

群众用药指南：如何正确使用非处方药？

何俊良

眉山市东坡区大石桥街道社区卫生服务中心 四川眉山 620020

非处方药（OTC药品）是指不需要医生处方即可购买的药物，通常用于缓解轻度的疾病和症状，如感冒、头痛、消化不良等。尽管这些药物方便易得，但不当使用可能引发健康问题。本文旨在介绍非处方药的正确使用方法，帮助公众安全、有效地管理健康。

非处方药的分类

非处方药种类繁多，主要包括以下几类：

- 镇痛药：如对乙酰氨基酚（扑热息痛）、布洛芬和阿司匹林，用于缓解头痛、关节痛、肌肉痛等。
- 抗过敏药：如氯雷他定、苯海拉明，用于缓解过敏症状，如打喷嚏、流鼻涕、眼睛发痒等。
- 感冒药：如伪麻黄碱、右美沙芬，用于缓解感冒和流感症状，如鼻塞、咳嗽等。
- 胃肠药：如氢氧化铝、甲氧氯普胺，用于缓解消化不良、胃酸过多和便秘等症状。
- 皮肤药：如氢化可的松、抗菌软膏，用于治疗皮肤过敏、瘙痒和轻微的皮肤感染等。

正确使用非处方药的原则

要安全、有效地使用非处方药，以下几点尤为重要：

1. 阅读药品说明书

- 药品成分：了解药品的主要成分及其作用机制，确保没有过敏成分或与其他药物有相互作用的成分。
- 适应症和用法用量：明确药品的适应症及推荐的用法用量，不得随意增减用量或频率。
- 注意事项和禁忌症：了解药品的注意事项及禁忌症，特别是对于有慢性疾病或特殊情况的患者，如孕妇、哺乳期妇女和儿童。

- 副作用：知晓药品可能引起的副作用，及时监测并应对不良反应。

2. 咨询专业人士

- 咨询医生或药师：虽然非处方药无需医生处方，但在使用前咨询医生或药师，特别是当症状较重或持续时间较长时。

- 不滥用药物：非处方药应按照说明书或医生建议使用，不应因症状未见好转而随意加大剂量或频率。

3. 了解药物相互作用

- 药物之间的相互作用：了解非处方药与其他药物可能发生的相互作用，避免同时使用多种药物而引发不良反应。

- 饮食与药物的相互作用：了解饮食对药物吸收和代谢的影响，如某些药物不宜与酒精或某些食物同服。

4. 存储和保管

- 正确存储：按照药品说明书的要求存储药物，避免高温、潮湿或阳光直射。
- 保管安全：将药物放置在儿童无法触及的地方，避免误食。

常见非处方药的使用注意事项

镇痛药

来源期刊



中国期刊网

暂 无 封 面

健康世界

2024年14期

相关推荐

同分类资源

更多

- [\[基础医学\]](#) 调神助育：靳三针疗法治疗男性..
- [\[基础医学\]](#) 老年慢性病多病共患患者药物相..
- [\[基础医学\]](#) 正念认知干预对青少年抑郁障碍..
- [\[基础医学\]](#) 叙事护理结合人文关怀干预对儿..
- [\[基础医学\]](#) 肿瘤患者对于输液港护理知行信..
- [\[基础医学\]](#) 正念认知干预在青少年抑郁症患..
- [\[基础医学\]](#) 运用岐黄针疗法治疗帕金森病运..
- [\[基础医学\]](#) 挑四缝穴结合中药治疗肠系膜淋..
- [\[基础医学\]](#) 针刺治疗勃起功能障碍作用机理..
- [\[基础医学\]](#) 程序化护理措施在重症颅脑损伤..

相关关键词



· 对乙酰氨基酚（扑热息痛）：常用于缓解头痛、发热和轻度至中度疼痛。每日最大剂量不超过4克，以免引发肝损伤。

· 布洛芬：适用于缓解炎症、疼痛和发热。长期使用可能引发胃肠道不适、溃疡或出血，需注意胃肠道健康。

· 阿司匹林：除镇痛外，还具有抗血小板聚集作用。慎用于有出血倾向或胃肠疾病的患者。

抗过敏药

· 氯雷他定：常用于缓解过敏性鼻炎、荨麻疹等过敏症状。副作用较少，但需避免超量服用。

· 苯海拉明：用于缓解过敏症状和失眠，但可能引起嗜睡和注意力不集中，驾车或操作机械时需谨慎。

感冒药

· 伪麻黄碱：常用于缓解鼻塞。心血管疾病患者应谨慎使用，避免与含有相同成分的药物同时服用。

· 右美沙芬：用于止咳。长期或超量使用可能引发依赖性，需按推荐剂量服用。

胃肠药

· 氢氧化铝：用于中和胃酸，缓解胃酸过多引起的不适。长期使用可能引起便秘，需配合饮食调整。

· 甲氧氯普胺：用于缓解恶心、呕吐和胃食管反流。副作用包括嗜睡、头晕等，需注意避免与其他中枢抑制药物同时使用。

皮肤药

· 氢化可的松：用于治疗皮肤炎症、瘙痒等。长期使用可能引发皮肤变薄、色素沉着等，需按医嘱使用。

· 抗菌软膏：用于治疗轻微的皮肤感染。避免长期或大面积使用，以防止耐药菌的产生。

特殊人群的用药指导

孕妇和哺乳期妇女

· 选择安全药物：孕妇和哺乳期妇女应选择对胎儿或婴儿无害的药物，尽量避免使用未经验证安全的药物。

· 咨询专业意见：使用任何非处方药前，应咨询医生或药师，确保药物的安全性。

儿童

· 儿童专用药物：选择适合儿童年龄和体重的专用药物，避免使用成人药物。

· 剂量准确：严格按照说明书或医生建议的剂量给药，避免过量或不足。

老年人

· 监测副作用：老年人常有多种慢性疾病，用药较为复杂，需密切监测药物的副作用。

· 避免多药联用：尽量减少同时使用多种药物，避免药物相互作用。

非处方药的安全管理

识别假药

· 正规渠道购买：通过正规药店或药品电商平台购买非处方药，避免在不明渠道购买。

· 检查包装和批号：购买药品时检查包装是否完整，确认药品批号、生产日期和有效期。

药物滥用防范

· 了解药物滥用风险：一些非处方药可能引发依赖性，如右美沙芬、伪麻黄碱等。使用时需严格遵照说明书，避免长期或超量使用。

· 教育与宣传：加强公众对非处方药安全使用的认识，避免误用、滥用药物。

非处方药的误区

误区一：非处方药无害

很多人认为非处方药是安全的，但不当使用仍可能引发严重健康问题。应按说明书或医生建议正确使用药物。

误区二：药效不佳就增加剂量

当药物效果不显著时，不应随意增加剂量。增加剂量不仅可能引发副作用，还可能导致药物过量。

误区三：长期使用同一种药物

长期使用同一种非处方药可能导致药物耐受性或依赖性，应在医生指导下调整用药方案。

误区四：非处方药可以治愈所有疾病

非处方药通常用于缓解症状而非治愈疾病。如症状持续或加重，应及时就医，避免延误治疗。

用药安全的注意事项

注意用药时间

某些药物可能需要特定时间服用，如饭前、饭后或睡前。遵循说明书上的用药时间，有助于提高药物疗效。

避免药物过期

过期药物可能失去疗效或产生有害成分。定期检查药品有效期，及时处理过期药物。

妥善处理药物

过期或不再使用的药物应妥善处理，避免污染环境或被误用。可咨询当地药店或医疗机构，了解药物回收或处理的方式。

总结

非处方药在日常健康管理中发挥着重要作用，但正确使用至关重要。通过阅读药品说明书、咨询专业人士、了解药物相互作用、合理存储和保管药物，可以最大限度地保障用药安全与效果。尤其对于孕妇、哺乳期妇女、儿童和老年人等特殊人群，更需谨慎用药。在使用非处方药的过程中，保持科学态度，避免误区，合理用药，才能真正发挥药物的作用，维护健康。

同系列内容

1	心跳骤停怎么办？急诊心肺复苏全解析	230	2024-09
2	门脉高压症：认识这一肝脏疾病的严重后果	215	2024-09
3	湿疹怎么治？中西医结合有妙招！	213	2024-09
4	学龄前儿童营养状况分析	232	2024-09
5	尿毒症重生之旅：血液净化的力量	213	2024-09
6	急救中的“黄金四分钟”指的是什么？	437	2024-09
7	肿瘤治疗多样化：从传统到创新	241	2024-09
8	老年性耳聋可预防，听力保健从现在做起！	219	2024-09
9	透析后的小贴士：吃喝拉撒怎么管？	243	2024-09
10	静脉炎：预防与处理都重要	220	2024-09

查看全部

关于我们

期刊网介绍
服务条款
知识产权声明
联系我们

特色服务

学术通
定制服务
广告合作
友情链接

期刊合作

期刊合作
合作流程
商务合作
广告服务

产品服务

期刊大全
论文中心
期刊检索
论文检索

客服电话：400-889-0263

客服QQ：00000000 琼网文【2021】1550-113号

增值电信业务经营许可证：琼B2-20210322

出版物经营许可证：新出发龙华出字第(2021)009号

广播电视节目制作经营许可证：(琼)字第00779号

若发现您的权益受到侵害，请立即联系客服QQ(30444492)或邮箱(qikanoline@126.com)，我们会尽快为您处理

版权所有 ©2023 期刊网 冀ICP备2023044594号-1



