

# YAOHU JIANKANG JIATINGYONGYAO BIDU

您家中是否配备了一个“安全”的药箱？  
您是否在服用药物时总是觉得把握不准？  
您是否在家人突发急症时感到束手无策？



编著 © 周作新 李洪珊

# 药护健康 家庭用药必读

- 选药原则
- 用药知识

- 贮药原则
- 家庭备药

- 野外急救箱的配备
- 家庭常见急症处理



西安交通大学出版社  
XI'AN JIAOTONG UNIVERSITY PRESS

专家给您  
最权威的解读！

编著 © 周作新 李洪珊

# 药护健康

## 家庭用药必读



西安交通大学出版社  
XI' AN JIAOTONG UNIVERSITY PRESS

## 内容简介

家庭配备一个小药箱,家庭就有了一名随时待命的“家庭医生”,就有了一名家庭保健的好帮手。本书向广大读者介绍了基本的药品知识、用药原则、家庭如何备药、如何贮藏药品、如何合理用药以及家庭常见急症的处理等方面的知识。使您在祛病解忧的同时,确保了用药安全。

本书内容丰富、专业权威、文字通俗易懂、操作简便实用,适合大众阅读。

---

### 图书在版编目(CIP)数据

药护健康——家庭用药必读 / 周作新,李洪珊编著. —西安:西安交通大学出版社, 2011.3

ISBN 978-7-5605-3834-1

I. ①药… II. ①周… ②李… III. ①药物—基本知识 IV. ①R97

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 014805 号

---

|      |              |
|------|--------------|
| 书 名  | 药护健康——家庭用药必读 |
| 编 著  | 周作新 李洪珊      |
| 责任编辑 | 王华丽 王丽娜      |

---

出版发行 西安交通大学出版社  
(西安市兴庆南路 10 号 邮政编码 710049)

网 址 <http://www.xjtupress.com>  
电 话 (029)82668357 82667874(发行中心)  
(029)82668315 82669096(总编办)

传 真 (029)82668280  
印 刷 陕西丰源印务有限公司

---

|      |                              |      |                   |      |    |        |
|------|------------------------------|------|-------------------|------|----|--------|
| 开 本  | 727mm×960mm                  | 1/16 | 印张                | 14.5 | 字数 | 172 千字 |
| 版次印次 | 2011 年 3 月第 1 版              |      | 2011 年 3 月第 1 次印刷 |      |    |        |
| 书 号  | ISBN 978-7-5605-3834-1/R·161 |      |                   |      |    |        |
| 定 价  | 24.80 元                      |      |                   |      |    |        |

---

读者购书、书店添货、如发现印装质量问题,请与本社发行中心联系、调换。

订购热线:(029)82665248 (029)82665249

投稿热线:(029)82665546

读者信箱:xjtupress@163.com

版权所有 侵权必究

## 前言



家备小药箱是指家庭以各种方式贮存的日常必备药品。如今，家庭小药箱已成为许多家庭居家必备，尤其是有老人和小孩的家庭。其目的是为了使一些常见病、多发病、慢性病能得到及时治疗和及早控制，或者对于突发急症，至少能在去医院之前做些临时处理。所以，家中配置一个完善的小药箱，备好最基本的急救药品和器械，未雨绸缪，有备无患，才可以说是一个“安全”的家。

为保证安全、有效，在选购和使用药物时，必须十分慎重，特别要注意以下几点。

首先，要对症选购药品。一种病往往有好几种药物可以治疗，购药时，必须选择疗效高、毒副作用低、价格又便宜的，切勿盲目迷信“新药”、“贵药”、“洋药”，以能治好病又节省钱为原则。

其二，要正确使用药品。首先是按说明书或遵医嘱服用；其次是要严格控制用药的时间；再次是要正确把握用药剂量。大家都知道超量服用危险，可能导致中毒，但减少剂量也不好，不但治不好病，反而贻误病情，有的甚至因而产生耐药性。

其三，家庭用药还必须有用药疗程保证，既不可随意停止，也不可一用不止，否则，都会造成不良后果，惹来更大

的麻烦；儿童有病切莫滥用成人药品；若几种药品配合使用，千万不可自作主张，万一配合不当，就会产生拮抗作用，导致降效、失效、毒性反应等不良后果。

其四，如果患者病情复杂，家庭用药不能够治疗时，必须尽快找医生诊治，切勿因自行用药而贻误治疗时机。

家备小药箱无论是从解决就医难的角度，还是从应急的角度来说，都是十分必要的。在自己和家人需要帮助的时候，有了家备小药箱，就相当于拥有了一名全年 365 天时刻待命的“家庭医生”。

# 目 录

## ✦ 家备小药箱 家人系心上 ✦

居家都应配备一个小药箱 / 1

家备小药箱作用大 / 3

购置一个安全的小药箱 / 4

## ✦ 家备小药箱 医药需扫盲 ✦

医学知识扫盲的方法 / 6

药品的含义 / 7

药品有商品名和通用名 / 7

辨别药品真伪的常用方法 / 8

药品分类管理的意义 / 9

处方药与非处方药是不同的 / 10

处方药与非处方药的特点 / 11

非处方药的分类 / 12

自购非处方药应注意的事项 / 13

正确选用非处方药的方法 / 13

非处方药也可出现严重不良反应 / 14

认识药品的副作用 / 14

认识药品的不良反应 / 15

|                  |      |
|------------------|------|
| 认识药物的过敏反应        | / 17 |
| 认识药物的耐药性         | / 17 |
| 认识药物的依赖性         | / 18 |
| 认识药物的耐受性         | / 18 |
| 认识药物的毒性反应        | / 19 |
| 学会阅读药品说明书        | / 19 |
| 药品有效期限的判别方法      | / 22 |
| 药品的禁用、忌用与慎用      | / 23 |
| 正确理解药品说明书上的“遵医嘱” | / 23 |
| 切莫小视药品说明书与包装     | / 25 |
| 认识药物的相互作用        | / 27 |
| 儿童用药剂量的计算方法      | / 28 |
| 服药要按时、按剂量        | / 29 |
| 特殊的服药时间          | / 30 |
| 抗菌药和抗生素有区别       | / 31 |
| 抗生素的不良反应         | / 31 |
| 外用抗菌药物也可能出现不良反应  | / 32 |
| 正确服用中成药          | / 32 |
| 中药的不良反应并不比西药少    | / 35 |
| 打针不一定比吃药效果好      | / 35 |
| 针剂是不可以口服的        | / 36 |
| 自己到药店购药需谨慎       | / 37 |
| 购药时切记不能只看药名      | / 39 |
| 购药必须细辨药品含量       | / 41 |

## ✦ 家备小药箱 备药要恰当 ✦

家备小药箱的原则 / 43

家备小药箱基本备药 / 45

|       |           |      |       |
|-------|-----------|------|-------|
| 助消化药  | 胃动力药      | 感冒类药 | 解热镇痛药 |
| 胃肠解痉药 | 镇咳、祛痰、平喘药 |      | 抗过敏药  |
| 通便药   | 止泻药       | 解暑药  | 外用药   |

家备小药箱基本物品 / 67

家庭为老人备药的四原则 / 68

根据老人特殊病情备药 / 70

|       |       |     |     |
|-------|-------|-----|-----|
| 心血管疾病 | 血栓性疾病 | 高血压 | 糖尿病 |
| 血脂异常  | 消化性溃疡 |     |     |

家庭备个宝贝小药箱 / 79

宝贝小药箱里应配备的药品 / 79

|      |      |     |     |
|------|------|-----|-----|
| 感冒类药 | 解热药  | 镇咳药 | 祛痰药 |
| 平喘药  | 助消化药 | 止泻药 |     |

女性为自己备个私密小药箱 / 88

给孕妈妈备个小药箱 / 88

|              |          |
|--------------|----------|
| 预防胎儿神经管畸形的药物 | 治疗缺铁性贫血药 |
|--------------|----------|

|      |     |
|------|-----|
| 助消化药 | 补钙药 |
|------|-----|

家备小药箱因时备药 / 91

|    |    |    |    |
|----|----|----|----|
| 春季 | 夏季 | 秋季 | 冬季 |
|----|----|----|----|

野外急救箱的配备 / 93

|      |      |
|------|------|
| 急救物品 | 急救药品 |
|------|------|



## ✦ 家备小药箱 用药细思量 ✦

- 对药物要有初步的了解 / 99
- 明确诊断后再用药 / 100
- 严格遵照医嘱用药 / 102
- 用药方法有讲究 / 103
- 选择好最佳用药时间 / 105
- 用药后要密切注意病情的发展 / 107
- 注意防范药物性耳聋 / 108
- 不要迷信某些药品 / 111
- 注意药物“相克” / 112
- 注意药物与食物的相克作用 / 115
- 老年人的用药特点 / 117
- 老年人用药存在误区 / 118
- 老年人用药须讲究先后顺序 / 121
- 小儿用药特点 / 122
- 小儿切勿滥用抗生素 / 122
- 小儿切勿滥用解热镇痛药 / 125
- 小儿切勿滥用维生素 / 126
- 小儿切勿滥用丙种球蛋白 / 126
- 给孩子喂药要注意准确性 / 127
- 妇女的用药特点 / 129
- 孕期用药的注意事项 / 130
- 孕妇需要远离的药品 / 131
- 莫让家庭小药箱贻误病情 / 132
- 患者用药切勿自己决定剂量 / 133



注意给零散药品装瓶做标签 / 133

常用药品曲马多如“吸毒” / 134

春节莫因忌讳不吃药 / 134

## ✦ 家备小药箱 管理要加强 ✦

家备小药箱贮药讲条件 / 136

当心影响药品质量的“五颗星” / 136

贮药学问多 / 138

家备药品管理“四季歌” / 140

家庭贮药尽量使用棕色玻璃瓶 / 143

家备小药箱贮药要分门别类 / 144

家中不要大量贮存药物 / 146

家备小药箱及时清除四类药 / 146

家备小药箱贮药必须注明标签 / 147

谨防药瓶里的药物与外包装不相符 / 148

家备小药箱贮药要保留说明书 / 149

家备小药箱要建立药品登记表 / 149

家备小药箱要固定地点存放 / 150

## ✦ 家备小药箱 清理应经常 ✦

家备小药箱贮药存在安全隐患 / 152

家庭常用药品失效的外观特征 / 155

家备小药箱药品过期有原因 / 157

清理家备小药箱做好几件事 / 159

清理家备小药箱从维生素开始 / 160

过期药品销毁须讲究方法 / 162

别把过期药品卖给药贩子 / 163

## ✦ 家有小药箱 莫把大夫忘 ✦

请医生确诊疾病后再用药 / 165

在医生的指导下使用处方药 / 166

请教医生掌握药物适应证 / 168

咨询医生掌握用药禁忌证 / 170

向医生了解药物间的相互作用 / 171

向医生咨询药物的不良反应 / 172

向医生咨询急救药的使用方法 / 173

家庭用药剂量应遵医嘱 / 174

儿童用药剂量要多听医生的 / 175

请教医生确认药品名称 / 176

## ✦ 家有小药箱 应急派用场 ✦

人工心肺复苏 / 179

疏通气道                      口对口人工呼吸                      体外心脏按压

发热 / 184

头痛 / 185

腹泻 / 186

急性腹痛 / 187

小儿感冒 / 188

|         |       |
|---------|-------|
| 小儿秋季腹泻  | / 190 |
| 小儿外伤性骨折 | / 192 |
| 儿童跌伤    | / 194 |
| 儿童割伤与刺伤 | / 195 |
| 儿童烧烫伤   | / 198 |
| 儿童呼吸道异物 | / 200 |
| 儿童眼内异物  | / 204 |
| 儿童中暑    | / 207 |
| 高血压急症   | / 211 |
| 心绞痛发作   | / 212 |
| 心肌梗死    | / 216 |
| 糖尿病低血糖  | / 218 |
| 一氧化碳中毒  | / 219 |

## 家备小药箱 家人系心上

家备小药箱是指家庭以各种方式贮存的日常必备药品。在日常生活中，头疼脑热、肠胃不好是常有的事，有时会遇到擦伤、碰伤、割伤等情况，很多危及生命健康的紧急情况都发生在家中。因此，在家中配置一个完善的小药箱，备好最基本的急救药品和器械，未雨绸缪，有备无患，才可以说是一个“安全”的家。

但是应当指出，小儿生病、老年人慢性病突然发生病情变化、成年人突发的各种急性病，以及对病情不能确诊或症状较重、变化较大的疾病，不能擅自用药。

### 居家都应配备一个小药箱

人吃五谷杂粮，难免疾病上身。家居生活难免磕磕碰碰，一旦发生紧急情况，您将怎样面对？是不是急忙拉开抽屉搜遍每一个角落，才能找出一瓶生产日期已经模糊的汞溴红溶液（红药水）和一卷脏兮兮的纱布仓促应付？您有没有想到，花10分钟准备一个急救箱，不仅能帮您应付生活中的头疼脑热，关键时刻，甚至可以救命。

现在，许多家庭对小药箱重视程度不够，甚至有些人对于家备小药箱持怀疑甚至反对的态度。他们总是将自己的健康完全寄



托在医生身上，一旦发生疾病，不论大小，都要到医院诊治。他们认为，诊治疾病只是医生的事，储备药物只是医院和药店的事，自己不懂医学，不会用药，如果自己贮药用药，搞得不好还会出乱子，因此家庭没有必要储备药品。

也有的人认为，自己有公费医疗，也就完全依赖公费医疗，有了病只到医院开个方，刷个卡，拿药走人；药品用不完丢了了事，药品不够用，到医院再开就是了。这样既简单又省事，何必自己贮药或者再花钱买药配备个小药箱呢？其实，这些想法和做法并不正确。

首先，当今就医难已成为一个普遍存在的社会问题，由于就诊人数过多，候诊时间特别长，普通病也要等几个小时，要是住院还得等订位，浪费了大量宝贵时间。对医生来说，由于经常超负荷工作，往往使一些本该详细诊疗的疾病，但却没有足够的时间再作更细的诊疗了，影响就诊质量，甚至造成不良后果。

其次，有些疾病，如冠心病、心绞痛发作等，由于发病紧急，变化迅速，如果身边没有急救药品，就不能就地实施急救，病情得不到及时的控制，于是错失急救机会，很容易出现生命危险。

俗话说“有备无患”。平时，家庭备个小药箱，特别是有老人、小孩的家庭，准备一些必备药品，若是遇到轻微的头疼脑热，或外伤小疾，或者紧急情况，都可以在家中及时处理，既管用又省事，尤其在半夜三更，不用兴师动众上医院，忍受排队之苦、奔波之累，有时还可为邻居、同事解急。

家庭备一个家庭小药箱，这应该说是一件很快意的事。因此，无论是从解决就医难的角度，还是从应急角度来说，家备小药箱都是十分必要的。在自己和家人需要帮助的时候，有了家备小药箱，就相当于拥有了一名全年365天时刻待命的“家庭医生”。



## 医生提醒

家庭备药贵“精”不贵“多”，关键是能和平时常见的一些病痛“对上症”。

## 家备小药箱作用大

炎夏的一天，儿子张江从外面气喘吁吁地回来。妈妈看到浑身是汗的儿子忙问：“张江，你怎么了？看你脸色苍白，不舒服吗？”“我刚才和同学在踢足球，突然觉得有点头晕恶心，浑身没劲。”听到这里，妈妈小心翼翼地把张江搀扶到阴凉的地方休息，并立即打开空调。同时打开家里的小药箱，给儿子服用了藿香正气水，并用清凉油涂抹太阳穴，十余分钟后张江的精神状态渐渐好转。妈妈自言自语地说：“别看小药箱平时不起眼，关键时刻还能发挥大作用。”

家备小药箱到底是用来做什么的？按照美国红十字会的提示，家庭药箱预备一些常用的药品和简单的医疗器械，主要是用来急救的。就是说，家备小药箱有两大基本作用：一是方便治疗一时发生小外伤或常见的小病，比如说小刀切割伤、偶尔的头疼脑热、皮肤瘙痒、普通感冒、口腔溃疡等；另一个关键作用是在发生烧伤、烫伤、低血糖、心绞痛等危急事件时，有药品准备的家庭往往能做到及时救治，将“灾难”程度降到最低。

在人们的心目中，家庭应该是最安全的地方，但据可靠资料显示，52%的儿童意外伤害发生在家庭。家庭造成儿童意外伤害的主要危险因素是家长照顾不周，居室结构和布局不合理等。此外，

孩子因其免疫力、自制力较成人弱，难免会生病或发生一些紧急情况。家备小药箱能为家庭成员储存常备药物提供必要的条件，同时也能保证家庭各成员在遭遇急性疾病、突发意外时，能够得到及时的自救。

家备小药箱，生病不急慌。所以，家里备个小药箱是非常必要的。

### 购置一个安全的小药箱

如今，有相当一部分的家庭都没有准备存放药品的小药箱，将药品随意放置于床头柜、抽屉和橱柜等现象很多。孩子感冒发热时，却发现家里药品过了期；老人突发心脏病着急找药，翻遍抽屉也找不到；老公饮食过量消化不良，散乱的药品已看不出生产日期……急救方面的缺失出现了很多的问题。因此，科学合理地配备一个实用、高效的家庭小药箱，正确使用家庭常用药品，使小药箱充分发挥更好作用，是每一个家庭应该做好的重要事情。

目前，市场上有了一定的塑料材质的家庭小药箱，在一定程度上帮助消费者在药品存放上起到了一定的保障作用。但是，从根本上还不能彻底解决安全用药的问题，特别是药品受到湿度的影响而发生变质潮解的问题是一般家庭小药箱所不能解决的。

现在，市场推出了一款可以控温除湿的家用电子药箱，该产品以半导体技术为核心，实现了药品存放温度控制在 $10^{\circ}\text{C}\sim 25^{\circ}\text{C}$ ，湿度控制在45%~65%的标准。





## 医生提醒

家庭小药箱应具备避光、干燥、阴凉、密封这保存药品的四大要素。人们在配齐了应急药品之后，不要将小药箱束之高阁，而要把它放在易于拿到的地方，这这也是一个基本常识。因为随时都可能出现问題，不能在大事临头时再到处乱翻乱找。此外，一些重要的信息要放在手边易拿到的地方。每个家庭都要准备一套应急电话号码，包括医生白天和晚间的电话、距离最近的急诊室和中毒控制中心的电话号码。同时也准备好一套家庭所有成员接种疫苗的记录以及家人治疗用药的记录。