

《家庭用药与保健》

作者：李钦俦著

出版社：江西科学技术出版社

出版日期：2002年1月



《老年人就医问药指南》

作者：傅善来等著

出版社：上海科技出版社

出版日期：2002年10月

参考书目

《是药三分毒——这样吃药最科学》

作者：陆敏著

出版社：朝华出版社

出版日期：2007年5月



参
考
资
料

www.39.net 三九健康网

www.ylbj.com 医疗保健网

www.818shyf.com 上海药房网

相关链接



参
考
资
料

家庭药箱常备药品知识

现在，一般人都愿意“大病上医院，小病自己治”。因此，家庭药箱已成为居家必备，尤其是有老人和儿童的家庭。怎样使药箱发挥更好作用，相关医学知识就显得十分重要了。

家庭药箱的药品选购

小药箱中应有防治常见病的口服药，特别是家中如有患慢性病的老年人，应备齐其平时必服药品。尽管家中尚未发现冠心病病人，但只要老人就应该备有抗心绞痛的药物，以防万一。常用药还包括治疗感冒、发烧、腹泻、牙痛的药物。此外，还须有一些外用药，如眼药膏、伤湿止痛膏以及处理小的外伤的药品。

药箱应根据家庭成员的年龄、健康状况、季节来配备：春天备些抗过敏药，夏季备些中暑及防蚊虫叮咬药，秋天备些止泻药，冬季备些防治感冒、哮喘、胃病的药品。

以前有病用剩下的一些药品，一定要贴上标签注明有效期。

到药店买新药，要注意药店资质，保存好购药单据(这是消费者与药店交易、保护自己的唯一凭证)。



区分非处方药与处方药

处方药：指须凭执业医师的处方才能购买、调配和使用的药品。如注射剂、抗生素、降压药、降血糖药、降血脂药、抗癫痫药等。

非处方药：指不需要凭执业医师的处方就可以购买的药品，如助消化药、感冒药、维生素类、调经药、五官科用药、皮肤科用药等。非处方药的药品说明书和标签上都印有一个椭圆形标志，上有OTC三个大写英文字母的图案，意指在柜台上可以买到的药，多用于小病的自我治疗。



家庭药箱的药品保存

选好药箱最好是药店出售的小药箱，或自制木箱，家里小柜橱、抽屉也可以。

分门别类将内服药与外用药、处方药和非处方药、药品与保健品分开放置。

注明标签标注药名、规格、数量、有效期、失效期、适应症、用法用量、禁忌症、不良反应、注意事项。



储存条件一般放在干燥、阴凉、避光的地方，个别应放冰箱里(如眼药水)。

固定地点放在方便拿取、小孩子拿不到的地方，最好不要上锁。

特殊归档慢性病(冠心病、高血压、糖尿病、癫痫等)患者日常用的药，可根据医嘱设档单放。

定期清查凡是过了有效期、变了质、标签脱落的药品，要坚决清除并及时更新。

保留说明书药品是特殊商品，使用得当可防治疾病，使用不当会危害健康。用前一定要与说明书对照一下。

学会阅读药品说明书药品说明书是鉴别药物真伪和正确用药的依据，其完整项目举例说明，如默克药厂的康克(共22项)：药品名称(通用、商品、英文、汉语拼音、主要成分、分子式、分子量)、性状、药理毒理、药代动力学、适应症、用法用量、不良反应、禁忌症、注意事项、孕妇及哺乳期妇女用药、儿童用药、老年患者用药、药物相互作用、药物过量、规格、储藏、包装、有效期、进口药品注册证号、分包装批准文号、生产企业、分装企业。

家庭药箱注意事项

1 配备原则：

家庭药箱的内容应视家庭人口多少与家庭成员健康状况而定。选购药品要有的放矢，一般以治疗常见病、多发病、慢性病的药物为主，品种要少而精。要贴有标签，标签上写清楚药名、规格、用途、用法、用量以及注意事项。小儿用药及使用剂量也要写清楚。内服药与外用药分开存放，并要有明显标志写明是外用，还是内服，以免用错药。



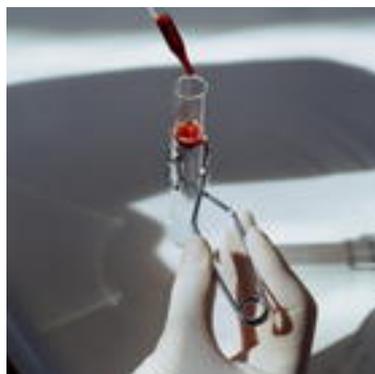
2 注意贮藏：

家庭备用的药物应放在干燥通风阴暗处保存。因为药物受空气、阳光、湿度、温度的影响较大，容易变质失效，尤其是存放于密封不严的瓶子和药袋内更是如此。另外，家中有小孩的，应注意存放的药品不要让小孩能拿到，以免误服。



3 定期检查药品质量：

家庭药箱备存的药物应定期检查是否变质，注意药品的失效日期。



参
考
资
料

家庭药箱应当如何配备

家庭药箱的内容一般以常见病、多发病、慢性病和时令性疾病药物为主，品种要少而精，数量不宜多，可随时调整、更新。

贮存药物时，一只药瓶或药盒最好只装一种药，以防外形相似而混淆，而且要贴上标签，写清药名、剂型、规格、用途、用法、用量及注意点。按一定次序存放，内服药与外用药务必分开。药箱用毕最好加锁或放在小孩拿不到的地方。



使用药物时，需注意以下几点：

有过敏体质的人，对于抗生素、磺胺类、镇静催眠剂和解热镇痛药及某些中成药等的使用，要特别谨慎。如速效感冒胶囊中含有阿司匹林或扑热息痛成分，有过敏者则禁用。

有慢性肺心病或肺功能不全者，在用止咳化痰药的同时不能再服催眠药，以免抑制呼吸功能。

高血压、冠心病患者，若发生心痛、头晕，首先应测量血压，而不要盲目地大剂量服药，以防血压下降幅度过大。

家庭药箱需要购置哪些药物，应视家庭成员的健康状况和所患的病种而定。一般以治疗常见病、多发病、慢性病以及时令性疾病的药物为主，且品种要少而精，数量不宜多，可随时加以调整、更新。

内服药物如何配备

安定 具有镇静、催眠等作用。失眠者可于睡前服用，但久服易成瘾；男病人易导致阳痿。对孕妇、婴儿、青光眼病人及重症肌无力患者禁用。

乘晕宁 患晕动病者，乘车、船、飞机前半小时服用，能避免眩晕、呕吐等反应。

阿司匹林 能退热、止痛、抗炎、抗风湿。其小剂量还可预防血栓。但对胃有刺激性，最好用其肠溶片。孕妇与患流感、水痘等病毒性疾病的小儿禁用。

咳必清 宜用于频繁干咳，但对痰多、粘稠者禁用。

复方甘草合剂不但能止咳，而且有化痰功效，适用于伤风感冒与急性支气管炎初期。2岁以下小儿忌服。

氨茶碱 可用于多种哮喘。但对急性心肌梗塞伴有血压显著降低者忌用。贮存时，勿露置于空气中，以免变黄失效。

舒喘灵 可防治支气管哮喘、哮喘型支气管炎和肺气肿患者的支气管痉挛。它不宜与心得安合用。对心血管功能不全、高血压和甲状腺机能亢进病人均应慎用。

云南白药 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。孕妇忌用。

雷尼替丁 适用于十二指肠球部溃疡、胃溃疡及返流性食管炎等，在清晨与临睡前服。但对孕妇、乳母与青光眼病人及肾功能不全者慎用。

多酶片 若消化液分泌不足，消化不良，或饱餐过食，某些肠道传染病的恢复期出现功能性消化不良时，可在饭时服用多酶片。因其外包肠溶衣，不宜咬碎。

复方新诺明 可用于支气管炎、肺部感染、尿路感染及菌痢等。但对过敏者禁用。

黄连素（又称盐酸小檗碱）可治疗红眼病与菌痢、急性肠胃炎等疾病。

氟派酸（又称诺氟沙星）可用于呼吸道、泌尿道、肠道和阴道等感染性疾病，但对胃溃疡者慎用；少儿及孕妇、乳母禁用。少儿可改用无味红霉素。

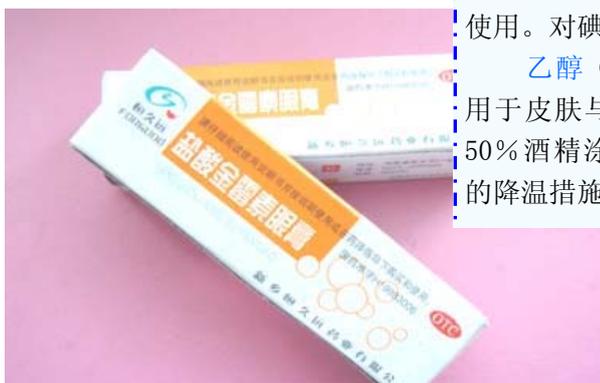
甲硝唑（又称灭滴灵）适用于厌氧菌感染、牙周炎及滴虫、阿米巴原虫等感染。孕妇禁用。

先锋霉素6号 可用于呼吸道、泌尿道、肠道等轻度感染。

牛黄解毒片 可用于目赤、咽喉炎、急性扁桃体炎、口腔溃疡、齿龈炎和疔肿等症。勿超量，防中毒。孕妇忌服。



资料来源：
<http://www.39.net/>
39健康网



高锰酸钾（简称PP粉） 其0.1%溶液可用于肛裂、痔疮、妇女外阴炎症等的坐浴。勿用开水溶解，因易分解，溶液变褐紫色已失效。

风油精 能提神醒脑，可防治晕车、头痛及蚊叮虫咬等症。

金霉素眼膏 可用于结膜炎、沙眼、麦粒肿，也可用于鼻粘膜肿痛等。

创可贴 有止血消炎作用，适用于切口整齐、清洁、表浅、较小的不需要缝合的刀割伤，此属应急治疗。若所贴患处受潮或污染，应立即更换。

外用药如何配备

红药水 可用作皮肤擦伤、割伤及小伤口的消毒，但不可用于眼、口部及大面积伤口，以防中毒；也不能与碘酒同用，过敏者禁用。

紫药水 仅用于局部未破损的皮肤，有收敛作用，但严禁涂于口腔及粘膜或开放性的伤口上。

碘酒（又称碘酊） 可用于治疗皮肤擦伤、毒虫咬伤、无名肿毒等症。若已破损的皮肤及伤口粘膜不宜使用。对碘过敏者禁用。

乙醇（俗称酒精） 以75%浓度用于皮肤与体温表及其他器械消毒，50%酒精涂擦皮肤，可作为高热病人的降温措施之一。



参
考
资
料