

安全合理用药知识培训教材

一、什么是安全合理用药

就是应该做到：根据病情、病人体质和药物的全面情况适当选择药物，真正做到“对症下药”，同时以适当的方法、剂量、时间准确用药。注意该药物的禁忌、不良反应、相互作用等。并且还要注意尽量少花钱。这样就可以做到安全、合理、有效、经济用药了。

要做到安全合理选用药品，首先应当确诊患者得的是什么病，然后对症下药，不能只凭患者自我感觉就随使用药。比如发烧、头痛，是许多疾病共有的症状，不能简单地服一些止痛退烧药就完事；又如腹痛，也是一些疾病的共有症状，如果不分青红皂白地使用止痛药，就会掩盖一些急腹症的症状，贻误病情而造成严重后果。

其实，了解药物的性质、特点、适应症、不良反应等，要选用疗效好、毒性低的药物，医师常常讲的“首选药”和“二线药”就是这个道理。

比如，止痛药有许多种类，对于一般感冒、头痛、关节痛、神经性疼痛以及妇女的经期腹痛，可选用对乙酰氨基酚（扑热息痛）、芬必得、散利痛、阿司匹林等其中的任何一种；对于胃肠痉挛引起的腹痛可选用颠茄、阿托品等其中的任何一种。但如果将前一类止痛药用于治疗腹痛，不但无效，反而有害。反之，用后一类药治疗头痛、关节痛、月经期腹痛同样无效。

另外，有人认为价钱贵的药就是好药，其实不然。因为药物的价格是由其本身的来源、成本、生产的产量以及生产的厂家来决定的，合资药厂生产的药就比国内药厂生产的贵，进口药就更贵了。贵不等于好，关键在于要对症。

二、家庭几种不合理用药的现象

家庭中不合理用药现象比较突出地反映在非处方药中毒和非处方药引起的不良反应上，有以下几种：

1、“老毛病”现象。有的人自我感觉不适，或“老毛病”复发，凭经验自行购药。这种做法有可能因反复使用某种药，而产生药源性疾病。看起来相似的疾病，其实并不是完全一样。反复使用一种药，也容易产生耐药性，达不到应有的效果。

2、随意增减药物用量。有些病人不能按时定量，疗程不分长短，漏服、乱服现象经常出现。主要原因表现在病情稍有好转就停药；工作忙忘记服药；治病心切急于求成乱服药，加大剂量或频繁更换品种。这种不规范用药，尤其是抗生素类药物，极易导致耐药菌种增多和产生二重感染等。

3、模仿他人用药。有的病人看到别人吃某种药，感觉症状相似，自己也跟着吃。这种用药方式，忽视了同类病人的个体差异性。如常见的细菌性肺炎，不仅症状不同，而且病因也不同，有的可能是金黄色葡萄球菌引起，有的可能是绿脓杆菌引起。在病因不清、不同的情况下，模仿用药等于无的放矢，轻则无效，重则延误病情。

4、多药并用。不少人有这种心态，对一时难以确诊的疾病，会盲目采用多药并用打歼灭战，这是很危险的。药物配伍得当，可以增加协同效果，若配伍不当，药物的副作用就会显现出来，相互拮抗，欲速则不达。临床上，一般一种药物能够解决的疾病，最好不用两种。药品都有一定的副作用，只是多和少的问题。

三、合理用药遵循 8 字原则：安全、有效、经济、适当

世界卫生组织一项调查指出，全球病人有 1/3 是死于不合理用药，而不是疾病本身。

药是用来治病的，但不是随便拿来就可以用。因为药物具有双重性，既有治疗作用，同时也存在一定的副作用。如果使用不当，很可能产生不良反应，不仅达不到治疗效果，还会给患者造成痛苦。所以，如何做到合理用药，减少药品的毒副作用给患者带来的损害，已成为人们关注的一个重要话题。做到合理用药用 8 个字进行了概括：安全、有效、经济、适当。

用药首先强调的是安全性，只有在这个前提下，才能谈合理用药。安全的意义在于用最小的治疗风险让患者获得最大的治疗效果。

其次是药物的有效性，这是使用药物的关键。如果没有疗效，就失去了药物本身的意义。临床上不同的药物其有效性在程度上有很大的差别：根除病源治愈疾病、延缓疾病进程、缓解临床症状、预防疾病发生、避免不良反应、调节人体生理机能等。在药物使用安全有效过程中，还应该考虑是否经济，患者能否承受得起。如果一种药品既安全又有效但价格昂贵，患者用不起，也谈不上合理。

最后是适当，适当包括 7 个方面：

1.适当的药物。根据患者的身体状况，在同类药物中，选择最为适当的药物，在需要多种药物联合作用情况下，还必须注意适当的合并用药。

2.适当的剂量。严格遵照医嘱或说明书规定的剂量服药。不要凭自我感觉随意增减药物剂量。

3.适当的时间。根据药物在体内作用的规律，设计给药时间和间隔。最合理的给药方案是设计出适当的剂量和间隔时间。有的药物需要饭前服用，有的需要饭后服用，有的要在两餐之间服用。如果不遵守服用方法，随意服用，就会影响效果或对胃造成刺激。

4.适当的途径。是指综合考虑用药的目的、药物性质、病人身体状况以及安全经济、简便等因素。患者适合用口服的药物，就尽量不要采用静脉给药。现在提倡一种序贯疗法，即输液控制症状之后，改换口服药物进行巩固治疗。

5.适当的病人。同一种病发生在两个人身上，由于个体间的差异，即使适合用同一种药物，也要进行全面权衡，一个治疗方案不可能适用于所有的人。

6.适当的疗程。延长给药时间，容易产生蓄积中毒、细菌耐药性、药物依赖性等不良反应的出现，而症状一得到控制就停药，往往又不能彻底治愈疾病，只有把握好周期，才能取得事半功倍的效益。如治疗结核病要打持久战，至少需要服药半年以上，而治疗痢疾则需速战速决，一般采用 3～5 天疗法。

7.适当的治疗目标。病人往往希望药到病除，彻底根治，或者不切实际地要求使用没有毒副作用的药物。医患双方要根据具体情况，采取积极、正确、客观的态度，达成共识。

四、什么叫做药品不良反应？

药品能治病但也可能有有害的反应，我们常常把这类有害的反应叫药品不良反应（英文 **Adverse Drug Reaction** ，缩写为 **ADR**）。国际上给药品不良反应下的定义为：药品不良反应是指药品在预防、诊断、治病或调节生理功能的正常用法用量下，出现的有害的和意料之外的反应。它不包括无意或故意超剂量用药引起的反应及用药不当引起的反应。

五、为什么要警惕药品不良反应？

有些药品不良反应是难于预测的。而且新药上市前临床试验的样本量有限（500~3000 人），病种单一，多数情况下排除特殊人群（老人、孕妇和儿童），因此一些罕见不良反应、迟发性反应、发生于特殊人群的不良反应难于发现。有些问题必须在大面积使用后方能发现。因此，应警惕药品的不良反应，尤其应警惕新上市药品的不良反应。

六、国家为什么要建立药品不良反应报告制度？

国家建立药品不良反应报告制度的主要目的就是为了解市场上流通的药物的不良反应情况，并及时发现新的、严重的药品不良反应，以便国家药品监督管理部门及时对有关药品加强管理，避免同样药品、同样不良反应的重复发生，从而保护更多人的用药安全和身体健康。

七、药品不良反应（ADR）认识上的六个误区

药能治病，也能导致与用药目的无关的有害反应，这种反应属于药品不良反应（ADR）。但由于种种原因，当前许多人对 ADR 还缺乏正确的认识，以致影响了自身的合理用药。笔者根据多年工作经验，现列举公众在 ADR 认识上普遍存在的几个误区，以引起关注。

一是把 ADR 与药品质量问题等同起来。有些病人服用某药后出现有害反应，虽被告之是不良反应但仍认为是药品的质量问题，甚至认为是医生乱开药、开错药所致，进而引发医疗纠纷。实际上，在正常用法、用量下出现的与用药目的无关的或意外的有害反应，不属于人为错误，在我国不作为医疗事故、医疗诉讼和处理药品质量事故的依据，只作为加强药品监管、指导公众合理用药的依据。

二是凭经验自行判断 ADR 发生几率。一些消费者自认为懂得用药常识，对所用药品自行判断其不良反应的发生几率，轻视不良反应可能造成的危害。众所周知，药品具有特殊性，其使用与诸多因素密切相关，这也是国家对药品实行分类管理的原因，因此，消费者最好凭医师处方购买、使用药物，不要自行判断使用。

三是认为中药和滋补品安全，不良反应少。中药的使用讲究辨证施治、合理组方，使用不当同样会引起不良反应。因为中药成分较为复杂，多种药物配伍，相互间很可能发生化学反应，形成新的化合物，进而对人体产生有害反应。滋补品也一样，即使在正常用法、用量下也可能会发生不良反应，如人参会引起皮疹、兴奋、失眠、血压变化、咽喉刺激感等反应。所以使用者在服用中药和滋补品时也应慎重。

四是片面认为进口药比国产药好，不良反应少。总体来说发达国家药厂生产条件较好，产品的杂质含量较低，药品质量较高，但这与 ADR 的发生不是必然关系，因为不良反应的发生是药物成分对机体造成的一种危害，并不是药品质量决定的，否则就是药品质量事故了。事实也证明，进口药品的不良反应发生几率并不比国产药品少，所以不能一概而论。

五是认为越贵的药越好，不良反应少。药品的好坏应从药效上看，而不是从价格上看，只要用之得当，几分钱的药物也可以达到药到病除的疗效。因此，绝不能认为药品价格越高不良反应就越少，效果就越好。例如很多人不分病症，习惯选择价格较高的抗菌药治疗感冒，但抗菌药并不能抗病毒，而大多数感冒又是由病毒感染引起的，结果这种不合理使用抗菌药不但达不到用药效果，反而容易导致不良反应的发生，严重的能危及患者生命。

六是认为非处方药不会出现不良反应。与处方药相比，非处方药不良反应比较少、比较轻、比较确切，但是“是药三分毒”，有些非处方药在少数人身上也能引起严重的不良反应，甚至导致死亡。所以消费者也应重视非处方药的不良反应，严格按照药品使用说明书的规定服用，不要随意增加剂量或次数，改变用药方式或途径。

八、超量用药不可取

近些年来，时常听到这样一种说法：“现在的药品质量不好，西药的有效成分含量不足，中药野生的少，栽培的多，治病用药必须超出常规药量才有效。”医院里的大处方越来越多，除了其他的原因以外，可

能这也是原因之一。随着大众医学水平的提高和药品超市的增多，许多患者病后不上医院就诊，而是自己到药店购药治疗，也有人凭想当然超量用药。

在市场经济的浪潮中，不敢断言没有伪劣药品进入医药市场，但这已引起有关部门的重视，打假力度不断加大。应当相信，大多数西药的有效成分会达到规定的指标，中药的质量也有一定的保障。

一般来说，药物均具有两重性，即一方面具有对疾病的治疗作用，另一方面可能具有不同程度的毒性作用。俗话说“是药三分毒”。因此，治病用药必须根据病情把握药量，注意疗程，适可而止。如用药过量，则往往由于药物的毒性作用而出现不良后果。中药的毒副作用虽较小，但临床中因过量服用中药而出现中毒的情况也不鲜见。

为杜绝药物的毒性作用所出现的不良后果，防止医源性疾病的发生，专家认为：超量用药不可取。

九、教您读懂药品说明书

药品说明书最前端通常是药品的名字与批准文号。药品的批准文号由国家食品药品监督管理局核准颁发，写有“国药准字×××××号”。

1.药名：通常可分为商品名或通用名、化学名。通用名和化学名世界通用，任何教科书或文章上出现的应是同一名称，一般以英文和译文表示。至于商品名，每一家生产药厂都可为其产品取一个商品名。因此，相同成分的药品，或是化学名相同的药品，可能有多个商品名。不同的商品名，意味不同厂家的产品，也意味不同的品质。用药时要认准通用名或者化学名，避免重复服药，导致过量中毒。

2.主要成分：有些药品为单一成分，有些为复方成分。成药里复方产品居多，医师处方药则单方居多。说明书中标明的多为主要成分。如感冒清的主要成分为板蓝根、山芝麻、穿心莲等。

3.适应症：或称作用与用途。即根据药品的药理作用及临床应用情况，将使用本品确有疗效的疾病列入适应症范围。此项在一些中成药的说明书中常用“功能与主治”表示。服药一定要在适应症范围内，尤其是 OTC（非处方药）药物，应按照适应症服用，避免错服。

4.用法与用量：说明书上的药品量通常指成人剂量，儿童剂量则要根据年龄或体重计算。许多中西药的重量用克（g）、毫克（mg）等表示，容量用毫升（ml）表示，并按 1 克=1000 毫克，1 升=1000 毫升的比例换算。如每片 0.5 克与每片 500 毫克是相同表示法。药物用量常注明一日几次，每次多少量；儿童常用每日每公斤体重多少量来表示。至于药品的用法，则需根据该药的剂型和特性，注明为口服、肌肉注射、静脉用药、外用及饭前服、饭后服、睡前服等。病人应严格按照说明书注明的方法用药。

5.不良反应：许多药物在使用过程中会出现各种副作用，除药物本身的特性外，还与用药者的身体素质、健康状况有关。如有过敏体质的人使用青霉素、链霉素容易发生过敏反应。有些药品口服后会刺激胃肠道引起恶心、呕吐等反应，有些药物对肝肾有毒性等，这些不良反应在说明书中都会注明。注意阅读不良反应，加强用药的自我监测，有助于一旦出现不良反应，及时采取措施。

6.注意事项：为了安全使用药物，必须列出该药的慎用、忌用和禁用对象。有禁忌症的人，绝对不能使用相应的药物，慎用的药物要在医生指导下使用，密切监测不良反应。

7.规格：是指该药每片或每支的含量。

8.贮藏：此项为药品保存中的一些要求，多数药品均需避光，密闭并在阴凉干燥处保存。许多生物制品需冷藏或低温保存。变质的药物绝对不能服用。

9.有效期、保质期或失效期：药品均注明有效期，药品超过有效期或达到失效期后则为过期失效，过期药物绝对不能服用。

10.批号：药品批号一般表示该药的生产日期。但须注意：一些欧洲国家进口药的年月日写法常常倒过来表示，按日、月、年排列。美国进口药大多按月、日、年排列，日本进口药大多按年、月、日排列，俄等独联体国家，则常用罗马数字代表月份。

十、如何选用防暑药

暑病为夏季时令病，每当立夏到大暑之际，因气候闷热而潮湿，人常常因暑湿之患而发生中暑。中暑一般可分为先兆中暑、轻症中暑和重症中暑三种情况。先兆中暑的表现有大量出汗、口渴、头昏眼花、心慌、乏力等；轻症中暑除以上症状外，体温在 38℃ 以上，面色潮红或苍白、出大汗、皮肤湿冷、血压下降、脉搏增快，经休息后可恢复正常；重度中暑的症状是皮肤凉、过度出汗、恶心、呕吐、瞳孔扩大、腹部或肢体痉挛、脉搏快，常伴有昏厥、昏迷、高热甚至意识丧失。治疗中暑的常

据中医辨证施治原理对症荐药，如此才能药到病除。

■ 仁丹

含有薄荷脑、桂皮、冰片、砂仁、泡姜、人造麝香等，具有开窍安神、清热祛暑、解毒辟秽的功效。适用于暑热引起的头昏脑涨、恶心呕吐、腹痛泄泻等症。成人每次口含 5～10 粒，儿童适当减少，舌下含服效果最好，亦可冲服。应注意的是，因感冒引起恶心等症时，不要服用人丹。

■ 十滴水

具有健胃、驱风、清热解暑等作用。适用于暑热引起的头晕、恶心、胃肠不适等症。成人每次 20～40 滴，儿童酌减；另外，用 1～2 瓶倒入洗澡水中，可防治小儿痄子。烈日下劳作、旅行时，凡有烦热之感，均可口服十滴水，能消暑解热。

■ 藿香正气片（丸、水）

具有解暑、降温等功能。适用于因暑湿引起的浑身无力、四肢酸懒、胸闷心烦、恶心呕吐、肠鸣腹泻等。成人每次服 4 片，儿童酌减，每天服三次。

■ 克痢痧

具有散热解暑、解毒辟秽等作用。适用于中暑、腹痛泄泻、痢疾等症。内服每次两粒，一日 3～4 次，儿童酌减。中暑惊厥者可取本品适量喷入鼻孔，如不见打喷嚏，可在 15 分钟后再用一次。儿童在喷鼻时一定要注意用量，不可过量，用量过大会引起不良反应。

■ 诸葛行军散

含有姜粉、冰片、麝香、牛黄、珍珠等成分，具有开窍辟秽、清暑解毒等功效，适用于头晕、暑痧等症。一次用温开水吞服 0.3 克~0.6 克。要注意的是，婴幼儿不可服用该药。

■ 清凉油

内含樟脑、薄荷油、桉叶油、桂皮油等。头痛头晕时，取少量涂于印堂穴和太阳穴，能提神醒脑，给人以凉爽、舒适之感；蚊虫叮咬、皮肤瘙痒或有轻微的烧伤、烫伤时，取少量涂于患处，能活血消肿、镇痛止痒。注意外擦时要远离眼睛，一旦进入眼睛，应赶快用清水冲洗。

■ 风油精

具有清暑解毒，利湿除烦，镇痛驱风的功效。适用于中暑引起的头昏头痛，夏天夜晚因贪凉引起的腹痛等。头昏头痛者可于前额及两侧太阳穴外涂少许；腹痛者则可外涂于肚脐和尾骶部，或取 2~3 滴用温水送服。需要注意的是，口服该药时一定要稀释至 1% 以下。

■ 薄荷锭

含薄荷脑、柠檬油、桂皮油等，具有解郁疏气、散风去热的功效，头脑胀痛时，嗅吸或搽患处均可。注意千万不要让幼儿口服，以免产生过敏反应。

■ 六一散

具有芳香化湿功效，适用于夏日中暑、身热心烦、口渴、小便黄少或灼热。每次 6 克~9 克，泡水当茶饮。购买时要注意，此药为粉末状，不是胶囊。

■痧气丸

此药芳香化浊、辛凉清热。适用于中暑、腹痛吐泻、牙关紧闭、四肢冰冷、昏厥等症。内服每次4粒，温开水送下。需注意的是，孩子中暑时不能用此药。

■无极丹

具有清热祛暑、镇咳止吐的功效。适用于暑热后头昏脑涨、心烦口渴、恶心呕吐，也可用于晕车、晕船。每天口服20粒，儿童酌减。

十一、同是解暑药不能相互替

进入夏季，时常能见到在一张处方上开了好几种解暑药的情况，也时常能听到有些医生或病人说：“没有藿香正气水就用十滴水代替吧。”但是，藿香正气水与十滴水虽然都是常用解暑药，但却不能相互替代。因为藿香正气水与十滴水无论在药物组成还是功效主治上，都有着很大的差别。

藿香正气水有解表化湿、理气和中的功效，主治因外感风寒、内伤湿滞所致的头痛昏重、脘腹胀痛等症。夏季炎热，何来风寒？夏季虽然气候炎热，但因天气骤然变化而防御不及时或因室内空调温度过低等原因，均会感受风寒之邪引发疾病。而内伤湿滞，则是指夏季阴雨天气较多，当湿气侵犯人体脾胃时，影响脾胃的运化功能而引发疾病。现代医学研究证实，藿香正气水可用于夏季感冒、肠胃型感冒、急性胃肠炎、消化不良等疾病。临床表现有恶寒发热、胸膈满闷、恶心呕吐、肠鸣泻泄者可以服用。十滴水有健胃、祛风的功效，主治因中暑所致的头晕恶

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/076012131010010224>