

<<常见病科学用药细节>>

图书基本信息

书名：<<常见病科学用药细节>>

13位ISBN编号：9787538435917

10位ISBN编号：7538435913

出版时间：2008-1

出版时间：吉林科学技术

作者：纪康宝 编

页数：320

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<常见病科学用药细节>>

### 内容概要

保持良好的健康状态是人们的共同心愿。如何做到小病治疗不上医院，是人们比较普遍的需求。但是，如果药物使用不当，又会对人体产生极大的危害。即使是人们比较熟悉的、毒副作用相对较轻的非处方药，在选购、保存和使用上同样存在着各种问题。

面对媒体上铺天盖地、光怪陆离的药品广告，你能正确判断出各种药品广告的可信度吗？想知道什么是药物吗？想知道药物治病的奥秘吗？

人吃五谷杂粮，身体难免生个病痛。对常见的疾病多有些认识，了解病因、病理，常用的治疗方法，有效的诊疗方案以及护理和就医的要点，面对病痛心中有数，不至于动不动就去医院奔波，对医生的诊疗也不会一头雾水，了解了常见病，就是身体抱恙也不会紧张。

即使你不是专业医药人士，你也有必要多积累一些医药、护理，急救的知识和技能。千万不要小看自己的能力，有了这些知识和技能垫底，到了用时就可以从容应对、争取最佳的救治效果，对于生命和安全，可是人人有责的。

保健首先靠自己，防患未然最重要。不要指望医师、药师、保健师对你的健康负责，最贴心的保健师是你自己。如果你都不精心，别人再关心也没有用。做到防患于未然其实更加省时，省力，省心。

健康是由自己主宰的，虽然我们不能违抗自然规律，去阻挡死亡的脚步，但我们能让自己的机体更有活力，能够通过自己的努力获得质量更高的生命。

因此，本书以家庭科普读物的形式，对关系到大众健康的疾病预防与合理用药问题作了详细的解答。

全书内容包括合理选购药物，真假药物辨别，用药的禁忌与用法，家庭药箱的的贮藏与保管，详细介绍各种疾病用药的细节提醒，药物的毒副反应，合理用药滋补、疾病用药中常见的误区分析等各方面的细节知识，解决你家庭生活中最常见的医疗保健顾问。希望读者能更好的了解自己的身体和疾病，学习自我健康管理，对自己的健康负责，好好地利用医药资源维护自己的健康。

## <<常见病科学用药细节>>

### 作者简介

纪康宝，著名养生专家、大众健康科普作家，国内知名养生机构孔伯华养生医馆“亚健康教育研究室”主任。

近年来，纪康宝先生一直致力于亚健康教育与中医养生保健的课题研究，相继出版了一系列养生保健著作，如《细节决定健康》、《习惯是最好的医生》、《给老爸老妈的健康枕边书》等。

其中《细节决定健康》自2005年出版以来，荣登各类图书排行榜，成为倍受瞩目的大众健康类畅销书！

纪康宝先生的作品因独特的养生视角和新颖的健康理念广受好评，成为大众健康类图书一道独特的风景线，其本人被业界权威媒体《中国图书商报》评选为“2006年十大健康图书策划人”。

## &lt;&lt;常见病科学用药细节&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 有病早知道从细节上感知疾病的征兆1 注意消化不良亮出的“黄牌警告”2 从哪些细节能判断新生儿是否有病3 什么情况下应警惕可能患了肝病4 腰痛是患了肾病吗5 这样的消瘦是病态6 怎样自我判断性交过度?7 经常打嗝,可能有胃炎8 细节决定健康9 蹲下站起来头晕,大半是脑贫血10 养成便后观察大便的习惯11 胸口发闷,注意冠心病12 SOHO族的健康风险13 你神经衰弱吗第二章 上医治未病疾病预防必知的细节常识1 三分治,七分养2 健康的十大杀手3 维护身体健康的四条防线4 不良饮食习惯导致现代“富贵病”5 就邀赴宴,筷下留情6 顺就睡眠节律寿命长7 请多走一走路8 图舒服的习惯导致“人找病”9 从源头扼住肥胖10 生病起过用11 熬夜工作有害健康12 每周娱乐半天13 关注人体的“负营养”14 养成常动的习惯15 穿衣睡觉注意“小气候”16 没有病不等于健康17 有病寻医不如及早防治18 饥饱平衡是重要的养生之道19 忽视细节旅游也会乐极生悲20 “生物钟磨损”易致病21 家庭隔离和消毒应注意的细节22 人体也要防生锈23 注意细节预防“家庭病”24 “烟枪”、“酒鬼”要当心脑血管疾病25 健康度过每一天26 医生也不能保证所有人的健康27 防治抽要把劲儿使在点子上第三章 药物选购细节,买药选药要明白1 买药不可一味求时髦2 只选对的,不服贵的3 买药不要跟着广告走4 自我用药不宜求洋5 对症选药6 购买药品后请索取发票7 用药需遵医嘱,药品说明书只能作参考8 根据病情储备药物9 买药时你该说什么10 游医、药贩的药不能买11 学会识别假药和劣药12 买到假劣药品该咋办13 慎重邮购药品14 不要被医药促销的花言巧语所迷惑15 不要购买已经淘汰的药品16 选择药物不能望文生义17 购药注意药物含量18 如何识别保健食品和药品19 服药分清“复方”与“复合”20 如何选用外用药第四章 家庭药箱管理细节 用药前要擦亮眼1 使用非处方药一定要仔细阅读说明书2 选用非处方药物之前一定要了解自己的身体状况3 服药前多问问注意事项4 变了色的药片不能吃5 没过期的药品也要小心服用6 正确理解服药时间的“饭前”、“饭中”和“饭后”7 有的药物可影响毛发生长8 慢性病人用药应坚持9 用药也有个体差异10 家庭存药别用纸盒11 定期清理家中药箱12 用药途径不可随意选择13 过敏体质的用药应注意的细节14 一药多名,用时要审清15 用进口药要注意什么16 当心药名一字之差17 六种情况不宜购药自用18 不要轻易服用他人赠送,转送的药物19 不要随意改变药物剂型20 正确掌握给药间隔21 同一药品的不同剂型不可同时用22 药品的禁用、忌用与慎用23 用药也“男女有别”24 西医也讲究忌口25 存药宜用“元配”26 服用非处方药也要注意有期限第五章 疾病自疗细节对症下药疗效好1 药“到”一定病“除”吗2 头痛不要长期乱用止痛药3 牙痛应急止痛法4 只要青春不要痘5 小伤口宜暴露,大伤口宜湿敷6 降压治疗不要操之过急7 高血压病人降压不能矫枉过正8 学会自己测血糖、尿糖9 糖尿病人在治疗中应注意的细节10 使用抗癌药物的注意事项11 多痰病人不可以服用咳必清12 治疗心绞痛药物不可乱用13 降压药要长期坚持应用14 学会选择降脂药物15 重视首剂效应16 冠心病病人应随身携带的药品17 皮肤病用药要因剂型而异18 长期服药与脑血栓复发的预防19 旅行中如何用药防治晕动病20 如何处理旅行中常见的疾病21 旅行中被毒蛇咬伤怎么办22 预防骨质疏松要走出补钙误区23 腹泻——找对病因再选药24 肚子痛不要过早服用止痛药25 发烧降温别太急26 胆囊结石“重女轻男”27 不可挤压鼻尖、鼻孔及上唇的疔疮28 鼻孔流血忌用纸塞29 口腔溃疡切勿自行乱用药30 牙痛不是病,痛起来真要命31 内养外治,向青春痘说再见32 “少白头”莫发愁33 颈椎牵引时要注意的细节34 扭伤后24小时后再贴膏药35 创可贴使用有讲究36 家庭急救的八大禁忌37 冷水是某些急症的良药38 哪些日常用品可用来急救第六章 规范用药细节 安全用药无后患1 用药必须按疗程2 调料也会影响药效3 不宜用牛奶送服药物4 不宜用果汁饮料送服药物5 用药期间切忌饮酒6 用药也要讲究姿势7 为什么不宜空腹服药8 看钟服药很重要9 服用口服药物应注意的细节10 哪些药物嚼碎服才能获得最大疗效11 慎用补血药12 把握用药缓急,保证药物疗效13 如何处理剩余的药品14 哪些药物会引起高血压15 服用降压药有三忌16 血压降至正常也应坚持治疗17 感觉病好也不要立即停药18 久服心痛定不宜突然停药19 怎样合理使用止痛药20 莫让野医点黑痣21 用药别忘了自己作笔记22 服药警惕营养失衡23 外出旅行常备哪些药品24 眼药水滴得过频会伤眼睛25 警惕药物对胃的伤害26 不要见失眠就吃安眠药27 胃有九怕,用药要小心28 手足裂口涂药不要“见好就收”29 使用外用药也要注意安全30 痰多患者服药有禁忌31 输液进要注意观察药物反应32 药物皮试不能少33 药物应以白

## &lt;&lt;常见病科学用药细节&gt;&gt;

开水送服34 睡前安眠勿用止咳药35 服用糖浆后能否立即喝水36 服药期间,禁止吸烟37 漏服药物不要随意补服

第七章 老年用药细节 老年用药要慎重1 老年人应禁忌和控制剂量的药物2 老年人不能迷信补药和抗衰老药3 “五种药物法则”和“半量法规”4 老年人用药“五先五后”5 老年多痰者不要急于止咳6 治疗老年便秘药物有四忌7 老年人久病切莫充当“经验医生”8 使用速效救心丸应注意的细节9 老年人用药应注意的问题10 老人用药四忌11 年老体弱慎输液12 可致老人痴呆的药物13 中老年妇女不要随意服用雌激素14 老年急症用药应注意的问题15 痔疮病五忌16 老年人用药应减量17 老年人用药需定时18 老人输液速度不可过快19 老年人用药要注意挑选20 老年人需要补锌21 安眠药应几种药物交替使用

第八章 妇女用药细节 女性用药全方略1 面部祛斑用药细节提醒2 如何选择药物美容化妆品3 避孕药美容要不得4 阴道炎要夫妻同治5 外阴瘙痒自我治疗应注意的细节6 私处也要常打理7 发现乳房肿块要注意的细节8 借药丰乳不可取9 月经期用药要慎重10 痛经的自我治疗与护理细节11 观察白带能辨疾病12 更年期女性易患牙病13 妇女更年期不可滥用药物14 使用泻下药只能“拉稀”,无助于减肥15 不要把希望寄托在减肥药上16 并非每个肥胖者都适合药物减肥17 减肥莫减维生素18 减肥药物可以长期使用吗19 妇女不宜自行阴道用药20 女性不宜常用雌激素美容21 不能用高锰酸钾洗外阴22 肾虚让女人不再美丽23 药物排毒美颜不可忽视的细节

第九章 男性用药细节 关注细节捍卫你的性福1 男性要经常自我检查睾丸2 中年男人憋“醒”是种病3 正常人千万不要吃“伟哥”4 男士请勿单用壮阳药5 由血精所导致的不育如何治疗6 遗精和溢精有差异,用药当不同7 千万不要盲目使用性药具8 患性病不可偷偷买药自己治疗9 澄清性梦的几个糊涂观念10 早泄不要慌,治疗有方法11 保卫你的前列腺12 阴茎包皮过长和包茎者应早治疗13 忽视细节生殖器“很受伤”14 如何预防痔疮发作15 影响性生活心理因素16 性病患者忌乱投医17 两性性功能的职业预防保健处方18 男性健康的误区19 肾虚别心虚20 警惕药物影响你的性功能21 性功能障碍也要夫妻同治22 准父亲用药须当心对精子的损害23 阴囊瘙痒最忌乱抓23 重视你的精液先兆

第十章 健康生育 计划和用药有规则1 妊娠期注意用药细节,呵护胎儿健康2 慢性病或妊娠异常应提前数天住院待产3 服避孕药的同时要服用维生素4 避孕药不宜与抗生素同服5 避孕药要按时服6 口服避孕药有“五忌”7 女性不孕症需要做哪些检查8 切忌自行用药打胎9 孕妇用药不宜随意自购10 妊娠呕吐不宜用止吐药11 保胎药也能毁胎12 应有促排卵药物应注细节13 如何选择避药物14 乳母不可代替小儿服药15 哺乳期妇女禁用或慎用的药物16 哺乳期避孕不宜用避孕药17 刚停服避孕药的妇女不宜马上怀孕18 孕妇患病服药会影响优生吗19 紧急药每月只能吃一次20 孕妇怎样进行自我监测21 剖宫产时的细节注意事项22 产后奶少用什么药好23 授乳时乳头受伤的处理

第十一章 儿童用药细节 把握细节求安全1 给新生儿喂药要注意的细节2 幼儿慎用止咳药3 运用心理战术给小孩喂药4 新生儿不宜用退热药5 儿童打预防针需注意6 儿童打针出现肿块怎么办7 健康孩子不宜常吃葡萄糖8 小儿补锌不能过度9 儿童常服鱼肝油不好10 小儿常用“小药”并不好11 正确使用痱子粉和花露水12 儿童感冒慎用抗生素13 秋季驱蛔虫疗效最佳14 儿童用药不能用成人药代替15 不要捏鼻子给小孩灌药16 小孩用药量计算法17 怎样带孩子去看病

第十二章 补亦有度进补药不可乱吃1 乱服补药有害无益2 补钙当以天然食补为优3 补药仍然姓“药”4 不要错把营养素当补药5 维生素E不需额外补充6 维生素制剂不是滋补药7 微量元素并非多多益善8 保健食品不能替代药品9 你是易缺维生素的人吗10 身体症状告诉你该补哪些维生素11 不宜进补的几种人12 人造矿物质不要滥服13 补铁不宜过多14 人人都需要补钙吗. 15 不要把铁剂作为“补血营养药”长期服用16 不要将补药和补品混为一谈17 营养保健品与药应错开服用18 购买保健品要认准“牛头标”19 天然保健品中的黑马——螺旋藻20 学会以矿物质与其他营养素祛病21 服用含酶保健食品要先做分析22 尽量减少有害矿物质的摄入23 必要时服用改善免疫的保健食品24 不要给健康小孩滥用补药、补品25 哪些人适宜服用保健食品26 维生素类药物不宜饭前服27 儿童性早熟与服用保健品有关28 补药要空腹温服

第十三章 一分而二切莫滥用抗生素1 不是所有的发烧都是感冒,别乱用抗生素2 合理使用抗生素3 服用抗生素也要忌口4 抗生素不能用作预防性感染5 孕妇不得随便使用抗生素6 哺乳期的抗生素选择7 腹泻时要慎用抗生素8 见“炎”慎用消炎药9 对青霉素过敏者也要慎用先锋霉素10 不要随意加大或减少抗生素的用量11 使用抗生素不宜频繁改换12 限制抗生素的局部使用13 使用抗生素时应掌握其适应证14 不可同时应用几种抗生素15 注射青霉素前一定要做皮肤过敏试验16 黄板牙,原来是四环素惹的祸17 外用抗菌药也会有过敏

## &lt;&lt;常见病科学用药细节&gt;&gt;

反应第十四章 给健康加上“保险”用药后的自我监测1 警惕吃药的成瘾性2 服药后要做好自我监测3 吃药之后不能马上睡觉4 怎样识别药物的不良反应5 打完针后不要马上离开6 注射后禁忌按摩针点7 吃药前应了解药物的副作用8 打防疫针可出现的反应9 注意输液不良反应10 用药也会用出皮肤病11 药物中毒怎么办12 影响人体外观的药物13 这些药会使大小便变色14 走出对药物不良反应认识的误区15 错服药物怎么办第十五章 疾病用药误区走出自我调治药疗的藩篱1 不要滥用速效感冒胶囊2 以药相赠危险多3 长期用药者要注意经常更换药物4 外用酒精宜忌5 眼药水也不能天天用6 咽喉不适或异物感不一定是“慢性咽炎”7 白蛋白是急救药不是补药8 去痛片不是止痛止9 不要稍有不适就忙吃药10 多种感冒药不可一起服用11 对伟哥认识上的误区12 治疗便秘不能依赖开塞露13 用过的药也会引起过敏14 胶囊剂不可打开服用15 用药勿贪多,欲速则不达16 不要一味要求医生开特效药17 创可贴并非百创可贴18 骨质增生其实可以“听之任之”19 不能拿药物含片当糖吃20 激素软膏不是治疗所有皮肤病的万灵丹21 老病号别给自己擅自开药方22 打针比吃药好得快,但没有吃药效果好23 这几种病不用急着治24 药物流产比人工流产好吗25 走出胃病用药误区26 怎样防止止痛药的应用走入误区27 反复打喷嚏流鼻涕不一定是感冒28 预防接种的误区29 慢性鼻炎不宜用抗生素治疗30 生活中常见的无效用药31 瘦人也会有高血脂32 莫把流脑当成了感冒33 不要把万金油当作万能油使用34 高血脂症的非药物疗法35 莫把药物副作用当新病36 当心,急性阑尾炎也会声东击西37 脱发者请不要盲目使用生发药水38 疼痛,不能一忍再忍39 带病也可延年益寿40 养病不必长期卧床41 对待疾病的五个错误心态42 戒除用药时的五个不良心理43 用药灵不灵,一半在心情44 患病时可用药但非最佳选择45 伤口换药并非越勤越好46 与外伤有关的一些误区第十六章 就诊住院细节 学会医患合作疾病好得快1 选择医院有要诀2 看病数忌3 当你去看心理医生时4 心理咨询过程中的细节提醒5 患者要主动与医生交流6 向医生问一个“为什么”7 怎样识别“现代庸医”8 莫上医托的当9 对医生可信赖但不要期望过高10 女性不良就医习惯影响健康11 女性病人怎样面对男性医生12 门诊挂号注意细节巧安排13 看病时记得带上病历14 怎样看病最省钱15 怎样去看专家门诊16 何种情况应挂急诊17 CT检查时应注意的事项18 做X线检查时应注意做好身体防护19 做B超检查时应该注意些什么20 怎样识读医生的处方21 病人不肯看病服药怎么办22 家中有人突然发病,呼叫救护车是最佳的选择23 要准备好应急电话簿24 急诊后,先在急诊室留观一段时间25 服用哪些药会影响化验结果26 病人信院时应做的准备27 住院病人应注意哪些规则28 就医时怎样述说病情29 把病情让家人和朋友知道30 转科或转院手续的办理31 候诊时应注意什么32 开具处方时的注意事项33 保存好自己的病历34 当一个聪明的就医者35 慢性病人要善于养生和抗病36 防治常见病与不适感37 探望病人送什么礼品好38 正确看待化验单的“正常值”39 出院前向医生请教40 出院后,不要马上就上班41 家中应备几本医药书籍第十七章 联合用药细节药物联用疗效好1 选联合用药有利有弊2 安眠药不宜与其他药同服3 服避孕药时不宜同服这些药物6 不宜与药酒同服的西药7 含生物碱的中药及中成药与西药配伍的一般配伍禁忌8 麻黄及其制剂与西药的配伍禁忌9 颠茄生物碱及其制剂与西药的配伍禁忌10 含铁中药与西药的相互作用及配伍禁忌第十九章 家庭护理与康复细节走出疾病的困扰1 家庭病床布置的技巧2 怎样护理好半身不遂的病人3 头部外伤后要注意家庭观察4 卧床患者清洁卫生的几点细节提醒5 注意在细节上做好病人的心理护理6 婴幼儿的护理7 新生儿需要人们的爱抚8 产妇的护理细节9 老年病人的护理细节10 拐杖的选择和运用11 坐轮椅的学问12 临终病人的护理细节13 为危重患者翻身的方法14 发热的护理第二十章 健康体检 构筑半身不遂预防的坚固防线1 定期体检,少花冤枉钱2 健康体检有四忌3 孕期应做的化验检查4 想要健康宝宝,准爸爸也要做好孕前检查5 婚前体检不可少6 不要等到身体不舒服了才去做健康检查7 孕期做B超别超过3次8 产后检查确何身体健康恢复9 妇科体检应选择恰当的时机10 未婚女性也应该做体检11 做好体检前的细节准备12 对体检之后的六种错误看法13 白领体检不要“抓大放小”14 老人体检有重点15 什么情况时需要复检16 体检,不仅仅是要重视过程

## <<常见病科学用药细节>>

### 编辑推荐

《常见病科学用药细节》汇集了疾病用药的16个方面500个用药细节，对患者就医用药过程和预防保健程序中可能遇到的细节问题进行了全面讲述，使您了解常见病的家庭用药常识，做到小病在家治，面对病痛心中有数。

告别昂贵的医药费，把握自己的健康，呵护全家的幸福，《常见病科学用药细节》通俗易懂，实用性强，适合广大患者及患者家属阅读和参考。

<<常见病科学用药细节>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>