



АКАДЕМИЯ
ДОКТОРА РОДИОНОВА

Антон Родионов
кардиолог, кандидат медицинских наук

**ЛЕКАРСТВА
КАК ВЫБРАТЬ
НУЖНЫЙ И БЕЗОПАСНЫЙ
ПРЕПАРАТ**



МОСКВА
2019

УДК 615.03

ББК 52.81

P60

Благодарности:

Выражаю благодарность дорогим коллегам:
врачу-пульмонологу, к.м.н. *Валентине Капустиной*,
врачу-гастроэнтерологу, к.м.н. *Татьяне Турко*,
врачу — клиническому фармакологу, к.м.н. *Anastasii Andержановой*
и врачу-психиатру *Ирине Трасковецкой* за консультации
и важные уточнения в ходе написания отдельных глав.

Антон Родионов — врач-кардиолог, кандидат медицинских наук, доцент кафедры факультетской терапии №1 Первого Московского государственного медицинского университета им. И. М. Сеченова. Член Российского кардиологического общества и Европейского общества кардиологов (ESC).

Научный редактор — *Светлана Петровна Попова*, кандидат медицинских наук, преподаватель кафедры в Российском университете дружбы народов (РУДН).

Родионов, Антон Владимирович.

P60 Лекарства: как выбрать нужный и безопасный препарат / Антон Родионов. — Москва : Эксмо, 2019. — 160 с. — (Академия доктора Родионова).

ISBN 978-5-04-167487-8

Любой человек рано или поздно приходит в аптеку за средством от простуды, от давления, от кашля, от изжоги... Как правильно сделать выбор нужного препарата? Как сделать так, чтобы самолечение не нанесло вреда здоровью, и обезопасить себя от лишних трат? На эти вопросы ответит пятая книга «Академии доктора Родионова» — «Лекарства: как выбрать нужный и безопасный препарат», Вы можете начать прямо с нее.

Доктор Родионов честно расскажет об эффективности и побочном действии препаратов, применяемых для лечения всех самых распространенных болезней. Вы узнаете неожиданные факты: как больные ноги вылечили препаратом от депрессии, когда все-таки нужно принимать антибиотики и что действительно должно быть в домашней аптечке и при поездке на дачу, чтобы не нарушить важнейший принцип «Не навреди!».

УДК 615.03
ББК 52.81

© Родионов А.В., 2015

© Тихонов М.В., фото, 2014

ISBN 978-5-04-167487-8

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2019

Оглавление

Введение.....	7
Глава 1	
Лечить не симптом, а болезнь.	
Лечить не болезнь, а больного	9
Глава 2	
Про «Мерседес» и «Жигули».....	11
Глава 3	
Препарат с «недоказанной эффективностью» — разве это возможно?	14
Глава 4	
Грипп и ОРВИ: не столько медикаментами, сколько честностью и порядком	17
Глава 5	
Если не можешь вылечить, попробуй хотя бы помочь	29
Снижаем температуру	29
Лечим насморк.....	31
Если болит горло	34
Пропал голос.....	36
Что-нибудь от кашля.....	37
Глава 6	
А мне дышать охота.....	52
Бронхиальная астма.....	52
Хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ).....	57
Глава 7	
Как не надо лечить сердце	62
Сердце болит, что можно попить?	63
Чем снизить давление?.....	65

<i>Дайте лекарство от аритмии!</i>	67
<i>«Аспиринчик» для разжижения крови.....</i>	68
<i>Какие мочегонные вы порекомендуете?.....</i>	70
Глава 8	
Загадки желудочно-кишечного тракта	72
<i>Изжога: убить дракона.....</i>	72
<i>Язвенная болезнь — инфекционная болезнь</i>	76
<i>Когда болит живот.....</i>	78
<i>Запор: самая деликатная проблема.....</i>	82
Глава 9	
Против жизни.....	88
<i>Рожа.....</i>	90
<i>Инфекции дыхательных путей и ЛОР-органов.....</i>	91
<i>Пищевая токсикоинфекция.....</i>	95
<i>Дисбактериоз — выгребная яма российского невежества</i>	98
<i>Заболевания, передающиеся половым путем (ЗППП): как не стать жертвой обмана</i>	99
<i>Еще пару слов о «попутных продажах»</i>	101
Глава 10	
Обезболивающие	103
<i>Нестероидные противовоспалительные препараты</i>	103
<i>Чем еще снять боль</i>	112
<i>Лекарства от нервов</i>	121
Глава 11	
Аптечка в поход, в поездку, на дачу	132
Глава 12	
Разговор со строгим критиком.....	140
<i>Заключение</i>	145
<i>Часто задаваемые вопросы</i>	147
<i>Об авторе</i>	151
<i>Алфавитный указатель</i>	152

Введение

Несколько лет назад я читал цикл лекций повышения квалификации для работников аптек — для людей, которые стоят по ту сторону аптечного прилавка и рекомендуют вам лекарства от сердца, от живота, от головы, от давления, от простуды... Между прочим, когда аптекарей называют продавцами, они очень обижаются. Ведь на самом деле фармацевты и провизоры — это люди со средним или высшим фармацевтическим образованием, которые должны очень-очень много знать про те лекарства, которые лежат у них на полках и в ящиках. В самом деле, как за пару минут общения с вами, без врача, без осмотра и анализов порекомендовать единственно правильное средство? Для меня это до сих пор загадка, я бы так не смог работать. Более того, в отличие от большинства стран мира, где серьезные лекарства (антибиотики, обезболивающие, препараты от давления и т. д.) продаются строго по рецепту, в России фактически можно без рецепта получить все, что душе угодно, за исключением сильнодействующих психотропных препаратов. И это, конечно, безобразие.

Не пропадать же добру, подумал я, и решил пятую книгу «Академии здоровья» написать по материалам тех лекций, которые должны были облегчить труд фармацевтам. Повторю вновь и вновь, мои книги — не посо-

бие по самолечению и не замена консультации врача. Все это пишется исключительно для того, чтобы помочь вам разобраться, как нужно, а чаще всего, как не нужно вести себя в разных клинических ситуациях и как не надо лечиться, чтобы не навредить себе. Медицина — очень сильнодействующее средство, и пользоваться ею надо очень аккуратно, недаром одна из двух основных заповедей врача — «Не навреди». Какая вторая? Конечно же, «Делай благо». Вот и давайте вместе с вами, мои уважаемые читатели, «делать благо» и при этом не вредить своему организму.

Глава 1

Лечить не симптом, а болезнь. Лечить не болезнь, а больного

Еще несколько лет назад, когда реклама лекарств была разрешена, все рекламные площадки были завешены призывами: Беспокоит изжога? Болит голова? Пучит живот? Купи этот порошок! Выпей эту таблетку! Прими этот сироп! И вы покупали, выпивали, принимали... Неужели же ни разу не приходила в голову мысль о том, что изжога — это симптом серьезного заболевания (рефлюксной болезни), которое при отсутствии лечения может привести к раку пищевода. Неужели неочевидно, что любая необъяснимая боль может быть симптомом серьезного заболевания, и бороться надо не с болью как сигналом неблагополучия, а с самой причиной болезни. А про побочные эффекты и осложнения терапии реклама и вовсе умалчивала, ограничиваясь нечитаемыми бледными буквами: «Имеются противопоказания, проконсультируйтесь со специалистом». А ведь если бы вы все же проконсультировались со специалистом, то узнали бы, что постоянный прием обезболивающих при головной боли приводит к развитию новой головной боли, еще более тяжелой (да, такое бывает!), а также может вызвать язву желудка и кровотечение. Вы

бы узнали, что бесконтрольный прием некоторых популярных слабительных (сенаде, бисакодил) вызывает зависимость и еще более тяжелые запоры. Вы бы узнали... если бы проконсультировались со специалистом. Но где же взять этих специалистов, когда поликлиник и больниц становится все меньше и меньше? Поэтому устраивайтесь поудобнее и будем разбираться в вашей домашней аптечке. Вновь повторю, я не научу вас диагностировать и лечить болезни *вместо* врача, моя задача, скорее, состоит в том, чтобы оградить вас от ненужного и неоправданного лечения. Кроме того, вы сможете разговаривать с врачом «на одном языке» и задавать правильные вопросы, касающиеся эффективности и безопасности лекарств. Но самое главное, помните, пожалуйста: прежде чем выпить таблетку, надо четко представлять себе, какую болезнь мы лечим.