

农 村 新 生 活 丛 书

NONGCUN XINSHENGHUO CONGSHU

农村新生活丛书

家庭小药箱

NONGCUN XINSHENGHUO CONGSHU

王素珍 曹可仁 / 编著

吴子明 / 主审



湖南科学技术出版社

编者的话

中国出版集团中南出版传媒集团

农业、农村和农民问题，始终是党和国家关注的重要问题。我国有近13亿人口，约64%居住在乡村，这是基本国情。保持农业和农村经济的持续稳定发展，增加农民收入，改善农民居住环境、健康水平和生活质量，建设富裕民主文明的社会主义新农村，是关系我国改革开放和现代化建设全局的重大问题，全社会应予以足够的重视。

改革开放20多年来，我国农村的确发生了翻天覆地的变化，农村经济实力壮大了，农民富裕了，居住环境改善了，许许多多的乡镇农家过上了小康生活。但是，农村的社会道德风尚，农民的生活方式、价值取向、法制意识、消费习俗、卫生知识等等体现生活质量内涵的要素没有实质性的提高和改善。而这些对于建设富裕民主文明的社会主义新农村又是必不可缺的。就广大农民群众而言，除了需要掌握发家致富的本领和学习一技之长外，还需要了解党在农村的政策法规，与他们的切身利益有关的权利和义务，更想懂得一些饮食、起居、卫生、保健、文化娱乐等方面的知识，从而丰富自己的生活，提升人生的价值。为此，我们特组织一批专家、学者编写了《农村新生活丛书》，以助农民朋友一臂之力，也聊表我们对农民朋友的良好祝福。

在本套丛书的编选过程中，我们力求选项精准，贴近乡村生活，内容包括农村政策法规、农宅选址与建造、农村保险、医药保健、优生优育、家政、科学饮食、文化娱乐、居家旅游等方面；各分册内容强调新颖性、科学性和实用性的统一，并力求文

序

随着人民物质文化生活水平的日益提高，思想观念亦发生了巨大变化。人们对生活的需求已从满足温饱升华为提高生命质量，就医则从单纯的疗病祛疾升华为追求健康长寿。人们普遍意识到应对自己的健康负责，“小病进药房，大病上医院”，自发地兴起了自我医疗活动，遇上常见的小伤小病就进药店或药房，自己选购药品，进行自我保健或自我治疗，现逐渐成为一种新的时尚。

为顺应时代潮流，我国政府明确提出：国家建立并完善处方药与非处方药分类管理制度。这一制度的确立与实施，既是一项具有巨大现实意义和长远历史意义的重要举措，也是一项开创性的系统工程，必将对提高全民族的健康水平，推动医疗保健制度的改革产生积极的深远的影响。

新中国成立以来，我国人民科学文化素质整体水平有了极大的提高。但因地广人多，经济发展存在地域差异，受教育程度的不同，目前不少患者及家庭依然缺乏医药基础知识，迫切需要了解和掌握如何科学地、合理地选用非处方用药，以适应药品分类管理制度的推行。为此，我们特撰此书，奉献给广大读者。本书依据国家药品监督管理局公布的第一批国家非处方药，按内、外伤、妇、儿、皮肤、五官六科 72 个病证收载 273 个品种的西药和中成药，详细说明了适应证、用法、用量、副反应、禁忌证、注意事项等。读者在对症用药时或因病购药后，要仔细阅读使用说明书，按说明书的要求使用所购药品，不能拘泥于书本上介绍的内容。

为了帮助读者在医疗条件较差的情况下采用传统中医方法与中医药物治疗疾病，在每个病症后都简明介绍了有效的单方、验方、食疗方，共计 700 多个，基本可以满足常见疾病家庭治疗的需要。读者要对症用药或根据自己已购的药物选择适合治疗某一疾病的合适品种，可仔细阅读书末的两个索引。

由于水平有限，不足之处在所难免，敬请专家、读者批评指正。

编 者 王 建 国 等

编 者 王 建 国 等

编 者 王 建 国 等

编 者 王 建 国 等

编 者 王 建 国 等

编 者 王 建 国 等

编 者 王 建 国 等

编 者 王 建 国 等

编 者 王 建 国 等

编 者 王 建 国 等

编 者 王 建 国 等

目 录

●绪论	(1)
一 什么是非处方药	(1)
二 非处方药的特点	(2)
三 如何正确选用非处方药	(3)
四 怎样配置家庭药箱	(3)
五 合理配置药箱药物品种和数量	(5)
六 认真阅读药品说明书	(9)
七 正确选择给药途径和给药时间	(11)
八 小儿用药应特别审慎	(12)
九 老年人用药不能掉以轻心	(15)
十 滥用药物害处多	(16)
●内科常见病证	(18)
一 感冒	(18)
二 流行性感	(23)
三 咳嗽	(26)
四 哮喘	(32)
五 发热	(36)
六 头痛	(39)
七 眩晕(晕动症)	(42)
八 失眠	(47)

✓九	胃痛	(52)
十	呕吐	(60)
十一	腹泻	(64)
十二	腹痛	(70)
十三	痢疾	(73)
✓十四	便秘	(75)
十五	慢性胆囊炎(胆石症)	(79)
十六	慢性肝炎	(82)
十七	脱肛	(85)
十八	寄生虫病	(87)
✓十九	贫血	(92)
二十	高血压病	(96)
二十一	中风后遗症	(99)
二十二	高脂血症	(100)

●	外伤科常见病证	(103)
一	风湿性关节炎	(103)
二	软组织扭挫伤	(107)
三	疖	(111)
四	烫火伤	(115)
五	冻疮	(117)
六	痔疮	(119)

●	妇科常见病证	(123)
一	月经先期	(123)
二	月经后期	(127)
三	月经先后无定期	(129)
四	月经过多	(133)
五	月经过少	(137)

六	经期延长	(141)
七	痛经	(145)
八	闭经	(150)
九	带下	(155)

●	儿科常见病证	(161)
一	小儿感冒	(161)
二	小儿咳嗽	(165)
三	小儿厌食	(172)
四	小儿腹泻	(177)
五	疳积	(181)

●	皮肤科常见病证	(186)
一	湿疹	(186)
二	荨麻疹	(190)
三	脓疱疮	(193)
四	带状疱疹	(195)
五	头癣	(198)
六	体癣	(199)
七	手足癣与甲癣	(201)
八	稻田皮炎	(203)
九	脂溢性皮炎	(205)
十	虫咬伤	(208)
十一	皲裂	(210)
十二	痤疮	(212)
十三	婴儿湿疹	(214)

●	五官科常见病证	(217)
一	麦粒肿	(217)

(131)	二 睑缘炎·····	(219)
(211)	三 急性结膜炎·····	(221)
(021)	四 角膜炎·····	(223)
(221)	五 沙眼·····	(225)
	六 泪囊炎·····	(227)
(101)	七 流泪症·····	(228)
(101)	八 化脓性中耳炎·····	(230)
(201)	九 耳聋·····	(233)
(511)	十 慢性鼻炎·····	(235)
(511)	十一 慢性鼻窦炎·····	(237)
(121)	十二 急性扁桃体炎·····	(239)
	十三 慢性扁桃体炎·····	(242)
	十四 慢性咽喉炎·····	(244)
(021)	十五 声音嘶哑与失音·····	(247)
(021)	十六 牙痛·····	(249)
(001)	十七 复发性口疮·····	(253)

(201)	●如何按病证找药(病证索引)·····	(256)
(001)	●如何根据非处方用药确定治病方案(药品索引)·····	(265)

(101)	·····	·····
(301)	·····	·····
(201)	·····	·····
(301)	·····	·····
(101)	·····	·····
(211)	·····	·····
(211)	·····	·····
(211)	·····	·····

(111)	·····	·····
(111)	·····	·····

绪 论

一 什么是非处方药

常见病的家庭治疗，主要采用非处方药。非处方药又称OTC药品，OTC是英文“Over-The-Counter”的缩写，意为在柜台上可以买到的药品。我国政府在制定有关药品分类管理办法时指出：非处方药是指经国家批准，不需要执业医师或执业助理医师处方，消费者可按药品说明书自行判断、购买和使用的药品，可在正规药房（药店）去自选，甚至可以在超级市场上买到。恰当地使用非处方药，可缓解轻度和短期的症状及不适，还可治疗常见的小伤小病。

非处方药制度在发达国家和部分发展中国家早已建立和推行，长的已有四五十年历史，短的也有二三年时间。事实证明，它能引导人们形成自我保健意识，将保健、预防、医疗融为一体，保障人们的身体健康。非处方药的作用大致可归纳如下：

1. 对一些无需医生诊治的疾病和症状，使用非处方药进行治疗和预防；对一些经医生确诊并允许采用非处方药治疗的疾病，使用非处方药进行控制和治疗，这样可减轻国家、单位和个人医药费用负担，节约药品资源，免去上医院的时间，减轻医院门诊压力。

2. 为农村提供安全有效、价格便宜的非处方药品，可促进不发达的农村和边远地区的卫生保健工作，提高农村人民的健康水平。

3. 可以缓解政府在医疗保健方面的财政压力，更有效合理地利用医疗保健资源。

二 非处方药的特点

非处方药一般脱胎于处方药，即是通过较长时间（国际上为6~10年）的全面考察，确认某些处方药具有安全性好、疗效确切、使用方便、副反应小、价格合理、质量稳定、易于贮存等优点，由国家专门机构审批而成为非处方药。非处方用药具有以下6个特点：

1. 适应范围明确 主要为常见的或时令性的轻微疾病，症状明显，患者容易自己诊断，选准药品，自我药疗。

2. 应用安全 药品性能平和，只要按常规剂量使用，不会产生副反应，或有暂时性一般反应，患者能自行察觉，并可忍受，停药后便可迅速自行消退。药品连续应用多日，不会成瘾或引起蓄积中毒反应。

3. 疗效确切 药品作用针对性强，治疗期间不需要经常调整剂量，疗效明显，易于患者掌握和接受。

4. 质量可靠 药品理化性质比较稳定，在一般贮存条件下，较长时间内不易变质（购买时应看清生产批号及有效期，以免购买失效变质药品）。价格较为合理，患者及其家属乐于选用。

5. 说明详尽 药品说明书及包装说明较为详细，文字通俗易懂、深入浅出，阅读后就能操作。

6. 应用方便 非处方药多以口服、外用、吸入等便于患者自行应用的剂型为主，易于操作，容易掌握。

三 如何正确选用非处方药

医生治病讲究“对症下药”，自我医疗同样也要求“对症下药”，否则就不能取得满意疗效，甚至贻误病情，造成严重后果。

患者及其家属应掌握一定的医药常识，包括本书提供的有关指导，针对自己的疾病和表现出来的症状，进行综合分析，自我判断，挑选适合药品。购买药品时，首先应仔细查看外包装，绝对不能贪图便宜而购买无批准注册号、无注册商标、无生产厂家的“三无”产品，不要买包装破损或封口已被打开过的药品。然后详细阅读说明书，药品说明书是指导用药的最权威的重要信息源。往往一个疾病、一个症状有多种药物可以应用，可依据说明书的内容，请教医师或询问药房的药师、药店的售货员，反复对比，因人制宜正确选用药品。一定要严格按说明书用药，不可超量或过久服用。注意禁忌证，若患有说明书上所列禁忌证，应请教医师，不可贸然使用。

患者及其家属使用非处方药进行自我药疗一段时间后（一般3天左右），如症状未见缓解或减轻，应及时去医院诊断治疗，以免延误病情。

四 怎样配置家庭药箱

随着医药卫生知识的普及和人们物质文化生活水平的逐渐提高，近年不少家庭都配备了药箱，这是一项值得提倡的自我

保健措施。尤其在农村，一旦有小伤小病，备用的药物可解燃眉之急，非常方便及时。

怎样科学合理地配置和使用好家庭药箱呢？应该注意掌握如下几个方面：

1. 药物选购 购置药物的种类和数量，应根据家庭成员的健康状况和所患病种的需要而定。一般以治疗常见病、多发病、慢性病、时令性疾病的药物为主，品种要少而精，数量不宜多，以利及时调整更新。

购药时要仔细阅读说明书，充分了解其所含成分、药理作用、适应证、剂型剂量、使用方法及注意事项等。孕妇、乳母、婴幼儿、老年人的用药，在品种、剂量、禁忌等方面有特殊要求，更应特别注意，不可贸然购买。

2. 药品贮存 药品宜存放在低温阴凉、干燥避光的地方。每只药瓶或药盒只装一种药，贴上标签，写清药名、剂型、规格、用途、用法、用量（儿童剂量需另写一行）及注意事项。多种药品分类依次放置，便于寻找，以免混淆拿错。内服药与外用药分别用蓝字和红字书写标签，分开放置以示区别。治疗用药与保健用药应分开存放。

要特别掌握药品的有效期，如果过了有效期不要再用。如果贮存的药品中，片剂由白变黄、或出现花斑、松散、析出结晶；糖衣片发生褪色露底，呈花斑或黑色、崩裂、粘连；口服药水中出现较多沉淀物、絮状物，甚至变色、产生气体、有臭味；粉剂结成块状、发霉、变色、有异味等，都说明药物已经变质，应弃之不用。

3. 器材配备 必要的简易器材配备不可少，如体温表（婴幼儿用的肛表；成人用的口表），使用时注意用酒精消毒。家有老年人或高血压患者，应购买血压计和听诊器，学会使

用，经常自测，及时了解血压变化，指导用药，控制病情。其他如棉签、药棉、纱布、绷带、胶布、镊子、小剪刀等辅助用品也是必备之品。

4. 妥善保管 药箱放在固定的地方，每次用后放回原处，最好加锁，使小孩拿不到，以确保安全。

5. 注意用药安全 掌握药物的常规剂量和禁忌证。按说明用药，切忌疗程不足，时断时续、剂量过小或过大、频繁更换品种或当停不停、突然停药等现象，这样既达不到预期的治疗目的，还会使机体产生耐受性，病原体形成抗药性，使病情恶化，严重时引起中毒，危及生命。有过敏体质的人，使用抗生素、磺胺药、镇静催眠药、解热镇痛药时要特别谨慎，最好改用较为安全的中成药。若是危重病或病情复杂，没有医嘱，自己又无把握者，千万不要擅自用药，应立即送医院诊治，以免贻误治疗，酿成严重后果。

五 合理配置药箱药物品种和数量

药箱先依据可能遇到的小伤小病常配如下非处方药，再根据家庭成员健康状况和患病的实际情况，予以适当增补和调整。按类罗列，仅供参考。

1. 解热、镇痛、镇静类

①对乙酰氨基酚（扑热息痛、醋氨酚、必理通）片剂（0.3克），配置20片。可用于感冒、发热、头痛、神经痛与关节痛等。成人每日2~3次，每次0.3~0.6克，每日用量不得超过2克，每个疗程不得超过10天，3岁以下儿童禁服。

②阿司匹林（乙酰水杨酸、醋柳酸、巴米尔）片剂，大剂量（0.3，0.5克）片剂配置20片。能退热、镇痛、抗炎、

抗风湿。成人每日3次，每次0.3~0.5克，孕妇与患流感、水痘等病毒性疾病的小儿禁用。小剂量（0.1克）片剂配置1小瓶（100片），可用于预防血栓形成。成人每日1次，每次1片，阿司匹林对胃有刺激性，最好选用肠溶片。

③儿童退热片（对乙酰氨基酚120毫克、扑尔敏0.5毫克）片剂，配置10~20片。用于儿童感冒所引起的发热、头痛、周身痛、咽喉痛以及流鼻涕、流泪等症状，亦用于牙痛、关节痛等轻中度疼痛。口服每日3次，1岁以下每次1/3片；1~3岁每次1/2片；3~6岁每次1片；7~12岁每次1.5~2片。不得连续使用5日以上。

④乘晕宁（茶苯海明）片剂（25，50毫克），配置10片。用于防治乘车船、飞机引起的眩晕、恶心、呕吐等反应，亦可用于过敏性疾病。患晕动病者乘车、船、飞机前半小时服1~2片（25~50毫克），若需要可隔4小时续服1次，但24小时内不得超过4片。对本品过敏者、闭角型青光眼患者、有与尿道前列腺功能紊乱有关的尿潴留患者、妊娠1~4个月和哺乳期妇女禁用。

2. 化痰、止咳、平喘类

①咳必清（喷托维林、妥克粒斯）片剂（25毫克），配置30~40片。宜用于频繁干咳，但痰多而黏稠者宜与祛痰药并用。成人每日3~4次，每次1片。青光眼和心功能不全并伴有肺部瘀血的患者以及孕妇、哺乳期妇女慎用。

②必嗽平（盐酸溴己新）片剂（8毫克），配置20片。能使痰液变稀容易咳出，可维持疗效7小时左右，适用慢性支气管炎，哮喘等痰液黏稠不易咯出的患者。成人每日3次，每次1~2片，6岁以上儿童每日3次，每次半片~1片。胃炎或胃溃疡患者慎用。有感染者应与抗生素类药合用；哮喘患者应

与支气管扩张剂和抗过敏药合用。

③舒喘灵（硫酸沙丁胺醇、喘乐宁、柳丁氨醇）片剂（2毫克），配置20片。适宜于支气管哮喘、喘息性支气管炎、过敏性鼻炎。成人每日3次，每次1~2片。高血压、冠心病、糖尿病、甲状腺机能亢进等患者以及哺乳期妇女慎用，孕妇禁用。

④川贝止咳露水剂，配置1~2瓶（每瓶100毫升）。能止咳化痰，用于肺热咳嗽，痰多色黄。成人每日3次，每次15毫升；7岁以上儿童服成人量的1/2；3~7岁儿童服成人量的1/3。

3. 胃肠解痉、制酸类

①雷尼替丁（甲硝咪胍）片剂（0.15克）或胶囊，配置30片或粒。适用于十二指肠球部溃疡、胃溃疡及返流性食管炎等胃脘疼痛，胃酸过多，有烧心感的患者。成人口服每次最多150毫克，24小时不超过300毫克，早晨与临睡前服用。孕妇、乳母与青光眼患者、肾功能不全者慎用，8岁以下儿童及对本品有过敏史者禁用。

②654-2（氢溴酸山莨菪碱）片剂（5毫克），配置20片。可用于胃、十二指肠溃疡疼痛与胆道、胃肠痉挛引起的绞痛。成人每次1片，疼时服或一日3次。但脑出血急性期、青光眼患者及前列腺肥大患者禁用。

4. 抗菌消炎类

黄连素（盐酸小檗碱）片剂，配置50~100片（每片0.1克）。为广谱抗菌药，可治疗红眼病与菌痢、急性胃肠炎、腹泻等疾病。成人每日3次，每次0.1~0.4克；儿童1岁以下每次0.05克；1~3岁每次0.05~0.1克；4~6岁每次0.1~0.15克；7~9岁每次0.15~0.2克；10~12岁每次0.2~

0.25 克；12 岁以上每次 0.3 克，均每日 3 次。

15. 中成药类

①六神丸 丸剂，配置 1~2 支。能消肿解毒，可用于急性扁桃体炎、咽喉炎、痈疽疮疖等。成人每日 3 次，每次 5~10 小丸。体质虚弱者慎用，孕妇与新生儿禁用，超量服用易中毒。

②牛黄解毒片 片剂，配置 1~2 小包（10~20 片）。能清热解毒，可用于目赤、咽喉炎、急性扁桃体炎、口腔溃疡、牙龈炎和疖肿等。成人每日 3 次，每次 2 片，勿超量，防中毒。孕妇忌服。

③云南白药 粉剂，配置 1~2 小瓶。有止血、祛瘀功效，既可用于外伤，又能治疗胃肠、子宫等内出血。按说明服用，但孕妇禁用。

④藿香正气水 水剂，配置 5~10 支。能解痉、镇痛、镇吐、祛暑湿，用于外感风寒，内伤湿滞，头痛昏重，胸膈痞闷，脘腹胀痛，呕吐泄泻等。成人每日 3 次，每次 1/2~1 支（5~10 毫升），儿童酌减。

16. 外用药类

①碘酒或络合碘 配置 1 小瓶（约 20 毫升）。外涂可治疗疖子初起、皮肤擦伤、割伤、黏膜损伤、毒虫咬伤、无名肿毒等症。已破损的皮肤及伤口和黏膜处只宜用络合碘而不宜使用碘酒，但对碘过敏者禁用。

②紫药水 配置 1 小瓶（约 20 毫升）。有收敛作用，仅用于局部未破损的皮肤，严禁涂布于口腔、黏膜及开放性伤口上，以免带来严重危害。

③酒精 配置 75% 酒精 50 毫升，用于皮肤与体温表消毒。还可配置 50% 酒精 100~200 毫升，涂擦皮肤防治褥疮或