

家中常备药品清单

家中常备药品清单

生命健康是一切的前提。生活中，我们难免会遇到各种小病小痛。这个时候，求医问药就显得额外重要。总结出家中常备药品清单，希望能对大家有所帮助。

01 退热止痛药

推荐：对乙酰氨基酚、布洛芬

用药说明：

- 1、市面感冒药种类繁多，多数为复方制剂，兼具多种成分。
- 2、有慢性肝病首选布洛芬。
- 3、有消化道疾病的首选对乙酰氨基酚。

02 缓解鼻塞药

推荐：生理性海水鼻腔喷雾剂

用药说明：

- 1、感冒时可以用来缓解鼻塞。
- 2、鼻炎患者可以用来缓解鼻炎症状。

03 抗过敏药

推荐：盐酸西替利嗪、氯雷他定

用药说明：

- 1、过敏症状，比如荨麻疹、过敏性鼻炎都可以使用。
- 2、对缓解感冒期间频繁的打喷嚏流鼻涕也有效果。

04 祛痰止咳药

推荐：盐酸氨溴索、N-乙酰半胱氨酸、氢溴酸右美沙芬

用药说明：

- 1、盐酸氨溴索应避免与中枢性镇咳药（如右美沙芬等）同时使用，以免稀化的痰液堵塞气道。
- 2、乙酰半胱氨酸有特殊臭味和刺激性，应用时避免引起支气管痉挛。

05 止泻药

推荐：口服补盐液Ⅲ、蒙脱石散、微生态调节剂

用药说明：

- 1、口服补液盐Ⅲ能补充水、钠、钾、葡萄糖等，补液又止泻，能够安全有效地治疗 90%以上的各种腹泻，且安全性好。

2、微生态调节剂包括双歧杆菌、枯草杆菌、布拉氏酵母菌、地衣芽胞杆菌、酪酸梭菌、嗜酸乳杆菌等制剂。此类药物主要是补充生理性肠道细菌，纠正肠道菌群失调。

· 06 便秘药

推荐：开塞露、乳果糖

用药说明：

- 1、开塞露使用中需注意，挤入直肠内应保留 5-10 分钟后再去排便，过早排便不能起到刺激直肠、润滑大便的作用。
- 2、乳果糖可防止大便硬结，刺激肠道，促进排便。

· 07 晕车药

推荐：茶苯海明片、东莨菪碱贴剂

用药说明：

- 1、茶苯海明片在出发前 30 分钟服药，每 4 小时用药 1 次。坐车路程较短者，推荐本药。
- 2、东莨菪碱贴剂需在出发前 4 小时用药；最常见的不良反应是口干。

08 皮肤止痒药

推荐：炉甘石洗剂

用药说明：

可用于蚊虫叮咬、长痱子止痒等。使用前记得摇一摇混匀。湿疹和皮肤有破损等情况不推荐使用。

09 外伤护理系列

推荐：碘伏、创可贴、莫匹罗星软膏、红霉素软膏

用药说明：

1、碘伏只能消毒杀菌，不能治疗细菌感染；如果小伤口出血，用碘伏消毒后，记得贴上创可贴。

2、创可贴要经常换，一般 12 小时左右换 1 次。

10 发烧药

推荐：备“二林”

孩子假期最常见的就是感冒、发烧，这多数是因为冬季室内外温差大，孩子玩闹太疯出一身汗，脱、穿衣服不及时，汗出当风导致的，再加上生活作息不规律，睡眠变少，孩子的抵抗力就更差了。普通的病毒性感冒其实是一个可以自愈的疾病，注意休息、多喝温开水、观察孩子精神状态、监测体温就可以了。如果体温超过 38.5°C ，可以用退烧药，首选泰诺林（成分为对乙酰氨基酚）、美林（成分为布洛芬）。家长不要随意给孩子吃抗生素，3 个月以下宝宝发烧应及时就医。

如果大家过年要回老家或者外出旅行，退烧药建议随身携带，尤其是行程很长的，免得路上要用时拿不到。如果孩子发烧又没带着退热药的，家长可以给孩子做小儿推拿辅助退热：清天河水、退六腑。



好文章，需要你的鼓励