

第五章 常见病症的健康管理

第一节 发热

发热基础

腋下温度超过 37.0℃

口腔温度超过 37.3℃

直肠温度超过 37.6℃

昼夜间波动超过 1℃时即为发热

遴选	①对乙酰氨基酚（首选，≥2月龄）、布洛芬（≥6月龄） ②儿童不适宜选阿司匹林，可能引起 Reye's 综合征		
剂量	对乙酰氨基酚	成人	一日安全剂量：用于退热：不宜超过 2g；用于镇痛：不宜超过 4g
		儿童	按体重一次 10~15mg/kg，每日不多于 4 次，用药不超过 3 天
	布洛芬	成人及 12 岁以上儿童	解热、镇痛：一次 0.2~0.4g。 抗炎：一次 0.2~0.6g；一日安全剂量按非处方药不超过 1.2g，处方药不超过 2.4g（包括复方制剂、栓剂等）
		1~12 岁儿童	每次 5~10mg/kg

用药指导与患者教育	妊娠期	可短期用对乙酰氨基酚
		妊娠早期和晚期禁用布洛芬（可引起胎儿动脉导管早闭，并于自发性流产、胎儿心脏缺陷及唇腭裂等风险相关），妊娠中期如必须使用，应在医生指导下短期使用
	哺乳期	对乙酰氨基酚、布洛芬乳汁中的浓度很低，比较安全 ①为避免药物对胃肠道的刺激，布洛芬等非选择性非甾体抗炎药宜在餐后服药（肠溶制剂则宜空腹或餐后 2 小时服用），不宜空腹服药 ②以下情况禁用布洛芬：服用阿司匹林或其他非甾体抗炎药后诱发哮喘、荨麻疹或过敏反应的患者，有活动性消化道溃疡或出血的患者

经典题目

最佳选择题

（2019 年）儿童退热的用药选择和单次用量，正确的是

- A. 对乙酰氨基酚 25~50mg/kg
- B. 对乙酰氨基酚 10~15mg/kg
- C. 阿司匹林 30~60mg/kg
- D. 布洛芬 0.4~0.6g（12 岁以上儿童）
- E. 布洛芬 20~30mg/kg（1~12 岁儿童）

『正确答案』B

『答案解析』对乙酰氨基酚儿童按体重一次 10~15mg/kg，每日不多于 4 次，用药不超过 3 天。

第二节 疼痛

一、用药遴选

类型	药物
最常使用的解热镇痛药	对乙酰氨基酚、布洛芬
三叉神经痛	首选卡马西平
平滑肌痉挛引起的腹痛	氢溴酸山莨菪碱、颠茄浸膏片
对长期精神比较紧张者所致疼痛	地西泮
骨性关节炎所致疼痛	塞来昔布胶囊
缓解肌肉、软组织和关节的轻至中度疼痛（严重疼痛：在规律使用解热镇痛基础上，按需使用氨酚羟考酮片）	双氯芬酸钠二乙胺乳胶剂
可缓解骨关节的疼痛症状，改善关节功能	氨基葡萄糖

二、用药指导与患者教育

1. 无论何种疾病引起的疼痛，均须先找出病因，再进行相应治疗。
2. 解热镇痛药用于镇痛一般不超过 5 天，如症状未缓解，应及时就医。
3. 阿司匹林、布洛芬对慢性钝痛效果好，对创伤性剧痛和内脏平滑肌痉挛引起的绞痛几乎无效。有消化道溃疡病史、支气管哮喘、心功能不全、高血压、血友病或其他出血性疾病的患者慎用阿司匹林、布洛芬等非甾体抗炎药，可选择对乙酰氨基酚。
4. 阿片类药物（如氨酚待因、氨酚羟考酮）可导致便秘、头痛、眩晕。
5. 应用山莨菪碱、颠茄片等解痉药后可引起口干、皮肤潮红、便秘等不良反应。反流性食管炎、重症溃疡性结肠炎、严重心力衰竭及心律失常患者慎用。

经典题目

（2018 年）

- A. 山莨菪碱
- B. 布洛芬
- C. 麦角胺咖啡因
- D. 卡马西平
- E. 吗啡

1. 患者，女，47 岁，出现一侧颜面骤然发作性闪痛，诊断为三叉神经痛，应选用的药物是
2. 患者，男，38 岁，因腹部受寒胃痉挛疼痛，应选用的治疗药物是

『正确答案』D、A

『答案解析』三叉神经痛首选卡马西平；痉挛疼痛选择解痉药物山莨菪碱。

第三节 痛经

基础知识：

月经怎么来的？

——在排卵后 14 天左右，子宫内膜开始坏死、破碎脱落，持续出血形成月经。

痛经罪魁祸首？

——“前列腺素”——疼

前列腺素怎么来的？

——由于子宫内膜细胞被破坏，会引起应激性地释放出炎症因子，包括前列腺素。

药物治疗	止痛药首选：非甾体抗炎药（布洛芬、萘普生、酮洛芬、双氯芬酸、甲芬那酸） 激素类药物：口服避孕药、长效孕激素（醋酸甲羟孕酮注射液、左炔诺孕酮宫内节育系统）、黄体酮制剂	
痛经治疗药物的选择	如果需要避孕	考虑激素类药物
	如果不需要避孕	非甾体抗炎药
	青春女性	非甾体抗炎药、局部热疗和口服避孕药
	不推荐使用非甾体抗炎药的情况	①曾有阿司匹林过敏反应的患者； ②禁用于有活动性消化道溃疡或出血的患者；

		③ 哮喘患者应谨慎使用； ④ 高血压患者需进行监测； ⑤ 关注非甾体抗炎药潜在的药物相互作用，如与选择性 5-羟色胺再摄取抑制剂（SSRIs）或文拉法辛合用增加出血风险
--	--	--

经典题目

最佳选择题

（2020 年）患者，女，14 岁，诊断为原发性痛经。该患者宜优先采用的治疗方案是

- A. 服用非甾体抗炎药
- B. 性激素周期疗法
- C. 扩张宫颈，以利经血流出
- D. 雄激素周期疗法
- E. 服用弱阿片类药物

『正确答案』A

『答案解析』痛经止痛药首选非甾体抗炎药。

第四节 咳嗽

一、药物治疗

白天咳嗽、刺激性干咳、阵咳、剧咳症状	苯丙哌林
夜间咳嗽	右美沙芬
咳嗽较弱的	喷托维林
对感冒所伴随的咳嗽	右美沙芬复方制剂
伴有胸痛的干咳患者	可待因（有依赖性）
对呼吸道有大量痰液并阻塞呼吸道者	愈创木酚甘油醚、羧甲司坦、氨溴索、乙酰半胱氨酸

二、用药指导与患者教育

1. 咳嗽痰多先祛痰，对痰液特别多的湿性咳嗽，应该慎重使用镇咳药。
2. 可待因是国家管制的麻醉药品，反复用药可引起药物依赖性；分娩期妇女用药可能引起新生儿呼吸抑制。12 岁以下禁用。
3. 苯丙哌林对口腔黏膜有麻醉作用，产生麻木感觉，服药时需整片吞服，不可嚼碎。
4. 右美沙芬可引起嗜睡，对驾车、高空作业或操作机器者宜慎用。
5. 青光眼、心功能不全者慎用喷托维林；有报道喷托维林可造成儿童呼吸抑制，故 5 岁以下儿童不宜应用。

经典题目

最佳选择题

（2015 年）反复应用可引起药物依赖性的是

- A. 对乙酰氨基酚
- B. 氯苯那敏
- C. 含伪麻黄碱的复方制剂
- D. 阿司匹林
- E. 含可待因的复方制剂

『正确答案』E

『答案解析』可待因是国家管制的麻醉药品，反复用药可引起药物依赖性；分娩期妇女用药可能引

起新生儿呼吸抑制。12 岁以下禁用。

第五节 普通感冒

普通感冒——由病毒引起，最常见的是鼻病毒，其他病毒包括副流感病毒、呼吸道合胞病毒等。

普通感冒主要的治疗建议：

1. 由于潜在的危害和受益证据缺乏，3 岁以下儿童不应使用非处方抗感冒药。

2. 洗手（使用肥皂或洗手液）是预防普通感冒的最有效方法。

3. 治疗成人感冒症状有效的药物仅限于非处方解热镇痛药和减轻鼻充血药，联用或不联用抗组胺药，但不包括抗组胺药单一疗法。

4. 抗菌药物对成人和儿童的普通感冒无效，不宜使用。

药物治疗：无特效抗病毒药，以对症治疗、缓解症状为主

发热、头痛、耳痛、肌肉痛	解热镇痛药：对乙酰氨基酚、布洛芬
缓解鼻塞	减鼻充血药：萘甲唑啉滴鼻剂、羟甲唑啉滴鼻剂、赛洛唑啉滴鼻剂
卡他症状	选用抗组胺药：氯苯那敏等
咳嗽	选用含右美沙芬的制剂
更快地缓解咳嗽和流涕	在症状出现后 24 小时内开始每天服用至少 75mg 醋酸锌或葡萄糖酸锌含片

提高免疫力，预防感冒，缩短感冒病程

儿童感冒	解热镇痛药	对乙酰氨基酚（≥2 月龄）； 布洛芬（≥6 月龄）； 注意：不推荐对乙酰氨基酚、布洛芬联合或交替用
	鼻塞、咳嗽	生理盐水冲洗鼻腔——缓解鼻塞
		2 岁及 2 岁以上儿童睡前可在胸部和颈部涂抹含樟脑、薄荷脑和桉树油的软膏——缓解鼻塞、降低夜间咳嗽的频率和程度
		睡前服用蜂蜜——降低咳嗽的频率和程度 注意：12 个月以下婴儿不应服用蜂蜜，因为有肉毒杆菌中毒的风险

特殊人群用药	治疗方案
肝、肾功能不全患者	①选择肝、肾毒性小的药物 ② 注意控制用药剂量或酌情减量使用
孕产妇	重在预防，可慎用对乙酰氨基酚退热治疗
心脑血管疾病患者（常预防性使用阿司匹林）	①建议使用对乙酰氨基酚 ② 不建议使用其他非甾体抗炎药物 ③ 不建议使用口服减轻鼻充血药麻黄碱
用药指导	流感疫苗对普通感冒无效

经典题目

（2018 年）

- A. 酚麻美敏片
- B. 萘甲唑啉滴鼻液
- C. 氯苯那敏片
- D. 对乙酰氨基酚片
- E. 奥司他韦胶囊

2. 患者，女，30 岁，因感冒所致发热（体温 38.5℃）并伴有头痛、全身酸痛到药店购药，药师应推荐的药品是

3. 患者，男，40岁，因感冒所致鼻塞到药店购药，应推荐的药品是
 『正确答案』D、B
 『答案解析』发热头痛选对乙酰氨基酚，鼻塞选用萘甲唑啉滴鼻液。

第六节 流行性感冒

流行性感冒与普通感冒的区别		
对比项	普通感冒	流行性感冒
病毒	鼻病毒为主	流感病毒
起病方式	逐渐发作	突然发作
发热	罕见	常见
寒战	不常见	很常见
疼痛	偶见	常见
头痛	罕见	常见
疲惫、虚弱	有时	常见
打喷嚏、鼻塞、咽痛	常见	有时

一、药物治疗——对症治疗、抗病毒治疗

用药时间	发病48小时内；超过48小时的重症患者也可使用
神经氨酸酶抑制剂	①奥司他韦：对甲型、乙型流感均有效； 妊娠期、哺乳期首选 ②奥司他韦不良反应：神经精神异常 ——幻觉、行为异常（自我伤害和谵妄）、嗜睡、抑郁甚至自杀
血凝素抑制剂	阿比多尔：用于成人甲型、乙型
M ₂ 离子通道阻滞剂	金刚烷胺和金刚乙胺：用于甲型，但临床资料显示耐药，不建议使用

二、用药指导与患者教育

由于磷酸奥司他韦可能会抑制流感活疫苗病毒的复制，故除非临床需要，在使用减毒流感活疫苗2周内不应服用磷酸奥司他韦，而在服用磷酸奥司他韦后48小时内不应使用减毒流感活疫苗。目前临床常用的灭活流感疫苗可以在服用磷酸奥司他韦前、后的任何时间使用。

经典题目

（2019年）患者，女，32岁，一天前发热体温39.8℃，全身乏力四肢疼痛，近日有流感患者接触史。查体见咽部轻度充血，血常规检查白细胞计数偏低，中性粒细胞比例低，该患者最适宜选用的药物是

- A. 利巴韦林片
- B. 奥司他韦胶囊
- C. 阿昔洛韦片
- D. 金刚烷胺片
- E. 齐多夫定片

『正确答案』B

『答案解析』奥司他韦是流感的常用药。

第七节 急性咽炎和扁桃体炎

对症治疗	咽喉痛——对乙酰氨基酚、布洛芬、双氯芬酸钠（儿童患者不建议使用）	
药物治疗	用药指征	咽喉痛且改良 Centor 评分为 4 或 5 分； 或者咽拭子链球菌培养试验阳性
	首选	青霉素（可选青霉素 V 钾、苄星青霉素，也可选阿莫西林、头孢氨苄）
	青霉素过敏者	选阿奇霉素和克林霉素（因耐药率高）
	不建议使用	复方磺胺甲噁唑和四环素类（疗效不确切且可增加不良反应）
	不用于常规治疗	喹诺酮类（易增加结核分枝杆菌的耐药率）

经典题目

- A. 莫西沙星
B. 阿莫西林
C. 阿奇霉素
D. 克林霉素
E. 复方磺胺甲噁唑

1. 治疗急性细菌性扁桃体炎的首选药物是
2. 因为有效性不足和可能增加的不良反应，不应用于治疗急性细菌性扁桃体炎的药物是
3. 对 A 组 β 溶血性链球菌有抗菌活性，但由于抗菌谱广，且过度使用可能延迟结核病的诊断，增加结核分枝杆菌对该类药物的耐药性，不建议用于常规治疗的药物是

『正确答案』B、E、A

第八节 过敏性鼻炎

临床表现：鼻塞、鼻痒、打喷嚏、流清水样鼻涕

糖皮质激素	鼻用	①过敏性鼻炎的一线治疗药物（最有效）； ②轻、中、重度都可用； ③中、重度首选
	口服	①过敏性鼻炎的二线治疗药物 ②中、重度其他方式治疗效果不佳的严重鼻塞，考虑短期口服糖皮质激素

抗组胺药	口服	第一代 苯海拉明、扑尔敏和异丙嗪 特点：具有中枢神经抑制和抗胆碱作用，以及对认知功能的潜在影响，故不推荐用于儿童、老年人以及从事危险性职业（例如驾驶员、高空作业等）的特殊人群
		第二代 氯雷他定、特非那定、阿司咪唑、西替利嗪 特点：①过敏性鼻炎的一线治疗药物 ②效果虽不及鼻用激素，但也能有效控制
	鼻用	一线治疗药物； 特点：比口服抗组胺药起效更快；局部浓度高；可用作“按需治疗”

白三烯受体阻断剂	孟鲁司特钠、扎鲁司特 一线治疗药物
肥大细胞膜稳定剂	色甘酸钠、尼多酸钠、四唑色酮、奈多罗米钠、吡嘧司特钾和曲尼司特 ①二线治疗药物 ②可作为预防用药，在花粉播散前 2 周左右开始使用，对季节性过敏性鼻炎

	患者因花粉过敏而引起的症状发作具有预防与缓解作用
鼻用减充血剂	0.05%羟甲唑啉和0.05%赛洛唑啉鼻喷剂 二线治疗药物
鼻腔盐水冲洗	安全、方便、价廉的治疗方法

用药指导与患者教育	
鼻用糖皮质激素	①鼻腔干燥、刺激感、鼻出血、咽炎和咳嗽等； ②应指导患者避免朝向鼻中隔喷药，减少鼻出血的发生
口服抗组胺药	罕见发生心脏毒性作用，如Q-T间期延长、尖端扭转型室性心动过速
白三烯受体阻断剂	美国FDA黑框警告：此类药可能带来严重神经精神事件风险，包括抑郁、自残、自杀倾向

鼻用减充血剂	①鼻腔干燥、烧灼感和针刺感； ②疗程过长或用药过频可导致反跳性鼻黏膜充血 ③禁用于：鼻腔干燥、萎缩性鼻炎、正在接受单胺氧化酶抑制剂治疗的患者以及2岁以内患儿禁用 ④慎用于：伴有高血压的患者
--------	---

经典题目

最佳选择题

（2015年）伴有高血压的患者应慎用的是

- A. 对乙酰氨基酚
- B. 氯苯那敏
- C. 含伪麻黄碱的复方制剂
- D. 阿司匹林
- E. 含可待因的复方制剂

『正确答案』C

『答案解析』伴有高血压的患者应慎用减鼻充血药。

第九节 口腔溃疡

抗口腔溃疡药	氯己定含漱液、甲硝唑含漱液、西地碘含片、溶菌酶含片、甲硝唑口腔粘贴片、地塞米松粘贴片等
氯己定含漱液	长期使用可使牙齿着色、舌苔变黑、味觉失调，建议刷牙后含漱
西地碘含片	一次1.5~3mg；有轻度刺激感；对碘过敏者、甲亢禁用
甲硝唑	使用期间不得饮酒

地塞米松	①一日总量不得超过3片，连续使用不得过1周； ②避免频繁应用地塞米松粘贴片，否则可引起局部组织萎缩甚至继发的真菌感染。对已有口腔真菌感染者禁用
复方甘菊利多卡因凝胶	局部涂布用于镇痛
中药	冰硼咽喉散、西瓜霜粉、珠黄吹喉散吹敷患处

经典题目

(2017 年)

- A. 西地碘含片
- B. 替硝唑含漱液
- C. 地塞米松粘贴片
- D. 氯己定含漱液
- E. 左旋咪唑片

1. 频繁应用可引起局部组织萎缩的药物是
2. 伴有甲状腺功能亢进症的口腔溃疡患者应避免使用的药物是

『正确答案』C、A

『答案解析』避免频繁应用地塞米松粘贴片，否则可引起局部组织萎缩；西地碘含片禁用于甲亢。

第十节 消化不良

一、药物治疗

上腹痛综合征	①抑酸剂： H_2 受体阻断剂（**替丁）、PPI（**拉唑） ②抗酸药 ③胆汁反流者：铝碳酸镁 ④对近期出现的上腹痛综合征可考虑根除幽门螺旋杆菌治疗
餐后不适综合征	①促动力药：伴有恶心或呕吐的选用——甲氧氯普胺、多潘立酮、莫沙必利 ②助消化：干酵母、乳酶生、复方乳酸菌胶囊、胰酶片、胃蛋白酶、复方消化酶胶囊

对食欲不振	口服维生素 B_{12} 、维生素 B_6 ，干酵母片
萎缩性胃炎或蛋白质进食过多者	选用乳酶生、胃蛋白酶，餐前用药
对胰腺分泌功能不足或由于胃肠、肝胆疾病引起的消化酶不足者	胰酶肠溶胶囊（片剂）、多酶片
胆汁分泌不足者	选用复方阿嗝米特肠溶片，餐后用药
胀气者	消胀气药：二甲硅油制剂、乳酶生（在腹泻中有明确说明）

二、用药指导与患者教育

注意事项
1. 复方消化酶胶囊和微生态制剂不宜用热水送服。 2. 胰酶应用肠溶衣片，口服时不可嚼碎，应整片于进餐中吞服。 3. 多潘立酮在胃肠道出血、机械性肠梗阻、胃肠穿孔、分泌催乳素的垂体肿瘤患者禁用。只有当FD患者出现恶心和呕吐时，才建议使用多潘立酮进行治疗。 4. 多潘立酮可引起Q-T间期延长，不宜与和肝药酶抑制剂合用（唑类抗真菌药（酮康唑、伊曲康唑）、红霉素、胺碘酮）

经典题目

(2018 年)

- A. 多潘立酮片
- B. 酵母片
- C. 乳酶生片
- D. 甲氧氯普胺片
- E. 铝碳酸镁咀嚼片

1. 患者，女，48岁，因进食高蛋白食物过多导致消化不良、胃胀气到药店购药，药师应推荐的药品是

2. 患者，女，48岁，因胆汁反流、腹痛来药店购药，药师应推荐的药品是

3. 患者，男，53岁，因纳差、食欲减退来药店购药，药师应推荐的药品是

『正确答案』C、E、B

『答案解析』蛋白进食过多用乳酶生、胃蛋白酶；胆汁反流者用铝碳酸镁；食欲不振用酵母片、口服维生素B₁、维生素B₆。

第十一节 便秘

一、治疗便秘药物类型

容积性泻药	欧车前、膳食纤维、羧甲基纤维素
渗透性泻药	乳果糖、聚乙二醇
刺激性泻药	比沙可啶、酚酞、含蒽醌类药物（如芦荟胶囊、六味安消、三黄片、番泻叶）、蓖麻油
润滑性泻药	多库酯、石蜡油、植物油、麻仁润肠丸
促动力剂	莫沙必利、伊托必利、曲美布汀、普芦卡必利
常用灌肠药物	甘油灌肠剂、温水灌肠、开塞露、甘油栓

二、药物特点

乳果糖	①用于肝性脑病患者 ②糖尿病患者应慎用 ③早餐时一次性服用 ④本药可致结肠胀气，应在硬便排出后使用
聚乙二醇4000	①其优点为无结肠产气，不影响电解质代谢平衡； ②安全，适用于糖尿病患者和老年患者 ③会影响合用药的吸收，联合时间隔2小时再服药
比沙可啶	①比沙可啶有较强刺激性，应避免吸入或与眼睛、皮肤黏膜接触。不得嚼碎服用； ②服药前、后2小时不要喝牛奶、口服抗酸药或刺激性药物

硫酸镁	①连续使用硫酸镁可引起便秘，甚至出现麻痹性肠梗阻，停药后可好转 ②硫酸镁宜在清晨空腹服用，并大量饮水，以加速导泻并防止脱水 ③苯巴比妥类中毒患者不宜使用硫酸镁导泻，以防加重中枢神经抑制作用
含蒽醌类药物	番泻叶、芦荟胶囊、三黄片、六味安消等含蒽醌类泻药会发生结肠黑变病，不能长期使用

经典题目

（2017年）便秘患者长期使用可引起结肠黑变病的药物是

- A. 硫酸镁
- B. 聚乙二醇4000
- C. 乳果糖
- D. 番泻叶
- E. 比沙可啶

『正确答案』D

『答案解析』番泻叶、芦荟胶囊、三黄片、六味安消等含蒽醌类泻药会发生结肠黑变病，不能长期使用。

第十二节 腹泻

补液治疗	口服补液盐（ORS）III：是腹泻治疗的补液首选，可同时用于预防和纠正脱水
肠黏膜保护剂和吸附剂	双八面体蒙脱石散：可覆盖消化道，与黏膜蛋白结合后增强黏液屏障，防止胃酸、病毒、细菌、毒素对消化道黏膜的侵害
益生菌（微生物制剂）	①双歧杆菌三联活菌制剂、地衣芽孢杆菌活菌制剂等； ② 尽可能避免与抗生素、蒙脱石、小檗碱和鞣酸蛋白同时应用，以避免效价的降低；如需合用，至少应间隔 2~3 小时
肠道动力抑制剂	洛哌丁胺对于伴发热或明显腹痛等疑似炎性腹泻以及血性腹泻的患者应避免使用

抗感染治疗	轻至中度腹泻不用抗感染药物
	以下情况考虑使用抗感染药物： ① 发热伴有黏液脓血便的急性腹泻； ② 持续的志贺菌属、沙门菌属、弯曲菌属感染或原虫感染； ③ 感染发生在老年人、免疫功能低下者、败血症患者； ④ 中至重度旅行者腹泻患者
	首选：喹诺酮类药物诺氟沙星、左氧氟沙星； 次选：复方磺胺甲噁唑

经典题目

多项选择题

（2020 年）关于腹泻的药物治疗的说法，正确的有

- A. 有严重腹痛的炎性或血性腹泻患者，应加用洛哌丁胺
- B. 应当使用口服补液盐预防和纠正脱水
- C. 急性腹泻患者，应常规应用抗感染药物
- D. 应当使用蒙脱石散吸附毒素，并增强黏液屏障功能
- E. 益生菌应避免与蒙脱石散同时服用

『正确答案』BDE

『答案解析』洛哌丁胺对于伴发热或明显腹痛等疑似炎性腹泻以及血性腹泻的患者应避免使用；急性但轻中度腹泻不用抗感染药物。

第十三节 肠道寄生虫病

阻断虫体对葡萄糖的摄取（饿死它）	阿苯达唑、甲苯咪唑
麻痹虫体肌肉（虫体痉挛）	枸橼酸哌嗪、噻嘧啶、伊维菌素
复方制剂	复方甲苯咪唑：C 型甲苯咪唑+左旋咪唑——克服了单用甲苯咪唑引起蛔虫游走而致口吐蛔虫的不足 复方阿苯达唑：阿苯达唑+双羟萘酸噻嘧啶——克服了单用阿苯达唑排虫缓慢的不足，不会导致蛔虫游走和穿孔
用药注意事项	抗蠕虫药宜空腹或睡前顿服 枸橼酸哌嗪、噻嘧啶——睡前顿服 伊维菌素——空腹或睡前顿服

经典题目

（2017 年）治疗肠道蛔虫病可选用

- A. 双八面体蒙脱石
- B. 聚乙二醇 4000
- C. 阿苯达唑
- D. 莫沙必利
- E. 多潘立酮

『正确答案』C

『答案解析』阿苯达唑是治疗肠道寄生虫的药物；双八面体蒙脱石是治疗腹泻的药物；聚乙二醇 4000 是治疗便秘药物；多潘立酮、莫沙必利是促胃动力药。

第十四节 痔疮

外用药	肛泰膏（栓）、马应龙麝香痔疮膏、复方片仔癀软膏、麝香痔疮栓、九华膏、太宁（复方角菜酸酯）膏（栓）、云南白药痔疮膏、普济痔疮栓
	复方黄柏液用于痔疮破溃后继发伤口感染
	金玄痔科熏洗散用于各种外痔、混合痔、痔嵌顿，肛门术后肿胀、疼痛等
内服药	痔康片、地奥司明、草木犀流浸液、迈之灵片、化痔灵片
局部注射	常用的硬化剂：5%-10%苯酚甘油-水溶液、5%苯酚-植物油溶液、5%奎宁尿素-水溶液、5%-12%明矾水溶液等

经典题目

- A. 聚乙二醇 4000
- B. 痔康片
- C. 甘油栓
- D. 5%苯酚植物油溶液
- E. 复方片仔癀软膏

1. 患者，男，60 岁，因痔疮发作到药店购药，欲使用外用制剂，药师应推荐的药品是
2. 患者，男，16 岁，自感肛门肿痛，有下坠感，欲购买内服类制剂，药师应推荐的药品是
3. 患者，男 66 岁，痔疮 10 余年，欲使用硬化剂注射治疗，可使用的药品是

『正确答案』E、B、D

『答案解析』治疗痔疮的外用药有：肛泰膏（栓）、马应龙麝香痔疮膏、复方片仔癀软膏、麝香痔疮栓、九华膏、太宁（复方角菜酸酯）膏（栓）、云南白药痔疮膏、普济痔疮栓、复方黄柏液、金玄痔科熏洗散；治疗痔疮的内服药有：痔康片、地奥司明、草木犀流浸液、迈之灵片、化痔灵片；常用的硬化剂有：5%-10%苯酚甘油-水溶液、5%苯酚-植物油溶液、5%奎宁尿素-水溶液、5%-12%明矾水溶液等。

第十五节 视疲劳

药物	作用
改善眼的调节功能	七叶洋地黄双苷滴眼液
改善眼部干燥症状	人工泪液（玻璃酸钠滴眼液、羧甲基纤维素钠滴眼液、聚乙烯醇滴眼液）
改善睫状肌痉挛	抗胆碱能滴眼液（山莨菪碱滴眼液）

第十六节 干眼症

一、药物治疗

干眼症的相关危险因素	全身用药（抗组胺药、抗胆碱药、雌激素、异维 A 酸、选择性 5-羟色胺再摄取抑制剂、胺碘酮、烟酸）； 眼部用药（特别是含有防腐剂的药物）
药物治疗	人工泪液——玻璃酸钠滴眼液、羧甲基纤维素钠滴眼液、聚乙烯醇滴眼液

记忆：玻璃纤维聚乙烯醇

二、用药指导与患者教育

①干眼症需要长期治疗，药物治疗 3~4 周才能有症状明显改善；

②注意环境管理，尽可能避免过度的空气调节和空气加热，还应避免坐在正对着冷气流或热气流的地方。在卧室和其他任何干眼症患者需长时间停留的地方使用加湿器。避免吸烟并远离充满烟雾的空气；

③在阅读或使用电脑时尝试经常眨眼，外出时使用护目镜，有助于保持眼部湿润

第十七节 沙眼

第十八节 急性结膜炎

类型	药物
流行性结膜炎	0.1%碘苷滴眼液、0.1%酞丁安、阿昔洛韦、更昔洛韦
流行性出血性结膜炎	0.1%羟苄唑、0.1%利巴韦林滴眼液
过敏性结膜炎	醋酸可的松、醋酸氢化可的松或色甘酸钠滴眼液和眼膏
春季卡他性结膜炎	2%色甘酸钠滴眼液
铜绿假单胞菌性结膜炎	妥布霉素滴眼液/眼膏

细菌感染引起的急性卡他性结膜炎	①通常选用氯霉素、红霉素、夫西地酸滴眼液 ②对急性卡他性结膜炎未彻底治愈而转变为慢性结膜炎以及由细菌（大肠埃希菌、变形杆菌、卡他莫拉菌）感染所致的结膜炎治疗以抗菌为主，应用妥布霉素、加替沙星、氧氟沙星、左氧氟沙星滴眼液或眼膏
-----------------	---

经典题目

最佳选择题

1.（2018 年）患者，女，30 岁，妊娠 7 个月，既往有磺胺过敏史。近日双眼沙眼症状加剧，发痒、分泌物多，有烧灼感。去年曾用酞丁安滴眼液治疗相似症状，疗效较好，今天到药店想再次购买该药。药师给予的用药建议是

- A. 酞丁安滴眼液
- B. 利巴韦林滴眼液
- C. 磺胺醋酰钠滴眼液
- D. 硫酸锌滴眼液
- E. 醋酸可的松滴眼液

『正确答案』D

『答案解析』妊娠期禁用酞丁安滴眼液。黄金红硫治沙眼，有磺胺过敏史不能用磺胺醋酰钠滴眼液。

(2020 年)

- A. 左氧氟沙星滴眼液
- B. 毛果芸香碱滴眼液
- C. 玻璃酸钠滴眼液
- D. 色甘酸钠滴眼液
- E. 阿昔洛韦滴眼液

1. 患者，男，36 岁，近期因看电脑时间过长出现眼睛干涩、酸困等症状，该患者适宜选用药物是
2. 患者，男，43 岁，有季节性过敏性结膜炎，该患者适宜选用药物是

『正确答案』C、D

『答案解析』玻璃酸钠滴眼液是人工泪液，用于干眼症的治疗；季节性过敏性结膜炎可用色甘酸钠滴眼液。

第十九节 痤疮

痤疮按严重程度可分为 I ~IV 级：

- I 级——主要是粉刺；
- II 级——粉刺加丘疹；
- III 级——出现脓疱；
- IV 级——出现结节、囊肿。

病因

1. 遗传因素
2. 雄激素——抗雄激素（雌激素、孕激素、螺内酯、二甲双胍）
3. 皮脂腺：过度分泌脂质——异维 A 酸、雌激素
导管角化异常——过氧化苯甲酰、维 A 酸
4. 痤疮丙酸杆菌——过氧化苯甲酰、抗生素（首选四环素）、异维 A 酸
5. 炎症和免疫反应——抗生素、维 A 酸、糖皮质激素

外用药物治疗	
轻度痤疮	维 A 酸（阿达帕林）（轻轻哒）
	首选过氧化苯甲酰
炎症性痤疮	外用抗菌药：四环素、红霉素等，易导致耐药不作为首选，不推荐单独或长期使用，建议联合过氧化苯甲酰、外用维 A 酸类

系统药物治疗	
抗菌药物	针对痤疮丙酸杆菌
	适应症：①中至重度痤疮患者首选及中度痤疮外用药物治疗效果不佳的备选治疗方法；
	②炎症反应严重的重度痤疮患者早期可先使用抗菌药物，再序贯使用口服维 A 酸类药物，或维 A 药酸类药物疗效不明显时可改用抗菌药物治疗；
	③变异型痤疮如暴发性痤疮和聚合性痤疮的早期治疗
	首选四环素类（多西环素、米诺环素）（外用首过口四环）
	避免使用 β 内酰胺类、头孢菌素类、喹诺酮类

口服维 A 酸类药物	异维 A 酸、维胺酯
	具有显著抑制皮脂腺脂质过度分泌、调节毛囊皮脂腺导管异常角化、改善毛囊厌氧环境从而减少痤疮丙酸杆菌繁殖以及抗炎和预防瘢痕形成等作用，是目前针对

	并能够覆盖痤疮发病 4 个关键病理生理环节唯一的口服药物
	① 结节性囊肿型重度痤疮—一线； ② 有瘢痕或瘢痕形成倾向—尽早使用； ③ 痤疮伴严重皮脂溢出 ④ 变异型痤疮如暴发性痤疮和聚合性痤疮，可在使用抗菌药物和糖皮质激素控制炎症反应后应用

抗雄激素治疗	雌激素、孕激素、螺内酯、二甲双胍 ① 伴有高雄激素表现的痤疮； ② 女性青春期后痤疮； ③ 月经前期明显加重的痤疮
糖皮质激素	泼尼松、地塞米松 暴发性痤疮、聚合性痤疮及较重炎症反应的重度痤疮

用药指导与患者教育	
1. 外用维 A 酸类：用药部位要避免日光照射，宜在晚间睡前应用。 2. 过氧化苯甲酰对衣物或毛发具有氧化漂白作用，应尽量避免接触。 3. 口服米诺环素时可出现前庭神经紊乱（如头晕、眩晕），罕见狼疮样综合征和良性颅内压增高症（如头痛等）。 4. 异维 A 酸 12 岁以下儿童尽量不用，有致畸作用，育龄期女性患者及其配偶应在治疗前 1 个月、治疗期间及治疗结束后 3 个月内严格避孕	

经典题目

最佳选择题

结节性囊肿型重度痤疮的一线治疗药物选用

- A. 多西环素片
- B. 异维 A 酸片
- C. 口服短效避孕药
- D. 泼尼松片
- E. 头孢克洛胶囊

『正确答案』B

第二十章 荨麻疹

急性荨麻疹	首选：第二代非镇静抗组胺药	包括西替利嗪、左西替利嗪、氯雷他定、奥洛他定、地氯雷他定、非索非那定、阿伐斯汀、依巴斯汀、依匹斯汀、咪唑斯汀、苯磺贝他斯汀
	重症或伴有喉头水肿的荨麻疹患者	糖皮质激素（口服泼尼松或地塞米松静脉或肌注）
	急性荨麻疹伴休克或严重的荨麻疹伴血管性水肿患者	1: 1000 肾上腺素注射液
慢性荨麻疹	一线治疗：首选第二代非镇静抗组胺药	

特殊人群	妊娠期、哺乳期、儿童、老年人	优选第二代抗组胺药
用药注意事项	1. 抗过敏药有嗜睡反应，对驾车、高空作业、精密机械操作者，在工作前不得服用或在服用后间隔 6 小时以上再从事上述活动。 2. 多数抗过敏药有抗胆碱作用，闭角型青光眼、前列腺增生者慎用。 3. 依巴斯汀引起心动过速、Q-T 间期延长	

	4. H ₁ 受体阻断剂可抑制皮肤对组胺的反应；对拟进行变应原皮试者，应在停止使用 48~72 小时后进行
--	--

经典题目

最佳选择题

（2015 年）Q-T 间期延长的荨麻疹患者不宜选用的抗过敏药是

- A. 氯苯那敏
- B. 色甘酸钠
- C. 苯海拉明
- D. 异丙嗪
- E. 依巴斯汀

『正确答案』E

『答案解析』Q-T 间期延长的荨麻疹患者不宜再选用会引起 Q-T 间期延长的药物，而依巴斯汀会引起 Q-T 间期延长。因此选择 E 项。

第二十一节 湿疹

急性期	无水疱、糜烂、渗出	炉甘石洗剂、糖皮质激素乳膏或凝胶
	大量渗出	如 3%硼酸溶液、0.1%盐酸小檗碱溶液、0.1%依沙吖啶溶液湿敷
	有糜烂但渗出不多	氧化锌油剂

外用糖皮质激素制剂	轻度湿疹	弱效：氢化可的松、地塞米松乳膏
	中度湿疹	中效：曲安奈德、糠酸莫米松乳膏
	重度湿疹	强效：哈西奈德、卤米松乳膏
	儿童患者、面部及皮肤皱褶部位皮损使用弱效或中效糖皮质激素即有效	
钙调神经磷酸酶抑制	他克莫司软膏、吡美莫司乳膏； 尤其适合头面部及间擦部位湿疹的治疗	

经典题目

（2018 年）患者，男，60 岁，因上臂出现湿疹到药店购药，药师应推荐的药品是

- A. 利巴韦林软膏
- B. 特比萘芬乳膏
- C. 10%樟脑软膏
- D. 氢化可的松软膏
- E. 红霉素软膏

『正确答案』D

『答案解析』湿疹可用糖皮质激素制剂治疗，轻度湿疹可用弱效糖皮质激素制剂：氢化可的松、地塞米松乳膏。

第二十二节 手足真菌感染

水疱型	溶液或乳膏剂（记忆：水乳液）
间擦糜烂型	先用糊剂或粉剂，再用乳膏剂（记忆：烂糊粉）
鳞屑角化型	乳膏、软膏剂（记忆：角软）
咪唑类抗真菌药	克霉唑、益康唑、咪康唑、酮康唑、联苯苄唑、异康唑、舍他康唑、奥昔康唑及卢立康唑
丙烯胺类抗真菌药	萘替芬、特比萘芬、布替萘芬
其他抗真菌药	阿莫罗芬、环吡酮胺、利拉萘酯

角质剥脱剂	水杨酸，可联合抗真菌药物
-------	--------------

广谱抗真菌药，兼具有抗 G⁻ 和 G⁺ 菌作用以及抗炎作用，适合易继发感染的间擦型足癣

用药注意事项与患者教育

1. 患者须注意个人卫生和健康管理：

①手、足部洗浴后应及时擦干趾（指）间，穿透气性好的鞋袜，手、足避免长期浸水，掌跖出汗多时可局部使用抑汗剂或抗真菌散剂，保持鞋袜、足部清洁、干燥。

②注意浴池、宿舍等场所的公共卫生，不与他人共用日常生活物品，如指甲刀、鞋袜、浴盆和毛巾等。

③在外用药物期间，对患部皮肤尽量少用或不用肥皂和碱性药物，仅用温水清洗，以延长抗真菌药在体表停留的时间而巩固和提高疗效。

④糖尿病患者或肥胖患者应控制好基础疾病。

2. 治疗须足量、足疗程：一般治疗体、股癣需 2~4 周，足癣需 1 个月，甲癣需 3~6 个月。表面症状消失后，仍要坚持用药 1~2 周。

3. 特比萘芬乳膏对于儿童禁用。

4. 避免滥用激素软膏，在体、股癣尚未根治前禁止应用。

经典题目

最佳选择题

（2020 年）患者，男，23 岁，因近日脚趾间瘙痒、有明显脱皮就诊，诊断为足癣。关于该患者用药指导和健康教育的说法，错误的是

- A. 应注意保持鞋袜、足部清洁干燥
- B. 不与他人共用生活物品，如指甲刀、拖鞋等以免交叉传染
- C. 可使用咪康唑、酮康唑或特比萘芬等局部抗真菌药治疗
- D. 使用局部抗真菌药，症状消失 1~2 天后即可停药
- E. 在局部用药期间，用温水清洗患处皮肤，尽量少用或不用肥皂

『正确答案』D

『答案解析』使用局部抗真菌药，症状消失 1~2 周后才可停药。

第二十三节 昆虫叮咬

治疗原则	适当选择外用止痒、消肿药物； 中度患者加服抗组胺药物； 重度患者可口服糖皮质激素； 如出现继发感染者给予抗菌药物治疗
局部治疗	炉甘石洗剂、丁酸氢化可的松乳膏
口服抗组胺	氯苯那敏、西替利嗪、氯雷他定
口服糖皮质激素	泼尼松 15-20mg/d

第二十四节 烫伤

I 度（轻度）烫伤	红斑性，皮肤变红，并有火辣辣的刺痛感	
II 度（中度）烫伤	水疱性，患处产生水疱	
III 度（重度）烫伤	坏死性，皮肤剥落	
较小面积轻度烫伤	清洁创面后，外涂京万红、润湿烧伤膏（美宝）等	
中等或大面积烫伤	镇痛、镇静	轻伤：口服止痛片或肌注哌替啶、吗啡 重伤：静脉滴注哌替啶或与异丙嗪合用。 伴有脑外伤者：可用地西洋
	补液	烧伤饮料

用药注意事项与患者教育

1. 立即脱去热衣物，并用冷水湿敷或浸泡烫伤区域 20～30 分钟。
2. 切忌用塑料布包扎或覆盖创面，防止加速感染。
3. 创面不可涂有颜色的药物，如汞溴红（红汞）、甲紫，以免影响后续治疗中清创和对创面深度的判断。
4. 氯丙嗪影响诊断，扩张血管，容易导致血压下降，所以镇痛或镇静时慎用。
5. 白开水或无盐饮料可导致水中毒，不宜用于补液治疗

经典题目

最佳选择题

（2017 年）下列关于烫伤救治措施的说法，正确的是

- A. 创面及时外涂甲紫溶液预防感染
- B. I 度烫伤可冷敷后外涂烧伤膏
- C. 可用清洁塑料薄膜覆盖创面，以防创面感染
- D. 烫伤患者的镇痛、镇静药物首选氯丙嗪
- E. 失水较多患者应多饮白开水或无盐饮料

『正确答案』B

『答案解析』创面不可涂有颜色的药物，如汞溴红（红汞）、甲紫，以免影响后续治疗中清创和对创面深度的判断；切忌用塑料布包扎或覆盖创面，防止加速感染；氯丙嗪影响诊断，扩张血管，容易导致血压下降，所以镇痛或镇静时慎用；白开水或无盐饮料可导致水中毒，不宜用于补液治疗。

第二十五节 冻伤

未形成溃疡的冻疮	外涂敷紫云膏
轻度冻疮者	10%樟脑软膏（5%樟脑酯）、1%烟酸肌醇酯软膏；也可局部涂敷 10%辣椒素软膏、10%氧化锌软膏或冻疮膏等
局部发生水疱和糜烂者	涂敷 10%氧化锌软膏或依沙吖啶-氧化锌糊剂
溃烂而感染者	局部以 0.02%高锰酸钾溶液浸泡后，清除溢出的黏液后涂敷溃疡膏、0.5%~1%红霉素、0.5%林可霉素乳膏或 10%鱼石脂软膏，以控制细菌的感染

烟酸、维生素 E 口服	前者促进血液循环，后者促进肌肉生长
瘙痒严重	加服抗过敏药氯苯那敏或赛庚啶
严重冻疮早期	应用肝素钠乳膏（抗凝、抗血小板聚集，改善皮肤血流循环，促进新陈代谢）
对合并严重感染者	口服红霉素、克林霉素
注意事项	①樟脑有刺激性，外用时偶可引起接触性皮炎。有破损、溃疡、渗出的皮肤部位不宜涂敷；对已破溃的冻疮不宜使用，并避免接触眼睛和其他黏膜部位。 ②樟脑有挥发性，可透过胎盘屏障，对妊娠期女性慎用

经典题目

最佳选择题

（2018 年）患者，男，60 岁，因轻度冻疮（无破溃）到药店购药，药师应推荐的药品是

- A. 利巴韦林软膏
- B. 特比萘芬乳膏

- C. 10%樟脑软膏
D. 氢化可的松软膏
E. 红霉素软膏

『正确答案』C

『答案解析』轻度冻疮者：10%樟脑软膏（5%樟脑酯）、1%烟酸肌醇酯软膏；也可局部涂敷10%辣椒素软膏、10%氧化锌软膏或冻疮膏等。

第二十六节 超重和肥胖

判断指标	体重指数（BMI）：体重（kg）/身高 ² （m ² ） 18.5~23.9 正常 24.0~27.9 为超重 ≥28.0 为肥胖 腰围≥90/85cm（男/女）可判定为腹型肥胖
------	---

治疗原则	首先考虑饮食、运动调节，如不能控制或存在原有疾病不适宜运动调节的患者，考虑药物治疗
用药指征	① 食欲旺盛，餐前饥饿难忍，每餐进食量较多； ② 合并高血糖、高血压、血脂异常和脂肪肝； ③ 合并负重关节疼痛； ④ 肥胖引起呼吸困难或有阻塞性睡眠呼吸暂停综合征； ⑤ BMI≥24.0kg/m ² 且有上述合并症情况，或BMI≥28.0kg/m ² 而无论是否有合并症。 上述适应证人群经过3~6个月单纯控制饮食和增加活动量处理仍不能减重5%，甚至体重仍有上升趋势者，可考虑用药物辅助治疗

减重药物	中枢性减重药：西布曲明（已停产）、安非拉酮、芬特明 作用：抑制食欲和诱导饱腹感 非中枢性减重药：奥利司他 作用：脂肪酯酶抑制剂，减少脂肪吸收 不良反应：油脂溢出增多、胃肠胀气、便急、便失禁和油样便 禁忌症：禁用于慢性吸收不良综合征、胆汁淤积症
------	--

用药指导	奥利司他： ① 应进餐时服用； ② 可干扰脂溶性维生素A、维生素D、维生素E和维生素K的吸收，服药期间应补充这些维生素（在服用奥利司他前或后至少2小时服用）
------	--

经典题目

最佳选择题

（2020年）患者，男，66岁，身高176cm，体重79kg，BMI25.5kg/m²，腰围88cm，高血压病史3年，规律服药，血压控制良好，有冠心病和糖尿病家族史。该患者目前的营养状况和应采取的措施是

- A. 肥胖，首选控制饮食和增加运动
B. 超重，首选控制饮食和增加运动
C. 腹型肥胖，首选药物辅助减重
D. 超重，首选药物辅助减重
E. 体重正常，应控制体重，不可超过81kg

『正确答案』B

『答案解析』BMI25.5kg/m²，24.0~27.9为超重，所以属于超重，选B。

第二十七节 脂肪肝

单纯性脂肪肝一般无需药物治疗。

戒酒	是治疗酒精性肝病的关键
减少体重和腰围	是预防和治疗 NAFLD 及其并发症最重要的治疗措施
保肝药物	水飞蓟素（宾）、双环醇、多烯磷脂酰胆碱、甘草酸二铵、还原性谷胱甘肽、S-腺苷蛋氨酸、熊去氧胆酸

合并症用药原则	合并肥胖或超重	奥利司他
	合并糖尿病	二甲双胍和利拉鲁肽
	合并高血压	ARB 或 ARB+CCB
	合并高 TG	贝特类，但需警惕肝毒性（ ω -3 多不饱和脂肪酸安全，但疗效不肯定）
	非经酒精性脂肪肝合并 LDL-C 升高	他汀类（注患者有肝衰竭或肝硬化失代偿不能用）

经典题目

最佳选择题

（2020 年）患者，男，41 岁，BMI30.2kg/m²，因上腹胀 1 年就诊，常年饮酒（酒精量 10d）腹部 B 超显示：脂肪肝。生化检查：ALT100U/L，AST210U/L， γ -GGT130U/L，TG3.3mmol/L，血糖正常，肝炎病毒相关检查（-），关于该患者疾病管理的说法，错误的是

- A. 定期复查肝功能和腹部 B 超
- B. 高蛋白、低脂饮食
- C. 减轻体重
- D. 使用依折麦布调节血脂
- E. 戒酒

『正确答案』D

『答案解析』患者属于肥胖患者，甘油三酯高于正常值，应该用贝特类药物。

第二十八节 中暑

重症中暑	包括：热痉挛、热衰竭、热射病（高热、无汗、意识障碍） 处理措施：补液、降温、寻求专业医疗	
	热射病	1. 此类患者有生命危险，给患者降温的同时拨打急救电话。 2. 急救措施： ① 移到阴凉处； ② 不论使用何种方法，迅速给患者降温； ③ 监测患者的体温，努力将体温降到 38℃； ④ 拨打“120”、“110”寻求帮助； ⑤ 不要给患者喝水或喂食；

		⑥ 肌肉抽搐患者防止自伤； ⑦ 如果发生呕吐，需采取侧卧，保持气道通畅，防止误吸
--	--	---

患者教育	注意正确的饮水方法：每小时喝 2~4 杯凉水（500~1000ml），水温不宜过高，饮水应少量多次；高温天气时，不要饮用含乙醇或大量糖分的饮料；同时，还应避免饮用过凉的冰冻饮料，以免造成胃部痉挛；对于某些需要限制液体摄入量的心、肾疾病患者，高温时的饮水量应遵医嘱
------	---

经典题目

多项选择题

最近几日持续高温，为防止家中老人、小孩中暑，李女士到家附近药店咨询中暑预防事项。药师给予的正确建议包括

- A. 建议至少每小时喝 2~4 杯凉水（500~1000ml），水温不宜过高，饮水应少量多次
- B. 避免饮用过凉的冰冻饮料、含乙醇饮料
- C. 宜多饮含糖高的饮料
- D. 在户外，应当尽量选择轻薄、宽松及浅色的衣物，佩戴宽帽檐的遮阳帽、太阳镜，涂抹防晒霜
- E. 注意补充盐分和矿物质

『正确答案』ABDE

『答案解析』不宜饮用含糖高的饮料。