

家 / 庭 / 用 / 药 / 指 / 导 / 系 / 列

老年人

防病 • 治病

FangBing

ZhiBing

养生 • 抗衰老

YangSheng

KangShuaiLao

主编 谢惠民 王开贞

合理用药

药

与抗衰老药



人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

老年人合理用药与抗衰老药/谢惠民等主编. —北京:
人民卫生出版社, 2001

ISBN 7-117-04437-3

I. 老… II. 谢… III. 老年病-用药法
IV. R97

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 044850 号

老年人合理用药与抗衰老药

主 编: 谢惠民 王开贞

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 67616688)

地 址: (100078)北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

网 址: <http://www.pmph.com>

E - mail: pmph@pmph.com

印 刷: 北京市博雅印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 9.75

字 数: 171 千字

版 次: 2001 年 10 月第 1 版 2001 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

印 数: 00 001—5 000

标准书号: ISBN 7-117-04437-3/R·4438

定 价: 14.00 元

著作权所有, 请勿擅自用本书制作各类出版物, 违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

出版说明

时代在前进,医药科学在迅猛地发展,随着人们文化知识水平的提高和生活节奏的加快,为了节省时间,大家已经不再习惯于大小病都去医院的老办法,而是当身体有了不适或是患了小病时,都愿意自己买点药在家中进行自我治疗或处理。

P 1

近年国家又公布了非处方药,给我们合理选药、用药,提供了安全而又可靠的保障。为此,我们组织编写了这套家庭用药丛书,分为6个部分:

1. 自我药疗与非处方药
2. 家庭常备药的合理应用与误区
3. 如何服用维生素与微量元素
4. 少年儿童合理用药指南
5. 现代女性合理用药指南

6. 老年人合理用药与抗衰老药

每一部分都将给您提供丰富而详尽的科学知识,我们相信,它将成为您在家庭用药时的良师益友,为您的健康生活创造新的辉煌。

健康长寿之道,在于人们的善于自我调理。长寿诗人臧克家曾经说过“我的养生之道,除了舒畅的心境和适当的运动之外,那就是食物和药物的调理了”。由此可见,药物的合理使用,对老年人的养生长寿至关重要。因此,作者首先将老年人的合理用药作为本书的首要部分,使老年人在合理用药方面有所参循。

衰老是人生不可抗拒的自然规律。通常所说的抗衰老药,在延缓衰老方面,有一定的作用,也是目前医学研究的活跃领域,本书将目前被大家所公认的一些延缓衰老药,予以介绍,供广大老年朋友,在选择时有所借鉴和参考。

同时,我们还邀请了部分老年病专

家为大家推荐了常见老年病的自我保养调理和治疗方法,肯定会受到老年朋友的普遍欢迎。

本书内容主要包括:①在保证健康长寿方面,老人应当如何合理地使用药物,应当注意什么?②介绍目前被专家们所肯定的延缓衰老药,以供延缓衰老之参考。③常见老年病的家庭保养调理和自我治疗。

该书在编写过程中,参考了《新编药理学》和《实用老年医学小百科》等书籍。在此特向作者致以深切的谢意。

限于水平,肯定有不足之处,敬请批评指正,并预祝阅读该书的老年朋友们健康长寿!

编者

2001年6月



上篇 老年人合理用药

(一) 老年人合理用药一般知识

- (3)
1. 老年人的生理特点与用药的关系 (3)
 2. 老年人的合理用药 (4)
 3. 年龄与用药的关系 (6)
 4. 药物半衰期与给药间隔 (7)
 5. 药物剂量与安全范围 (10)
 6. 老年人用药量的调整 (10)
 7. 老年人用药及其治疗终点的评估 (12)
 8. 如何服用中西药物 (15)
 9. 用药新途径—鼻内给药 (17)

P 1

家庭用药指导系列

10. 老年人用药的注意事项 (18)
11. 老年人用药四忌 (19)
12. 常用药物对老年人的影响 (21)
13. 自购药、非处方药及大众药 (24)
14. 药物是否失效或变质的检查方法 (25)
15. 可以导致治疗失败或发生不良反应的药物
 相互作用 (26)
16. 正确联合用药 (28)
17. 药物的毒副作用 (30)
18. 何为药源性疾病 (32)
19. 药物与心脏疾病 (34)
20. 药物对消化系统的影响 (36)
21. 药物所致的神经系统疾病 (37)
22. 对肝脏功能有损害的药物 (39)
23. 药物引起的发热 (40)
24. 药物对性功能的影响 (41)
25. 药物也可致癌 (43)
26. 遵医嘱适时合理停药 (44)
27. 长期用药要注意验血 (47)
28. 药物对食欲及营养成分吸收的影响 (49)
29. 药物与食物的相互作用 (50)
30. 注意药物引起粪便尿液颜色的改变 (51)
31. 老年人药物中毒及解救 (53)
32. 药物滥用引起急性反应的诊断和处理 (56)
33. 中西药物可以同用吗 (58)
34. 中药也有毒副作用 (59)

35. 外用膏药有学问	(61)
(二) 抗感染药物的正确选用	(63)
36. 老年人如何合理选用抗菌药物	(63)
37. 老年人如何合理使用青霉素类抗生素	(65)
38. 老年人如何合理选用氨基苷类抗生素	(66)
39. 抗菌药物的预防使用可取吗	(67)
40. 老年人抗结核药物的正确选用	(68)
41. 抗结核药物的联合应用	(69)
42. 异烟肼与利福平	(72)
43. 应尽量避免滥用外用抗菌药物	(74)
44. 老年人不宜长期服用抗生素和抗酸药	(75)
(三) 作用于神经系统药物的合理应用	(77)
45. 失眠与如何选用催眠药	(77)
46. 老年精神病患者如何选药	(78)
47. 老年人与解热镇痛药的选用	(79)
48. 苯妥英钠长期应用要注意的问题	(80)
49. 治疗三叉神经痛的卡马西平	(82)
(四) 心血管系统药物的合理应用	(84)
50. 老年人服用洋地黄类药物应注意的问题	(84)
51. 老年人如何正确选用降压药	(85)
52. 老年人服降压药常见的不良反应	(87)
53. 服用降压药时停药要注意的问题	(88)

54. 基础降压药-氢氯噻嗪 (89)
55. 高血压患者应忌用的药物 (91)
56. 心得安(普萘洛尔)类药物的合理选用 (92)
57. 使用胺碘酮乙胺碘呋酮要警惕其不良
反应 (93)
58. 抗心绞痛药的合理选用 (94)
59. 使用抗心绞痛药的注意事项 (95)
60. 硝酸甘油与心得安在心绞痛治疗中的
互补作用 (96)
61. 警惕硝酸甘油过量中毒 (97)
62. 老年人与降血脂药的选用 (99)
63. 高脂血症患者的希望 (100)
64. 脑血栓的有效预防药—阿司匹林 (104)
- (五)镇咳祛痰平喘药的合理应用..... (107)
65. 合理选用镇咳祛痰药 (107)
66. 老年人如何选用平喘药 (108)
67. 合理使用止咳糖浆 (109)
68. 可待因与咳必清 (111)
- (六)消化系统疾病的合理用药..... (113)
69. 抗溃疡病药的合理使用 (113)
70. 使用氢氧化铝和胃舒平的注意事项 (114)
71. 酵母片不宜与哪些药物合用 (115)
72. 助消化药的合理应用 (116)
73. 如何选用泻下药 (118)

74. 老年人要慎用胃复安 (119)
75. 止泻药的作用和使用原则 (120)

(七) 作用于血液和泌尿系统药物的合理应用

- (122)
76. 抗贫血药的合理选用 (122)
77. 巨幼红细胞性贫血与叶酸的选用 (123)
78. 提高机体抗病能力的武器——免疫增强剂 (124)
79. 老年糖尿病用药 (126)
80. 利尿药的合理选用 (128)

(八) 其他 (130)

81. 老年人与糖皮质激素的选用 (130)
82. 强的松长期用药害处多 (131)
83. 老年人不可滥用肤轻松 (133)
84. 患更年期综合征的老年人的药物治疗
..... (134)
85. 有更年期综合征的老年人如何选用中药
治疗 (135)
86. 青光眼的家庭用药 (136)
87. 眼底出血的中西药治疗 (138)
88. 老年人与维生素的合理使用 (140)
89. 不可把维生素当成补药 (143)
90. 微量元素与疾病 (145)
91. 老年人与滋补药 (147)

92. 老年人不可滥用滋补药 (148)
93. 注意饮食对药效的影响 (149)
94. 饮茶与药效 (151)
95. 酒后用药要谨慎 (153)
96. 吸烟降低药效 (155)
97. 花的药用 (155)
98. 老年人家庭药箱的保管和清理 (157)
99. 老人旅游带什么药 (158)

中篇 抗衰老药

6 P

- (一)概述 (163)
1. 自由基 (166)
 2. 酶 (168)
 3. 微量元素 (169)
 4. 免疫功能 (170)
 5. 激素 (170)
- (二)抗衰老药 (171)
1. 自由基清除剂 (171)
 - (1)超氧化物歧化酶 (171) (2)维生素 E (172)
 - (3)维生素 C (173) (4) β -胡萝卜素 (175)
 2. 人体必需的微量元素 (176)
 - (1)铜 (176) (2)锰 (177) (3)锌、葡萄糖酸
锌、硫酸锌 (177) (4)铬 (178) (5)钼 (179)
 - (6)硒 (179) (7)氟 (180) (8)铁 (180)

- (9)碘(180) (10)钴(181) (11)硅(181)
3. 微生物制剂 (181)
- (1)双歧杆菌制剂 (181)
- (2)乳酸菌制剂 (182)
4. 鱼油和高多烯酸 (183)
5. 其他 (184)
6. 中草药 (185)
- (1)人参(185) (2)三七参(187) (3)冬虫夏草(191)
- (4)枸杞子(196) (5)赤芍(200) (6)何首乌(202)
- (7)绞股蓝(207) (8)天麻(215) (9)灵芝(218)
- (10)茯苓(223) (11)香菇(225) (12)五味子(228)
- (13)丹参(230) (14)银杏(231) (15)西洋参(232)
- (16)淫羊藿(233) (17)红景天(234) (18)沙棘(235)
- (19)补骨脂(235) (20)当归(236) (21)阿胶(237)
- (22)党参(238) (23)山楂(239) (24)黄芪(240)
- (25)黄精(240) (26)鹿茸(241) (27)蛤蚧(243)
- (28)刺五加(243) (29)茶叶(244)

下篇 老年病的自我治疗

1. 老年高血压 (251)
2. 老年冠心病 (254)
- (1)心绞痛(255) (2)心肌梗死(256)
- (3)心律失常(259) (4)心力衰竭(260)
3. 老年性痴呆 (262)
4. 老年糖尿病 (264)
5. 老年脑血管病 (268)

6. 前列腺增生症	(270)
7. 更年期后的相关问题	(273)
8. 老年与骨质疏松	(276)
9. 老年与失眠	(279)
10. 老年与抑郁症	(281)
11. 老年与便秘	(282)
12. 高脂血症	(285)
13. 心肌炎	(288)
14. 心肌病	(289)
15. 心脏神经官能症	(292)
16. 冠心病的介入性检查及治疗	(293)

上篇

老年人合理用药

老/年/人/合/理/用/药/与/抗/衰/老/药

家/庭/用/药/指/导/系/列

(一)老年人合理用药 一般知识

1. 老年人的生理特点与用药的关系

老年分为三期。40~59岁为初老期,开始出现生理功能低下,60~74岁为老年期,生理功能明显低下,体内各脏器出现退行性变化;75岁以上为长寿期。生理功能比青年期减低1/2左右,心脑肾等脏器的动脉已逐渐硬化。

机体衰老的主要表现是解剖结构萎缩和功能减退。即形成“老年性弱质”。老年性弱质易引起药物不良反应。主要表现在以下几个方面:

第一、对药物的耐受性降低 由于老年人对于药物代谢和排泄功能改变,用药后容易发生不良反应。例如,老年人对于麻醉剂,巴比妥类催眠药及洋地