

Jia Ting Yi Xue Bao Jian Shou Ce

现代家庭生活必备

家庭医学 保健手册

邓志刚 主编



Jia Ting
Yi Xue Bao
Jian Shou Ce

中医古籍出版社

家庭医学保健手册

邓志刚 主编

中医古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭医学保健手册/邓志刚主编. - 北京: 中医古籍出版社, 2004.4

ISBN 7-82517-695-0

I. 家… II. 邓… III. 家庭-保健-普及读物 IV. R358.8

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 26755 号

家庭医学保健手册

主 编 邓志刚

责任编辑 刘 婷

出版发行 中国古籍出版社

社 址 北京东直门内北新仓 107

经 销 新华书店

印 刷 北京市通州次渠印刷厂

开 本 850 × 1168 1/32

印 张 17

字 数 400 千

版 次 2004 年 4 月第 1 版

印 次 2004 年 4 月第 1 次

印 数 1 ~ 3000 册

标准书号 ISBN 7-82517-696-4/R·924

定 价 27.00 元

图书如有印装质量问题,可随时向印厂调换。

前 言

全家人的健康是最大的幸福。掌握必要的医学知识,可以帮助我们预防疾病,延缓衰老,保持健康,并在发生疾病时能够正确的认识,不耽误诊断和治疗。

本书选择了 700 个大家感兴趣的医学问题予以解答,著者是各专科经验丰富的医师。书的内容尽可能讲求实用性,符合读者的实际需要和家庭的实际情况。本书可以使读者增加医学素养,拓宽知识面,避免在健康问题上麻痹大意,同时也避免没有根据和过度的精神压力。

一旦身体不适,要依靠科学,求助于医生,而自己应在如何配合医生,如何弥补医生工作的不尽之处上下功夫。不要在一知半解的情况下自己治病,特别是盲目试用没有根据的“偏方”。笔者衷心希望本书能成为读者的真正朋友。

刘秉寿

二〇〇三年六月

目 录

一、小儿的喂养

新生儿从什么时候开始喂奶合适	(1)
新生儿乳房增大是病吗	(1)
女性新生儿为什么会阴道出血	(2)
新生儿为什么容易呕吐	(2)
新生儿期哪些消化道病变可引起呕吐	(2)
新生儿为什么容易得败血症	(4)
新生儿败血症有哪些特点	(4)
新生儿肺炎有什么症状和特点	(5)
新生儿破伤风是怎么发生的	(5)
新生儿患病为何出现体温不升现象	(6)
母乳喂养有哪些优点	(6)
什么叫初乳,初乳有哪些成份	(7)
怎样喂母乳	(7)
什么叫人工喂养	(7)
什么叫混合喂养	(7)
如何配制牛奶	(7)
怎样保证母乳质好量多	(8)
母亲患有某些疾病时不能喂奶	(8)
母乳不足怎样加喂其他代乳品	(8)
母乳不足怎么办	(9)

孩子因病不吃奶导致母乳分泌减少怎么办	(9)
孩子生下来不会吃奶怎么办	(9)
小儿吃奶时睡觉怎么办	(10)
小儿吃奶时为什么会出现边吃边哭的现象	(10)
怎样使用奶瓶喂牛奶	(10)
怎样消毒牛奶	(11)
如何配制全脂淡奶粉	(11)
怎样计算婴儿牛奶需要量	(11)
怎样计算婴儿水份需要量	(12)
婴儿吸吮手指有哪些害处	(12)
孩子多大断奶比较合适	(12)
断奶过晚有什么坏处	(12)
怎样断奶	(12)
为什么要给婴儿及时添加辅食	(13)
怎样给小儿添加辅食	(13)
哪些因素影响小儿的食欲	(14)
小儿偏食对身体有哪些害处	(15)
怎样培养孩子良好的饮食习惯	(16)
小儿为什么便秘,如何处理	(16)
怎样计算各年龄期小儿的体重	(17)
怎样计算各年龄期小儿的身长	(18)
怎样测量小儿的体重	(18)
怎样测量小儿身长	(19)
如何结合小儿智力发育做好锻炼与教养	(19)
如何观察孩子的哭声	(21)

二、小儿常见病

为什么6个月以内的婴儿很少得麻疹	(23)
------------------------	------

得了麻疹有哪些表现	(23)
得了麻疹应该怎样保持皮肤黏膜卫生	(24)
给麻疹病儿退烧时应注意什么	(24)
麻疹病儿需要“忌口”吗	(25)
小儿得了风疹有哪些特征	(25)
幼儿急疹是怎么回事	(25)
患水痘的小孩应该注意什么	(26)
猩红热皮疹有哪些特点	(27)
患猩红热为什么在病后第3周需要化验尿	(27)
百日咳是要咳嗽100天吗	(27)
怎样护理百日咳病儿	(28)
得了白喉有哪些危险	(29)
流行性脑脊髓膜炎与乙型脑炎有什么不同	(30)
“乙脑”是怎么传染的	(31)
“痄腮”会引起哪些并发症	(31)
得了小儿麻痹有哪些危险	(32)
小儿得了蛔虫病有哪些表现	(33)
小儿蛔虫病可诱发哪些并发症	(33)
小儿肛门为啥瘙痒	(34)
嗜异症是怎么回事	(34)
手、足、口病是怎么得的	(35)
为什么不能轻视小儿感冒	(36)
为什么婴幼儿容易得肺炎	(36)
婴幼儿肺炎除呼吸道症状外还有哪些表现	(36)
婴幼儿肺炎最常见的并发症有哪些	(37)
如何护理肺炎病儿	(37)
婴幼儿为什么容易发生腹泻	(38)
孩子缺锌怎么办	(39)
小儿得了急性肾炎有哪些表现	(40)

小儿急性肾炎常见并发症有哪些	(70)
婴幼儿为什么易患泌尿系感染	(41)
什么是小儿遗尿症	(42)
怎样护理患有先天性心脏病的孩子	(43)
怎样预防小儿缺铁性贫血	(44)
小儿为什么易得佝偻病	(44)
如何早期发现小儿佝偻病	(45)
如何预防佝偻病	(46)
维他命 D 中毒是怎么回事	(46)
小儿手足搐搦症是怎么得的	(47)
什么叫漏斗胸,发生了漏斗胸怎么办	(48)
小儿为什么容易发生“肘脱环”	(49)
小儿“罗圈腿”是怎样造成的	(49)
小儿发生了肛裂怎么办	(50)
小儿斜颈怎么办	(50)
小儿包茎和包皮过长是怎么回事	(51)
小儿隐睾怎么办	(51)
小儿脐疝是怎么回事	(52)
小儿发生了肠套叠有哪些表现	(53)
怎样处理小儿血管瘤	(54)
女口何治疗婴儿湿疹	(55)
怎样防治婴儿臀红	(56)
怎样防治痄子与痱毒	(57)
小儿为什么会抽风	(58)
小儿抽风时如何急救处理	(58)
小儿发生中暑怎么办	(59)
小儿哭闹屏气怎么办	(59)
为什么有的孩子会出现夜惊	(60)
为什么孩子睡觉时爱出汗	(60)

三、常见症状

发热应想到哪些病	(62)
头痛应想到哪些病	(65)
咳嗽应想到哪些病	(65)
呼吸困难应想到哪些病	(67)
胸痛应想到哪些病	(69)
哪些疾病可以引起咯血	(70)
什么叫紫绀	(71)
呕吐的常见原因是什么	(71)
腹泻要想到哪些病	(72)
呕血的常见原因是什么	(73)
便血的常见原因是什么	(73)
哪些疾病可引起腹水	(73)
血尿要想到哪些疾病	(74)
水肿时应想到哪些疾病	(74)
怎样进行体重下降的原因分析	(74)
口臭常见於哪些疾病	(75)

四、呼吸系统常见病

感冒的病因是什么	(77)
感冒需要注意与哪些疾病相鉴别	(77)
怎样治疗感冒	(77)
感冒是否要用抗生素	(78)
怎样服用速效伤风胶囊	(78)
老年人患感冒后要注意什么	(79)
老年人患感冒后容易并发哪些病	(80)

怎样预防感冒	(80)
吸烟有哪些害处	(80)
吸烟者要注意什么	(81)
慢性支气管炎的病因是什么	(81)
慢性支气管炎有哪些表现	(81)
慢性支气管炎常有哪些并发症	(82)
慢性支气管炎怎样治疗	(82)
什么是肺气肿	(82)
肺气肿的严重程度是怎样划分的	(83)
肺气肿患者要注意什么	(83)
什么是肺心病	(83)
肺心病有什么表现	(84)
肺心病常采取哪些治疗措施	(84)
什么是支气管哮喘	(84)
什么是哮喘持续状态	(85)
支气管哮喘的病因是什么	(85)
治疗支气管哮喘的药物有哪些	(86)
什么是支气管扩张症	(86)
支气管扩张症有什么表现	(87)
对支气管扩张症常采取哪些治疗方法	(87)
肺癌分哪些类型	(88)
肺癌常有哪些表现	(88)
肺癌常用哪些方法进行治疗	(88)
肺炎分几种	(89)
大叶性肺炎的病因是什么	(89)
大叶性肺炎有什么表现	(90)
肺炎怎样治疗	(90)
护理肺炎患者要注意什么	(90)
什么是休克型肺炎	(90)

什么是肺炎支原体肺炎	(91)
老年人怎样预防肺炎	(91)
什么是肺脓肿	(91)
肺脓肿是怎样引起的	(92)
肺脓肿有什么表现	(93)
什么是矽肺	(93)
矽肺病人有什么表现	(94)
怎样预防矽肺的发生	(94)
肺结核是怎样发生的	(94)
治疗肺结核要注意哪些问题	(95)
肺结核钙化之后是不是就不再会复发了	(96)
怎样预防肺结核	(97)
卡介苗为什么能预防结核病	(97)
得了肺结核有什么表现	(98)
轻度、中度、重度肺结核是怎样划分的	(98)
怎样确定肺结核是处于进展、好转或稳定期	(99)
怎样的情况是活动性肺结核	(99)
肺结核分为哪几种类型	(99)
什么是胸膜炎	(100)
结核性胸膜炎有什么表现	(100)
什么是自发性气胸	(101)

五、消化系统常见病

急性胃肠炎是怎样引起的	(103)
急性胃肠炎有什么表现	(103)
急性胃肠炎怎样治疗	(104)
暴饮暴食有什么害处	(104)
胃、十二指肠溃疡有什么表现	(105)

胃、十二指肠溃疡常有哪些并发症·····	(105)
胃、十二指肠溃疡患者应注意什么·····	(105)
慢性胃炎的病因是什么,怎样治疗·····	(106)
胃癌有什么表现·····	(107)
什么是溃疡性结肠炎·····	(108)
什么是克隆氏病·····	(109)
肝硬化有哪些类型·····	(109)
肝硬化中最常见的是哪一种类型·····	(109)
肝硬化有哪些表现·····	(110)
怎样护理肝硬化患者·····	(111)
肝病患者在生活中要注意什么·····	(111)
什么是急性胰腺炎·····	(111)
肠结核有哪些表现·····	(112)
胃肠神经官能症是怎样一种病·····	(113)
绦虫病是怎么回事·····	(113)
什么是囊虫病·····	(114)
怎样制止呃逆·····	(114)
家庭中怎样治疗便秘·····	(115)

六、心血管常见病

怎样保持心脏健康·····	(116)
什么叫心功能不全·····	(116)
心功能状态可以分为几级·····	(117)
什么是心脏性猝死·····	(118)
什么叫心律失常·····	(118)
什么是窦性心动过速·····	(118)
什么是窦性心动过缓·····	(119)
早搏是怎么回事·····	(119)

什么是阵发性心动过速	(120)
什么是心房颤动	(120)
什么是传导阻滞	(121)
什么是风湿热	(121)
怎样预防风湿热	(122)
常见的风湿性心瓣膜病有哪些	(122)
二尖瓣狭窄有什么表现	(123)
二尖瓣狭窄一般可进行哪些治疗	(123)
二尖瓣狭窄手术治疗有哪些适应症和禁忌症	(124)
二尖瓣关闭不全有什么表现	(125)
二尖瓣关闭不全有哪些治疗方法	(125)
动脉粥样硬化的发生与哪些因素有关	(125)
胆固醇含量高和含量低的食物有哪些	(126)
怎样防治动脉粥样硬化	(127)
什么是冠心病	(127)
什么是隐匿型冠心病	(128)
什么是心绞痛	(128)
心绞痛分为几种类型	(129)
什么是变异性心绞痛	(129)
心绞痛病人常做的检查有哪些	(129)
患有心绞痛怎样治疗	(129)
老年人如何预防心绞痛	(130)
急性心肌梗塞有什么表现	(130)
心肌梗塞的检查主要有哪些	(131)
发生心肌梗塞怎么办	(131)
怎样预防心肌梗塞的发生	(132)
什么是心肌病	(132)
什么是心肌炎	(132)
血压多少算是高血压	(133)

高血压病有哪些表现	(133)
什么是急进型高血压	(133)
除高血压病外,还有哪些病可引起血压升高	(134)
高血压病人在治疗时要注意什么	(134)
高血压患者在饮食方面要注意什么	(135)
老年人怎样预防中风	(135)

七、内科其他常见病

什么是贫血	(136)
贫血分为几种类型	(136)
贫血病人可有哪些表现	(136)
引起缺铁性贫血的原因主要有哪些	(137)
怎样治疗缺铁性贫血	(138)
什么是再生障碍性贫血	(138)
营养性巨幼细胞性贫血是怎样发生的,怎样治疗	(140)
什么是白血病	(140)
怎样早期发现白血病	(141)
什么是淋巴瘤	(142)
什么是过敏性紫癜	(142)
什么是特发性血小板减少性紫癜	(142)
什么是血友病	(143)
什么是糖尿病	(143)
糖尿病患者怎样进行饮食治疗	(144)
甲状腺机能亢进症有什么表现	(144)
柯兴综合征是怎么回事	(145)
侏儒症是怎么回事	(146)
急性肾小球肾炎有什么表现	(146)
肾盂肾炎有什么表现	(147)

面神经炎常用的治疗方法有哪些	(147)
----------------------	-------

八、外科常见病

患了下肢静脉曲张怎么办	(149)
血栓闭塞性脉管炎有哪些表现	(150)
怎样正确使用止血带	(150)
怎样急救和处理骨折	(151)
怎样急救和运送脊柱骨折病人	(152)
小儿为何容易发生挠骨小头半脱位,怎样处理.....	(153)
石膏固定后应注意哪些问题	(153)
腰椎间盘突出有什么症状	(154)
什么是强直性脊柱炎,怎样治疗.....	(155)
什么是坐骨神经痛,怎样治疗.....	(155)
怎样治疗急性腰扭伤	(156)
急性软组织损伤后为何不宜马上热敷	(157)
怎样治疗腱鞘囊肿	(157)
什么是网球肘	(157)
肩关节周围炎有什么症状,怎样治疗.....	(158)
引起腹痛的常见疾病有哪些	(159)
手术后病人早期活动有什么好处	(160)
胃癌有什么表现,怎样治疗.....	(160)
胆石症有哪些表现,怎样治疗.....	(161)
暴饮暴食为何会引起急性胰腺炎	(162)
肠梗阻有哪些表现	(162)
急性阑尾炎有什么表现,怎样治疗.....	(163)
怎样治疗慢性阑尾炎	(164)
什么是疝气,怎样治疗.....	(164)
直肠息肉有哪些症状	(165)

直肠脱垂是怎么回事,怎样治疗·····	(165)
直肠癌有哪些症状,怎样治疗·····	(166)
痔核分几种,有哪些症状·····	(167)
哪些疾病可以引起便血·····	(167)
什么是膀胱刺激症状,见於哪些疾病·····	(168)
尿液中为何有血·····	(169)
男性乳房发育症是怎样引起的·····	(169)
引起胸痛的原因有哪些·····	(170)
脑震荡有什么表现·····	(171)
破伤风是怎样引起的,怎样预防·····	(171)
怎样判断良性肿瘤和恶性肿瘤·····	(172)

九、常见皮肤病

头癣有几种,怎样防治·····	(174)
体癣是怎么回事·····	(175)
什么叫花斑癣,怎样治疗·····	(175)
怎样治疗手、足癣·····	(176)
指(趾)甲癣能治好吗·····	(176)
夏天为何容易生痱子,怎样防治·····	(177)
毛囊炎能根治吗·····	(178)
怎样防治脓疱疮·····	(178)
疖肿为什么不能挤·····	(179)
怎样治疗寻常疣·····	(180)
什么叫单纯疱疹·····	(180)
什么叫带状疱疹,怎样治疗·····	(180)
什么是尖锐湿疣,怎样治疗·····	(181)
疥疮是一种什么病,怎样治疗·····	(182)
玫瑰糠疹女口何治疗·····	(183)

什么叫神经性皮炎,怎样治疗·····	(183)
牛皮癣是一种什么病,怎样治疗·····	(184)
什么叫药疹,有什么特点,怎样治疗·····	(185)
什么是荨麻疹,怎样防治·····	(186)
什么是接触性皮炎,怎样防治·····	(187)
怎样防治阴囊瘙痒症·····	(188)
怎样治疗白癜风·····	(189)
斑秃是怎样引起的,怎样治疗·····	(189)
为什么有的人手足皮肤容易发生裂口·····	(190)
哪些部位容易发生冻疮,怎样防治·····	(191)
鸡眼和胼胝有什么不同,怎样治疗·····	(192)
腋臭是怎么回事·····	(192)
瘢痕疙瘩有办法治吗·····	(193)
鱼鳞病能治愈吗·····	(194)
什么叫红斑性狼疮,怎样治疗·····	(194)
麻风是怎样传染的,怎样治疗·····	(195)

十、性医学知识

什么是第一性征,什么是第二性征·····	(197)
什么是青春期,青春期有哪些特征·····	(197)
性激素有哪些作用·····	(198)
什么是性早熟·····	(199)
月经是怎样形成的·····	(200)
什么是正常月经·····	(201)
如何注意月经期卫生·····	(201)
经前期紧张综合征有哪些表现·····	(202)
什么是闭经·····	(203)
痛经是怎么回事·····	(204)