及个体的情况而异。最常见的情形是把两次的药量一次服下，这种情况下通常没有什么危险，但如果患者感到非常不舒服，甚至出现了药疹等症状，就要马上与医生取得联系，遵照医生的指示行事。

当身边有人服药过量时，首先要确认他的神志是否清醒。如果看上去像睡着了，要轻轻摇晃他，看他是否会苏醒。如果醒了，那就不必着急，可以仔细观察他的症状，然后与医生取得联系。但如果轻拍患者的脸颊，或用湿毛巾给他敷额头仍不见苏醒，事态就比较紧急了，要立刻与医生取得联系，问医生该怎么办，或者赶紧叫救护车，立即把患者送往医院。

此外，还需要观察患者的呼吸状况，出现以下异常状况时，需要立刻叫救护车，把患者送往医院。

1. 看起来像睡着了，而且鼾声特别大；
2. 呼吸间隔有时很长；