

家庭常备药清单（20 种常用药）

类别	药品名称	用途	使用注意	存储建议
感冒发烧	感冒灵颗粒	风寒感冒初期，怕冷、流清鼻涕	高血压慎用，开车慎用	阴凉干燥
布洛芬片	发烧、头痛、牙痛、关节痛	饭后服，胃不好慎用	避光保存	
对乙酰氨基酚片	儿童退烧、成人轻度疼痛	4-6 小时一次，不超 4 次/天	儿童安全锁	
板蓝根颗粒	咽喉肿痛、风热感冒	糖尿病患者选无糖型	防潮	
肠胃不适	蒙脱石散	急慢性腹泻	空腹服，和其他药隔 2 小时	密封
健胃消食片	消化不良、胃胀	饭前服，含片嚼服	阴凉	
奥美拉唑肠溶胶囊	胃酸过多、烧心	早晨空腹服	避光	
开塞露	便秘	挤入肛门，憋 5 分钟	常温	
皮肤外用	创可贴	小伤口止血	湿了要换，伤口深不能用	无菌包装
碘伏棉签	伤口消毒	比酒精不疼	一次性	
红霉素软膏	皮肤小感染、口角炎	外用，别入口	阴凉	
风油精	蚊虫叮咬、头痛头晕	别弄进眼睛	儿童拿不到	
炉甘石洗剂	湿疹、痱子、皮肤瘙痒	用前摇匀	常温	
莫匹罗星软膏	细菌感染、毛囊炎	外用，连续用不超 5 天	阴凉	
过敏	氯雷他定片	过敏性鼻炎、皮肤过敏	每天 1 片，嗜睡副作用小	避光
扑尔敏	严重过敏、助眠	会嗜睡，开车禁用	阴凉	
外伤	云南白药气雾剂	扭伤、跌打损伤	先喷红瓶止痛，再喷白瓶	远离火源
红花油	风湿骨痛、肌肉酸痛	外用，别入口	阴凉	
其他	口服补液盐 III	腹泻脱水、出汗过多	按说明书冲服	密封
体温计（电子）	测量体温	用前酒精消毒	避免摔打	

【PDF 内页附加内容】

老蒋特别提醒：

我是老蒋，70 后药师，在药房干了 30 年。这份清单里的药都是家庭常见药，但每个

人的体质不同，用药前最好咨询医生或药师。清单仅供参考，不能代替医嘱。

紧急情况处理：

发烧超过 3 天不退 → 去医院

腹痛剧烈、呕吐不止 → 去医院

过敏导致呼吸困难 → 立即打 120

家庭药箱管理：

每 3 个月检查一次有效期

过期药送到药店回收点

放在孩子拿不到的地方