



中国科协科普专项资助

中国药学会组织编写

家庭常见病 合理用药

谢惠民 杨继章 主编

汤光 主审



化学工业出版社

现代生物技术与医药科技出版中心



中国科协科普专项资助

中国药学会组织编写

家庭常见病 合理用药

谢惠民 杨继章 主编

汤光 主审



化学工业出版社

现代生物技术与医药科技出版中心

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

家庭常见病合理用药/谢惠民, 杨继章主编. —北京:
化学工业出版社, 2006. 2
ISBN 7-5025-8201-0

I. 家… II. ①谢…②杨… III. 常见病-用法
IV. R452

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 005487 号

家庭常见病合理用药

谢惠民 杨继章 主编

汤 光 主审

责任编辑: 蔡 红 余晓捷 孙小芳

文字编辑: 赵爱萍

责任校对: 于志岩

封面设计: 胡艳玮

*

化 学 工 业 出 版 社 出版发行
现代生物技术与医药科技出版中心

(北京市朝阳区惠新里 3 号 邮政编码 100029)

购书咨询: (010) 64982530

(010) 64918013

购书传真: (010) 64982630

http: // www. cip. com. cn

*

新华书店北京发行所经销

北京市彩桥印刷有限责任公司印装

开本 850mm×1168mm 1/32 印张 8 字数 158 千字

2006 年 3 月第 1 版 2006 年 3 月北京第 1 次印刷

ISBN 7-5025-8201-0

定 价: 16.00 元

版权所有 违者必究

该书如有缺页、倒页、脱页者, 本社发行部负责退换

《家庭常见病合理用药》

编写人员

主 编 谢惠民 杨继章

主 审 汤光

编写人员（按姓氏笔画为序）

王 怡 冷青松 陈 光

林秉端 杨继章 贾公孚

贾 薇 游于艺 谢惠民

楚文南

前言

2005年初，由多家媒体联合进行了“2004年百姓安全用药调查”。调查结果显示，我国不合理用药情况大概占到了用药者的12%~32%。药品作为一种特殊商品，应该得到消费者的谨慎对待。但是，目前还有许多人抱着“久病成良医”的观念，按照经验，随意服药，这种行为是大不可取的。

一次自行服药，往往牵涉到一个人的生命安全。不合理用药换来的不但不是期望中的健康，往往还会产生内分泌紊乱、机体免疫功能下降、发育不良、药物依赖等种种严重后果。究其原因，缺乏用药常识是根本。

使用合格的药品，并不等于安全用药的全部，只有正确合理地使用合格药品，才能确保用药安全。其中包括合理选药、合理用药（时间、用量等方法要适当）等都必须恰如其分，

才能获得良好的药效。

为此，我们编写了这本书，供用药者参考。

本书由中国科协资助，中国药学会组织编写，并得到中国药学会医院药学专业委员会大力支持审订而成，在此特别致谢。

限于水平，难免有不少疏漏之处，敬祈同道们批评指正。

编者

2006 年 1 月

目 录

内科病.....	1
热伤风.....	3
风寒感冒.....	8
急性气管炎	11
支气管哮喘	16
咳嗽	22
急性胃炎	24
慢性胃炎	29
消化不良	32
消化性溃疡	35
胃、食道反流病	39
旅行性腹泻	43
习惯性便秘	46
慢性胆囊炎	51
蛔虫病	54
缺铁性贫血	56

中暑	61
轻度失眠	64
外科、皮肤科病	67
小外伤	69
疣（瘰子）	70
荨麻疹	72
丘疹性荨麻疹	74
单纯疱疹	76
脓疱疮	77
接触性皮炎	79
神经性皮炎	81
脂溢性皮炎	83
尿布皮炎	86
手脚皸裂	88
冻疮	90
手脚癣	93
疥疮	95
皮肤念珠菌病	96
花斑癣	98
痔疮	99
老年瘙痒症	102
轻度烫伤	104
蜈蚣、蝎子、蜜蜂、黄蜂叮咬伤	105
日光性皮炎	107
五官科病	109

麦粒肿·····	111
鳞屑性睑缘炎·····	113
溃疡性睑缘炎·····	115
泪囊炎（泪溢）·····	117
急性结膜炎·····	118
沙眼·····	119
病毒性结膜炎·····	121
泡性结角膜炎·····	123
霰粒肿·····	124
过敏性结膜炎·····	125
急性卡他性结膜炎·····	126
智齿冠周炎·····	127
复发性口腔溃疡·····	131
慢性牙龈炎·····	133
倒牙（牙本质过敏）·····	135
牙痛·····	136
耳朵眼里长疖子·····	138
耳廓外伤·····	140
耳廓冻伤·····	142
耳朵里进了虫子·····	145
晕车、晕船·····	146
梅尼埃病·····	149
鼻子出血·····	151
鼻炎·····	152
过敏性鼻炎·····	155

鼻子长疖子·····	159
孩子睡觉时张口呼吸·····	160
孩子经常流鼻涕·····	161
急性鼻咽炎·····	163
急性咽炎·····	165
慢性咽炎·····	168
急性扁桃腺炎·····	169
急性喉炎·····	171
急性会厌炎·····	174
嗓子被鱼刺等异物卡住·····	176
妇产科病 ·····	179
外阴炎·····	181
阴道炎·····	183
外阴瘙痒·····	186
痛经症·····	188
孕吐反应·····	193
孕后感冒·····	194
孕后钙缺乏症·····	195
维生素E缺乏症·····	197
附 避孕药物·····	198
儿科病 ·····	205
急性上呼吸道感染·····	207
急性支气管炎·····	212
疱疹性口炎·····	215
鹅口疮·····	216

流行性腮腺炎·····	218
婴儿湿疹·····	220
幼儿急疹·····	224
风疹·····	226
水痘·····	228
轻型腹泻·····	229
缺铁性贫血·····	234
佝偻病·····	237
锌缺乏症·····	241

内 科 病

- ★ 热伤风
- ★ 风寒感冒
- ★ 急性气管炎
- ★ 支气管哮喘
- ★ 咳嗽
- ★ 急性胃炎
- ★ 慢性胃炎
- ★ 消化不良
- ★ 消化性溃疡
- ★ 胃、食道反流病
- ★ 旅行性腹泻
- ★ 习惯性便秘
- ★ 慢性胆囊炎
- ★ 蛔虫病
- ★ 缺铁性贫血
- ★ 中暑
- ★ 轻度失眠



热伤风

一、病情的分析判断

普通感冒（不包括流行性感冒）一般可分为热伤风和风寒感冒。热伤风的症状以流眼泪、流鼻涕、鼻塞、打喷嚏为主，多系天热时突然受凉所致。

二、如何合理地选用药物

（一）西药

阿司匹林，包括卡巴匹林钙（速可痛、阿司匹林钙脉）、阿司匹林锌、赖氨酸阿司匹林（赖氨匹林）等。又名乙酰水杨酸或醋柳酸。

阿司匹林的剂型除片剂外，还有水溶片、肠溶片、缓释片、胶囊剂、薄膜片、泡腾片、栓剂、散剂。还有复方片剂如阿苯片（含阿司匹林及苯巴比妥）等。

阿司匹林使用至今，已有 100 多年的历史，不仅久用不衰，而且用途还在扩大。主要的作用有：解热、镇痛、抗炎、抗风湿、抗凝血（抗血栓）。这五大作用的用量也各不相同。解热镇痛，成人每次 0.3~0.5g；小儿每次每千克体重 5~10mg，或按每岁每次 0.06g 计，4~6h 1 次。

〔注意事项〕 ①阿司匹林对胃有轻微刺激，为减少刺激，可选用肠溶片、缓释片或薄膜片。②防止过敏，以免发生哮喘。③防止过量，以免虚脱。④哺乳期妇女忌用，孕妇慎用。⑤患有血液病、肝病患者及临产妇禁用。⑥患有哮喘、胃及十二指肠溃疡、胃炎、凝血障碍、严重心脏病等病人慎用。⑦长期服药者，要定期验血、检查凝血功能。⑧饭后服药，服后多喝水。

对乙酰氨基酚（扑热息痛），它的商品名还有醋氨酚、帝安达、泰诺、百服宁、一粒清、一滴清等。

主要剂型有片剂、咀嚼片、缓释片、泡腾片、分散片、胶囊剂、口服溶液、糖浆剂、滴剂、颗粒剂、泡腾颗粒剂、干混悬剂、凝胶剂、栓剂等。

复方制剂有：①泰诺感冒片（扑热息痛 325mg、伪麻黄碱 30mg、美沙芬 15mg、氯苯那敏 2mg）。②美息伪麻片，又名白加黑感冒片（日片，扑热息痛 325mg、伪麻黄碱 30mg、右美沙芬 15mg；夜片，扑热息痛 325mg、伪麻黄碱 30mg、右美沙芬 15mg、苯海拉明 25mg）。③百服宁泡腾片（扑热息痛 0.33g、维生素 C 0.2g）。④双扑口服液（每 10mL 含扑热息痛 125mg、咖啡因 7.5mg、氯苯那敏 1.5mg、人工牛黄 5mg、维生素 C 20mg）。⑤新康泰克缓释胶囊（复方盐酸伪麻黄碱缓释胶囊），每粒含盐酸伪麻黄碱 90mg，马来酸氯苯那敏 4mg。⑥速效伤风胶囊（扑热息痛 250mg、人工牛黄 10mg、咖啡因 15mg、氯苯那敏 3mg）。

上述复方制剂中的美沙芬和右美沙芬为止咳药。伪麻

黄碱为血管收缩药，可减轻鼻塞症状。氯苯那敏和苯海拉明为抗过敏药，可减轻打喷嚏、流鼻涕症状。咖啡因为兴奋药。

扑热息痛还有不少复方制剂，使用时，要注意阅读说明书，以免重复用药和过量服用。

由阿司匹林和对乙酰氨基酚化学结合的产品是贝诺酯（扑炎痛），有贝诺酯片和贝诺酯颗粒剂（冲剂）等，不良反应较少，值得选用。

布洛芬干混悬剂（还有混悬液、滴剂、凝胶剂等制剂），本品是解热镇痛药，不良反应较多，要谨慎地使用。

[注意事项] ①用于解热，连续使用，不得超过3天；用于止痛，不得超过5天。②对本品过敏者禁用，对其他药物过敏者慎用。③心、肾功能不全、高血压、消化性溃疡、血友病或其他出血性疾病（包括凝血功能或血小板功能异常）的患者，应咨询医师、药师后再用。④服用期间，如出现消化道出血，肝、肾功能损害，视、听力障碍，血色素异常，应停药。⑤孕妇、哺乳期妇女慎用。⑥有不良反应时，应立即就医。⑦儿童必须在成人监护下使用。⑧本品应放置于儿童不能接触处。

[用法用量] 首次使用前加凉开水振摇至60mL刻度线。临用前摇匀口服。成人及12岁以上儿童一次15~20mL，一日3~4次。24h不得超过4次。

12岁以下儿童用量见下表

年龄/岁	体重/kg	一次用量/mL	次 数
2~3	12~14	3	若发热或疼痛不缓解,可每隔4~6h再重复用药一次,但24h内用药不得超过4次
4~6	16~20	5	
7~9	22~26	8	
10~12	28~32	10	

轻症风热感冒(热伤风)还可用牛磺酸,其特点是不良反应较少。

(二) 中成药

风热感冒冲剂, 辛凉解表药。含板蓝根、连翘、薄荷、荆芥穗、桑叶、芦根、牛蒡子、菊花、苦杏仁、桑枝、六神曲。清温解毒, 宣肺利咽。主治感冒身热, 鼻塞, 头痛, 咳嗽, 痰多。口服, 每次1袋, 一日3次。饮食宜清淡, 多饮温开水, 避风寒, 忌食生冷油腻。

桑菊感冒片, 辛凉解表常用药。含桑叶、菊花、连翘、薄荷油、苦杏仁、桔梗、甘草、芦根。疏风清热, 宣肺止咳。主治风热感冒初起, 头痛, 咳嗽, 口干, 咽痛。多用于风热感冒初期病情尚轻时。口服, 每次4~8片, 一日2~3次。风寒感冒忌服。

银柴颗粒, 清热解毒药。含忍冬藤、柴胡、芦根、枇杷叶、薄荷等。清热, 解表, 止咳。主治风热感冒, 发热咳嗽。口服, 每次12g, 一日3~4次。

银翘解毒片, 辛凉解表药。含金银花、连翘、薄荷、荆芥、淡豆豉、牛蒡子(炒)、桔梗、淡竹叶、甘草。辛凉解表, 清热解毒。主治风热感冒, 发热头痛, 咳嗽, 口干, 咽喉不