

明明白白
健康生活系列



明明白白 求医用药



张湖德 刘福奇 主编



化学工业出版社
现代生物技术与医药科技出版中心

明明白白
健康生活系列



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

明明白白求医用药/张湖德, 刘福奇主编. —北京:
化学工业出版社, 2006. 1

(明明白白健康生活系列)

ISBN 7-5025-7709-2

I. 明… II. ①张…②刘… III. 临床医学-基本知识 IV. R4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 116201 号

明明白白健康生活系列

明明白白求医用药

张湖德 刘福奇 主编

责任编辑: 杨骏翼 蔡红

责任校对: 陶燕华

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

化学工业出版社印刷厂印装

开本 850mm×1168mm 1/32 印张 8 字数 187 千字

2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月北京第 1 次印刷

ISBN 7-5025-7709-2

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

前 言



很多有去过医院，特别是大医院看病经历的人告诉我，医院就像“迷宫”，根本分不清东西南北，直到看完病，也是迷糊的。

人总是要得病的，但对于如何知道自己已患病，患病以后怎样选择医院、怎样选择合适的科挂号、怎样选择医生的级别、怎样将有用的信息都让医生知道、怎样服药以达到最佳的治疗效果等，很多患者并不清楚。正是因为这种不清楚，使得他们或者在去医院看病时感觉到无助，甚至贻误了病情，或者增加了很多不必要的医疗花费，或者达不到满意的治疗效果……

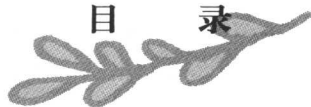
在日常生活中，也有很多邻居、朋友向我咨询上述有关的问题。在与北京名医刘福奇主任医师、广州名医卢集森主任医师讨论后，认为很有必要将老百姓求医用药过程当中的一些细节问题和相关知识整理成册，以使大家能更有效地看病、吃药。本书正是在这样一种背景下产生的，她旨在教给普通老百姓把握合适的看病时机，简单判断疾病的严重程度，在医院看病时做到目标明确、有条不紊地进行诊治的方法，以及求医之后需注意的诸多事项等。这是一本内容丰富的就医指南，我衷心希望广大老百姓认真读一下该书，她会为你诊病指出正确的方向。

因为自身知识所限，书中难免有所遗漏与错误，敬请广大读者批评指正。

中央人民广播电台医学顾问 张湖德

2005年9月 于北京中医药大学

目 录



第一部分 身体出现异常，要确定是否应及时就医

一、需要了解的常见身体异常

3

1. 水肿	3
2. 呕吐	5
3. 腹痛	6
4. 胸痛	10
5. 腹泻	12
6. 黄疸	15
7. 头痛	17
8. 眩晕	19
9. 关节痛	21
10. 腰背痛	24
11. 皮下出血	25
12. 吞咽困难	27
13. 出血（咯血、呕血、便血）	29
14. 发热	33
15. 咳嗽	39
16. 呼吸困难	40
17. 消瘦	43
18. 肥胖	44
19. 贫血	45
20. 尿异常	47

(一) 需要了解的常见病症	53
1. 冠心病	53
2. 心肌炎	54
3. 高血压	55
4. 高脂血症	57
5. 肾病综合征	57
6. 肾结石病	59
7. 红斑狼疮	61
8. 白癜风	62
9. 流行性出血热	63
10. 病毒性肝炎	63
11. 带状疱疹	67
12. 疲劳综合征	67
13. 肥胖	69
14. 糖尿病	70
15. 低血压	71
16. 消化性溃疡	72
17. 慢性前列腺炎	73
18. 老年性痴呆	74
19. 三叉神经痛	75
20. 脑血管病	76
21. 脂肪肝	77
22. 胆石症	78
23. 胆囊炎	80
24. 痢疾	81
25. 慢性胃炎	82
26. 急性胰腺炎	83
27. 痔	84

28. 肛漏	86
29. 肛裂	87
30. 青光眼	88
(二) 宜了解的妇科常见病症	90
1. 痛经	90
2. 女阴瘙痒症	91
3. 子宫颈息肉	92
4. 子宫脱垂	92
5. 妊娠皮肤瘙痒	94
6. 妊娠前置胎盘	94
7. 产后阴道松弛	95
8. 妇女更年期综合征	96
9. 不孕症	97
10. 性交疼痛	99
11. 淋病	100
12. 滴虫性阴道炎	102
13. 尖锐湿疣	102
14. 传染性软疣	104
15. 梅毒	105
16. 软下疳	106
17. 艾滋病	107
(三) 宜了解的儿科常见病症	108
1. 新生儿疾病	108
2. 小儿贫血	115
3. 小儿水痘	116
4. 儿童龋齿(蛀牙)	117
5. 儿童先天性佝偻病与晚发性佝偻病	118
6. 小儿遗尿	118
7. 小儿弱视	119
8. 儿童抑郁症	120

9. 小儿湿疹	121
10. 儿童扁桃体炎	121
11. 小儿麻疹	122
12. 小儿肺炎	124
13. 小儿急性化脓性中耳炎	125
14. 小儿咳嗽	126
(四) 需要了解的常见恶性肿瘤	126
1. 胃癌	126
2. 大肠癌	127
3. 肺癌	129
4. 食管癌	130
5. 乳腺癌	130
6. 前列腺癌	131
7. 膀胱癌	133

第二部分 明明白白就医

一、如何选择就诊医院、就诊科室及合适的医生 137

1. 如何选择就诊医院	137
2. 如何选择就诊科室	139
3. 如何选择合适的医生	139

二、就医时患者享有的权利 143

1. 保健服务权	143
2. 生命健康权	143
3. 知情同意权	143
4. 隐私权	145
5. 选择自己满意的医生、护士权	146
6. 要求转诊权	146
7. 人格尊严不受侵犯权	146

8. 对外联系权	146
9. 获得赔偿权	146

三、就诊时患者应主动向医生讲清楚、问明白 148

1. 应讲清哪些问题及如何讲清	148
2. 应问明哪些问题	149

四、到医院做辅助检查应注意的问题 152

1. 放射检查	152
2. 化验检查	153
3. 超声波检查	159

五、医患双方应互相理解 161

1. 医疗服务是高风险的	161
2. 医生是人不是神	163
3. 疾病的快速变化与医学研究的相对滞后	163
4. 正确评价医护人员的劳动成果	164
5. 医生应积极和患者沟通	164
6. 营造温馨舒适的就医环境	165

第三部分 明明白白购药

一、个人购药莫入误区 169

1. 价格高的药品疗效不一定好	169
2. 新上市的药物副作用不一定小	169
3. 抗生素不是万能的	169
4. 补药不能治百病	169
5. 疗效不取决于服药品种与服药量的多少	170
6. 道听途说的疗效不确切	170
7. 不要随便购买泻火药和泻下药	171
8. 每次购药量不要太多	171

二、学会辨别失效变质药 173

1. 虫蛀、霉变的药材不能用 173
2. 变色的药材不能用 173
3. 走油的药材不能用 173
4. 出现下列情况的中成药不能继续使用 173

第四部分 明明白白用药

一、用药基本原则 178

1. 药店购药应病药相符及证药相符 178
2. 同类从优原则 179

二、关注药物不良反应 181

- (一) 何为药物的不良反应 181
 1. 为什么会出现药物不良反应 181
 2. 药品的矛盾效应 182
 3. 药物的过敏反应 184
 4. 医患双方应共同关注药物的不良反应 185
- (二) 如何减少药物不良反应的发生 186
 1. 使用药物按规定的用法和用量 186
 2. 禁止滥用抗生素及抗感染药物 187
 3. 多药联合使用, 重视药物之间的相互作用 187
 4. 用药时注意病人的特殊性 187
 5. 家庭备用药品不要过期使用 187
 6. 中药也会产生不良反应 188
 7. 增加对药物不良反应方面的知识 188
 8. 用药前仔细看药品说明书 188
 9. 注意双栖药的用法和用量 189
 10. 遵循用药禁忌 189
 11. 仔细观察药品质量 190

(三) 发生药物不良反应后如何处理	190
1. 常见西药不良反应的处理原则	191
2. 常用中药不良反应的处理原则	191
三、西药使用需注意	194
(一) 联合用药需谨慎	194
(二) 有些药物不可随意停服	195
1. 常用的容易引起病情反跳的药物	195
2. 避免反跳, 注意以下几点	196
(三) 注意药品的一药多名与一字之差	196
1. 一药多名现象	197
2. 药名一字之差现象	199
(四) 避孕药与避孕	201
1. 服药避孕的利与弊	201
2. 服避孕药的注意事项	202
(五) 定期输液不能预防心脑血管疾病	205
(六) 也谈伟哥	206
1. 服用伟哥后常见的不良反应	206
2. 伟哥的其他治疗作用	207
(七) 老年人用药特点	208
1. 少而精的原则	208
2. 受益原则	209
3. 择时用药原则	209
4. 联合用药时的原则	210
5. 小剂量原则	210
6. 防依赖用药的原则	210
7. 停药监护原则	211
8. 老年人服用中药治病的几个问题	211
9. 对老年人营养状态有影响的药物	212
10. 易于损害老人肾脏的药物	212
(八) 用药须知	213

1. 用药与剂量	213
2. 用药与剂型	215
3. 用药的姿势	216
4. 用药与时间	218
5. 服药与心理因素	218
6. 用药与间隔时间	220
7. 用药与性别	220
8. 用药与更换药物	221

四、正确认识中药及中西药物合用 222

(一) 正确认识中药的不良反应	222
1. 是药均有毒	222
2. 容易损伤肝肾的中草药	224
3. 手术与中药	224
4. 关于中草药煎服的几个问题	225
(二) 中药方应读懂, 计量单位要规范	229
1. 怎样读懂中药方	229
2. 中药计量单位应规范	230
(三) 自己配制服用的药膳、药酒需注意的问题 ...	231
1. 配制服用药膳需注意的问题	231
2. 配制饮用药酒需注意的问题	233
(四) 关于中西药合用的问题	235
1. 中西药可否同用	235
2. 中西药合用时需特别注意的问题	236
3. 不能联合使用的中西药物	236
4. 警惕中成药和中药保健品中加入西药成分	237
(五) 健康生活方式胜过补药	238

第一部分
身体出现异常，
要确定是否应及时就医

一、需要了解的常见身体异常



人们在日常生活中，身体会出现这样或那样的不适，或各种各样的异常表现。当出现这些情况后，有些不适需及时到医院就诊，有些不适只需自己调节一下，身体状况就可恢复。如何掌握好这个尺度，是一个十分困难的问题。笔者就一些常见病出现的常见症状做一简要介绍，来提醒患者应及时就诊，以免贻误病情。

0. 水肿

人体血管外组织间隙体液异常积聚后，就形成了水肿，水肿主要是水和钠的异常潴留。由于液体在体内各组织中呈弥漫分布，即使有一定量的液体潴留，早期体表仍可无水肿表现，只表现出体重增加。所以，如果您出现无明确原因的体重迅速增加，多为水肿的最早表现。

功能性水肿：多见于20~50岁育龄期肥胖妇女，水肿往往和月经周期有关，无心、肝、肾等器质病变，血清蛋白无异常，无静脉和淋巴管阻塞，无甲状腺功能减退症。病人常因反复周期性水肿而查不出原因，这类水肿多无需特殊处理。

旅行者水肿：主要见于长时间站立行走者，如旅行者，其特点是双下肢水肿较为明显，卧位休息后水肿可明显好转，这种情况一般不需特殊处理。

肾源性水肿：特点是在疾病的初期，早晨起床时发现眼睑或颜面水肿，以后可逐渐发展为全身水肿。肾源性水肿一般和高血压与尿的改变如血尿、蛋白尿与管型尿、眼底改变等相伴随出现。这类水肿需及早就医。



心源性水肿：特点是水肿首先发生于身体的下垂部位，尤以踝部水肿最为明显。水肿的先兆往往表现为体重的迅速增加。心源性水肿一般都有明确的心脏病史，多伴有胸部憋闷，入夜不能平卧等表现。这类水肿需及早就医。

肝源性水肿：特点是先有轻度的下肢水肿，随着病情的进一步发展，逐渐出现腹水。肝源性水肿一般都有明确的慢性肝病病史。肝病出现全身性水肿时，提示有严重的营养不良和较重的肝功能损害。这类水肿需及早就医。

妊娠中毒性水肿：孕妇在正常妊娠中期以后，常有不同程度的下肢水肿，这是因为逐渐增大的子宫压迫盆腔静脉，导致下肢静脉回流不畅所致。如果妊娠 24 周以后，水肿为全身性，并伴有蛋白尿、血压升高和眼底改变则为妊娠中毒症。这类水肿需及早就医。

经前期紧张综合征性水肿：水肿的特点是在月经期前一周左右出现，水肿多出现在眼睑、踝部和手部，水肿程度一般较轻，常伴随有头痛、烦躁、失眠、易怒、乳房胀痛等症状，随月经来潮以后，病人排尿量增加，水肿和其他症状逐渐消退。这类水肿多无需诊治。

营养缺乏性水肿：主要由低蛋白血症引起，多伴随有消瘦、疲倦、无力等营养不良症状。一些恶性肿瘤的晚期及慢性酒精中毒可以出现营养不良性水肿。这类水肿需及早就医。

药物性水肿：是由于应用药物所引起的水肿。其特点是水肿发生在使用药物后，停药后可逐渐消失，常见的药物有肾上腺皮质激素、雌激素等。停药即可。

发生于下肢的局限性水肿：临床较为多见。下肢静脉曲张所致的水肿多出现在踝部和足背，特点是下肢的静脉呈高度扩张弯曲、隆起，尤以站立时最为明显。下肢静脉血栓所致的局限性水肿，伴有局部的疼痛和触痛。丝虫病所致的水肿，伴有局部的疼痛和触痛。丝虫病所致的水肿，伴有局部的疼痛和触痛。丝虫病所致的水肿，伴有局部的疼痛和触痛。



组织也显著增厚，患者多伴随有乳糜尿或乳糜血尿等症状。这类水肿需及早就医。

2. 呕吐

呕吐是人体的一种本能，可迅速将吃入体内的毒害物质排出，从而对身体起到积极的保护作用，但多数的呕吐不是本能的反射，而是疾病的伴随症状。古人将有声无物称之呕，有物无声谓之吐，一般多呕吐并称。频繁而剧烈的呕吐可以导致电解质紊乱、酸碱平衡失调和营养吸收障碍等。

妊娠呕吐：可见于半数以上的孕妇，多发生于妊娠5～6周左右，多持续数周而消失。呕吐之前多有恶心，多伴随有嗜食酸味，困倦思睡，情绪易激动等表现。妊娠呕吐轻者可不影响日常生活，一般无需做特殊处理，分散患者的注意力常可收到满意的疗效；重者引起失水、营养吸收障碍、电解质紊乱、酸碱平衡失调，以致影响胎儿的发育时，应积极进行医治。

神经官能症性呕吐：特点是呕吐与精神刺激密切相关，呕吐多于进食后立即发生，呕吐前无恶心等症状，呕吐量较小，吐毕即刻可以进食，虽长期反复发作，但对全身营养状况影响不大。对神经官能症性呕吐的确诊，必须在仔细除外一切器质性病因以后。

胃及十二指肠疾病所引起的呕吐：多由胃及十二指肠的炎症、溃疡或出血梗阻所引起，吐前有恶心的先兆，吐后觉胃脘舒服，呕吐物为食物、消化液等。在呕吐的同时伴有上腹部疼痛、食欲不振、反酸、上消化道出血等症状。当人们误食一些变质、污染及化学刺激食物及药物时，可因对胃黏膜形成刺激而造成恶心呕吐。应积极进行医治。

急性炎症引起的呕吐：腹腔急性炎症如胆囊炎、胆绞痛、急性腹膜炎、急性阑尾炎、急性病毒性肝炎、小儿急性肺炎、妇科内生殖器官的急性炎症，都可引起反射性呕吐。应积极进行医治。

