

主 编 马 智

副主编 吕佩源 崔力争 苟 萍

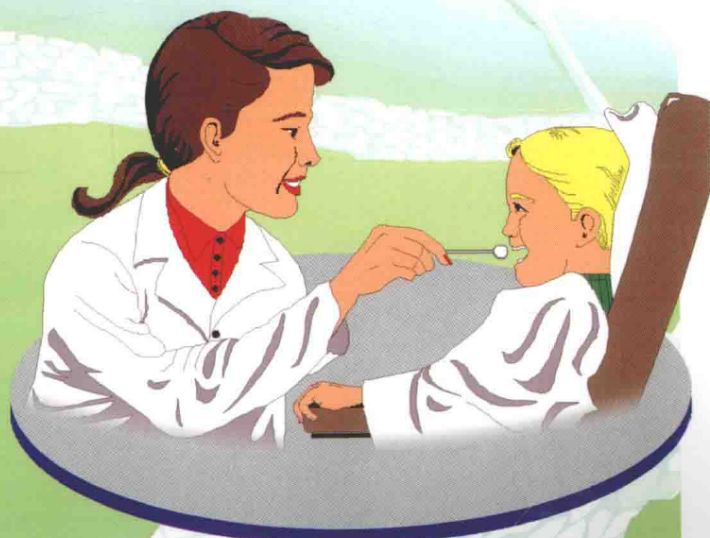


农民卫生保健丛书

nongmin weisheng bao jian congshu

农民寻医 问病指南

马 智 赵建逸 编 著



河北大学出版社

主 编 马 智

副主编 吕佩源 崔力争 苟 萍



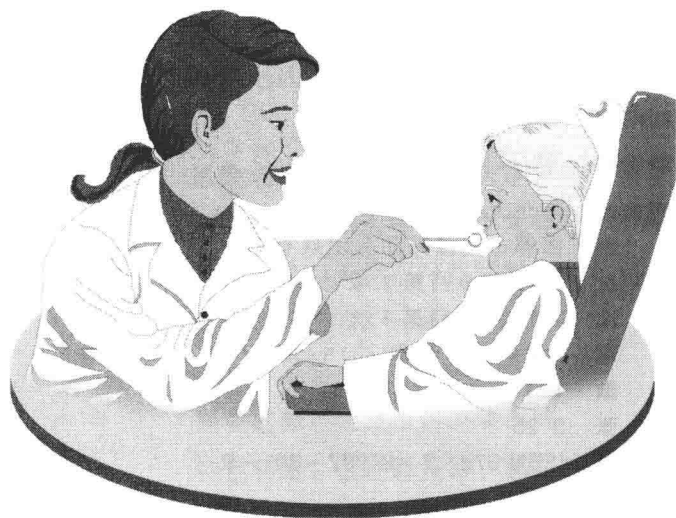
农民卫生保健丛书

nongmin weisheng bao jian congshu

农民寻医

问病指南

马 智 赵建逸 编 著



河北大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

农民寻医问病指南 / 马智, 赵建逸编著. — 保定: 河北大学出版社, 2010.9

(农民卫生保健丛书/马智主编)

ISBN 978 - 7 - 81097 - 801 - 9

I. 农… II. ①马…②赵… III. ①疾病-诊疗-指南
IV. ①R4 - 62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 160725 号

丛 书 名 农民卫生保健丛书

书 名 农民寻医问病指南

主 编 马 智

编 著 者 马 智 赵建逸

策 划 高凤欣

责任编辑 何 东

特约编辑 苟 萍

装帧设计  合合设计
hehesheji

出版发行 河北大学出版社

印 制 邯郸市蕾兹万印务发展有限公司

版 次 2010 年 9 月第 1 版

印 次 2010 年 9 月第 1 次

开 本 850 × 1168 毫米 1/32

字 数 199 千字

印 张 9.25

书 号 ISBN 978 - 7 - 81097 - 801 - 9

定 价 18.50 元

版权所有 翻印必究

序

健康是人全面发展的基础，是一个国家和地区经济发展和
社会进步水平的重要体现。改革开放以来，我国经济和包括医
疗卫生在内的各项社会事业都有了长足发展，但国民健康素质
仍不容乐观，全国人口平均期望寿命虽已超过 72 岁，但健康期
望寿命仅有 64 岁。当前，我们的健康不仅面临着传染性疾病和
非传染性慢性疾病的威胁，还有来自气候变暖、环境污染、生
态失衡造成生存环境恶化的挑战，基础相对薄弱的农村地区，
农民健康状态更令人担忧。实现科学发展和全面建设小康社会，
就必须着力保障人民群众的身心健康。可以说，没有健康，就
没有小康；没有亿万农民的健康，就没有社会主义新农村。

党和政府历来高度重视和关心农民的健康问题。1997 年
发布的《中共中央国务院关于卫生改革与发展的决定》，明确
提出了新时期的卫生工作方针：“以农村为重点，预防为主，
中西医并重，依靠科技与教育，动员全社会参与，为人民健康
服务，为社会主义现代化建设服务。”2006 年制发的《全国亿
万农民健康促进行动规划（2006—2010 年）》中提出：“进一
步普及基本卫生知识，倡导科学文明健康的生产生活方式，提
高农村居民的健康素质和生活质量。”落实好这些部署和要



求，有诸多的工作要做，而其中非常关键的一环，就是要加强农民健康科普工作，向广大农民朋友普及卫生保健知识，让他们学会如何保健、怎样预防疾病，增强自我保健意识，养成科学文明健康的生产生活方式。这不仅能够使有限的医疗卫生资源发挥更大的作用，也必将极大地推动“三农”工作。

我们欣喜地看到，我省 40 多位有着丰富科普写作经验的专家，满怀着对农民朋友的深厚感情，精心组织编写了这套《农民卫生保健丛书》，并列入我省“农家书屋”书目。这对于有效解决广大农民看病难、看病贵问题，对于建设社会主义新农村、提高农民健康素质，具有积极的现实意义。这套丛书，语言精练简洁，内容科学实用，读后感觉有这么几个特点：一是以保健防病为主，该书的一个重要目的是引导农民如何科学、健康地生产生活，预防疾病，筑起健康的堤坝；二是医学知识科普化，既突出医学的科学严谨，又能让没有医疗卫生知识的普通人看得懂、理得清，可读性、通俗性都很强；三是采用问答的形式，便于读者阅读，利于释疑解惑。

这套丛书共有 16 分册，适用于具有阅读能力的农民朋友，而各分册内容又适宜不同人群阅读，将随着“农家书屋”工程建设，陆续送到各地农民朋友手中。希望广大农民朋友多翻翻、多看看，期望这套丛书能够成为广大农民朋友的良师益友、健康的守护神。

河北省人民政府副省长

二〇〇九年十二月

编者的话

人的生命是个过程，生老病死是自然界不可抗拒的客观规律。健康长寿是人类孜孜不倦追求的目标，防病于未然是人类与疾病作斗争的第一道防线，一旦第一道防线突破，疾病便悄然而生。人体所有疾病的发生都是由量变到质变的过程，任何疾病的发生都有一定的先兆，在疾病早期会显露蛛丝马迹，而这些征象（症状）可能是一过性的，往往不能引起人们的注意。但是，我们如果能掌握一些自测常见病知识，及早重视这些细微的变化，即可使疾病得到早期发现、早期诊断、早期治疗，从而控制疾病的进展，减轻或避免不良后果。如何找医生看病，对身体不适的人来说，无疑是一个重要的问题，特别在医疗卫生资源尚不充足的农村，更成为难事。编写《农民寻医问病指南》的目的是为农民朋友介绍就医知识、自我发现疾病的方法，从而获得满意的诊断和治疗。

本书采用通俗的语言，以问答的形式，较系统全面地介绍了寻医问病的知识，主要内容包括就医知识与技巧、就医误区、疾病的早期信号、医学检查报告解读、患者权利义务与医疗纠纷等5部分，并附有河北省主要省级医院简介和北京、天津主要大医院特色科室的介绍。



需要提出的是，本书提供了一些疾病的早期信号，只能作为读者就医或自测疾病的参考，切不可对号入座，究竟有无疾病，有什么疾病，应找医生诊断治疗。本书列举了检验的正常值，但由于各医院采用的检验方法不同，可能正常值有差异，应按应诊医院的检验报告正常值为准。

本书力求新颖，着力反映最新的有关知识；讲求实用，着力介绍农民朋友看得懂、用得上的内容。适于具有初中以上文化水平的广大农民朋友阅读。

本书在编写过程中引用了一些相关文献，恕不一一列出，在此表示感谢。书中难免有疏漏或不足之处，祈望读者指出，以便再版时修正。

2010年9月

目 录

一、就医知识与技巧

1. 生病后到什么地方去看病? (3)
2. 选择医院应遵循哪些原则? (3)
3. 如何认识医院等级? (4)
4. 如何根据自身病情选择医院? (5)
5. 如何根据医院的特点选择医院? (6)
6. 医院门诊有哪几种类型? (7)
7. 为什么要选择科室, 依据有哪些? (9)
8. 如何根据患者的症状选择科室? (10)
9. 容易挂错号的病症有哪些? (12)
10. 如何选择就医时间? (12)
11. 选择医生有哪些途径? (13)
12. 如何选择满意的医生? (14)
13. 哪些情况应挂急诊? (16)
14. 看急诊应注意哪些事宜? (17)
15. 慢性病患者何时看急诊? (17)
16. 就医前应做好哪些准备? (19)



17. 哪些患者不宜乘普通车去医院? (20)
18. 如何统筹安排就医流程? (21)
19. 怎样尽快找到科室? (22)
20. 为什么要认真填写病历卡? (22)
21. 如何看专病门诊? (23)
22. 怎样正确选择专家门诊? (24)
23. 看专家门诊应做哪些准备? (24)
24. 候诊时应注意什么? (26)
25. 向医生“说病”时应注意什么? (26)
26. 叙述病情时有哪几种不正确的开场白? (28)
27. 就诊时患者应该对医生说些什么? (29)
28. 不正常就诊心理有哪几种? (31)
29. 就诊有哪些忌讳? (33)
30. 就诊过程如何防止交叉感染? (35)
31. 结束就诊前应弄清楚哪些问题? (35)
32. 血液化验检查前需要做哪些准备? (36)
33. 血液化验检查前后应注意哪些事项? (36)
34. 尿液、粪便化验检查前应做哪些准备? (37)
35. 胃镜、肠镜检查前应做哪些准备? (38)
36. 心电图检查应注意哪些事项? (38)
37. B 型超声检查前应做哪些准备? (39)
38. 胃肠道 X 线、CT 检查前应做哪些准备? (39)
39. 磁共振检查应注意哪些问题? (40)
40. 为什么要保存好病历与检查报告单? (41)
41. 面临手术抉择怎么办? (42)



- 42. 身体出现小变化有必要就诊吗? (42)
- 43. 常见病就医有何技巧? (44)
- 44. 不孕不育如何选择医生? (46)
- 45. 男科疾病患者与医生交流有何技巧? (47)
- 46. 妇科病如何选择最佳就诊时间? (48)
- 47. 人工流产最佳时间及术后如何疗养? (49)
- 48. 输卵管结扎手术如何选择最佳时间? (50)
- 49. 何时是女性保健的最佳时间? (50)
- 50. 糖尿病患者每次看病都要挂专家号吗? (52)
- 51. 睡眠障碍何时就医? (53)
- 52. 失眠该到哪里就诊? (54)
- 53. 明白看病、清楚花钱有何技巧? (55)
- 54. 开药、取药有何注意事项? (56)
- 55. 取药后要注意哪些问题? (57)
- 56. 服药为什么要遵医嘱? (58)
- 57. 如何选择最佳给药时间? (59)
- 58. 如何理解药品说明书中的不良反应? (61)
- 59. 得了病打针好还是吃药好? (62)
- 60. 如何合理选择用药方式? (64)
- 61. 家庭用药应当避免哪些问题? (65)
- 62. 识别真假药品有哪些方法? (66)

二、就医误区

- 63. “久病成医”有道理吗? (71)
- 64. 怎样避免“急病乱投医”? (71)



65. 看病常见的误区有哪些? (72)
66. 老年人治病有哪些误区? (75)
67. 真的有所谓的“神医”、“神药”吗? (76)
68. 选择医院应避免哪些误区? (77)
69. 如何远离“医托”? (78)
70. 如何识别虚假医疗广告? (79)
71. 如何看待网上看病和邮购药品? (80)
72. 假医是如何行骗的? (81)
73. 慢性病患者遍访名医有益吗? (82)
74. 就医时需提防哪些陷阱? (82)
75. 患者的哪些做法容易导致误诊? (84)
76. 有关体检的错误理念有哪些? (85)
77. 购买医疗保险时要避免哪些错误认识? (86)
78. 家属陪伴患者时有哪些误区? (87)
79. 给孩子看牙病应注意什么? (88)
80. 贵药都是疗效好的药吗? (88)
81. “恨病”能多吃药吗? (89)
82. 抗生素能随便使用吗? (89)
83. 中西药联合应用有哪些利弊? (90)
84. 降糖药应用有哪些误区? (91)
85. “以毒攻毒”有道理吗? (92)
86. “吃啥补啥”有道理吗? (93)

三、疾病的早期信号

87. 头发颜色变化兆示哪些疾病? (97)



88. 头发骤落是哪些疾病的征兆?	(98)
89. 眼痛是哪些疾病的信号?	(99)
90. 什么是“虹视”, 它是什么疾病的信号?	(100)
91. 近视的早期信号有哪些?	(101)
92. 眼白颜色异常是哪些疾病的信号?	(102)
93. 眼球异常是哪些疾病的信号?	(102)
94. 眼皮跳是怎么回事?	(104)
95. 眨眼过频可能是哪些疾病的先兆?	(104)
96. 流泪过多是由什么病引起的?	(105)
97. 耳鸣预兆哪些疾病?	(105)
98. 耳痛是哪些疾病的信号?	(106)
99. 耳道流液是哪些疾病的信号?	(107)
100. 鼻涕异常是什么病的先兆?	(108)
101. 鼻塞是由什么病引起的?	(109)
102. 老年人鼻出血的原因是什么?	(110)
103. 嗅觉异常是哪些疾病的信号?	(111)
104. 唇色异常是什么疾病的信号?	(112)
105. 牙痛是哪些牙齿本身疾病的信号?	(113)
106. 牙痛是哪些全身疾病的信号?	(115)
107. 舌苔异常是哪些疾病的信号?	(116)
108. 舌色异常与哪些疾病有关?	(117)
109. 老年人口干的原因是什么?	(118)
110. 口腔异味是什么疾病的征兆?	(118)
111. 异常面容是哪些疾病的表现?	(119)
112. 头痛是哪些疾病的信号?	(120)

113. 声音嘶哑是哪些疾病的信号? (122)
114. 胸痛是哪些疾病的表现? (122)
115. 心慌是哪些疾病引起的? (124)
116. 妇女乳房出现异常是哪些疾病的先兆? (124)
117. 腰痛是哪些疾病的信号? (126)
118. 腰部形态和活动情况可预示哪些疾病? (127)
119. 腹痛与哪些疾病相关? (128)
120. 腹泻是哪些疾病的信号? (130)
121. 进食后的不正常感觉是哪些疾病的先兆? ... (131)
122. 指甲异常是哪些疾病的征象? (132)
123. 腿痛的常见原因是什么? (134)
124. 步态异常是哪些疾病的表现? (135)
125. 皮肤颜色异常是哪些疾病的信号? (136)
126. 皮肤瘙痒是哪些疾病的表现? (137)
127. 多汗是哪些疾病的信号? (139)
128. 自汗和盗汗是哪些疾病的信号? (140)
129. 异味汗是哪些疾病的信号? (140)
130. 尿色异常预示着哪些疾病? (141)
131. 尿液气味异常见于哪些疾病? (143)
132. 如何根据尿量辨别疾病? (143)
133. 排尿异常是哪些疾病的反映? (145)
134. 大便色泽改变是哪些疾病的信号? (146)
135. 大便形态改变是哪些疾病的信号? (147)
136. 如何从痰的特征判断得了什么疾病? (148)
137. 脾气改变是哪些疾病的表征? (149)



- 138. 不自主的震颤是哪些疾病的信号? (150)
- 139. 身体日渐消瘦是否得了什么病? (151)
- 140. 不明原因的疲劳是哪些疾病的信号? (153)
- 141. 睡眠中一些异常表现是生病的征兆吗? (154)
- 142. 什么是“预兆梦”, 与哪些疾病有关? (155)
- 143. 频繁打呵欠与中风有关系吗? (156)

四、医学检查报告解读

- (一) 检验报告 (161)
 - 144. 为什么要进行化验? (161)
 - 145. 不同部位取血测得的结果有什么不同? (161)
 - 146. 红细胞计数测定有什么临床意义? (162)
 - 147. 红细胞形态检查有什么意义? (163)
 - 148. 血红蛋白测定有什么临床意义? (163)
 - 149. 白细胞计数测定有什么临床意义? (164)
 - 150. 白细胞分类计数有什么意义? (165)
 - 151. 血小板计数有什么意义? (166)
 - 152. 血沉检查有什么意义? (166)
 - 153. 如何读懂血糖检测结果? (167)
 - 154. 如何读懂血脂化验单? (169)
 - 155. 血电解质检查都包括哪些项目? (170)
 - 156. 血型是如何确定的? (172)
 - 157. 血型能变吗? (173)
 - 158. 凝血常规检查包括哪些项目, 有哪些
临床意义? (173)



159. C 反应蛋白测定的意义是什么? (175)
160. 如何看肝功能检查报告单? (176)
161. 如何判断乙型肝炎五项检查结果? (177)
162. 肾功能检查包括哪些项目? (179)
163. 什么是酚红排泄试验? (179)
164. 内生肌酐清除率测定有什么意义? (180)
165. 血清尿素氮测定有什么意义? (181)
166. β_2 - 微球蛋白测定有什么意义? (181)
167. 血尿酸测定有什么意义? (182)
168. 血肌酐测定有什么意义? (182)
169. 如何看尿检报告? (183)
170. 尿糖阳性就是糖尿病吗? (186)
171. 怎样分析尿细菌培养报告? (187)
172. 什么是尿三杯试验, 其意义如何? (188)
173. 尿人绒毛膜促性腺激素检验有什么
临床意义? (188)
174. 怎样看大便化验单? (189)
175. 粪便潜血检查有什么意义? (190)
176. 怎样看大便细菌培养报告? (191)
177. 怎样看前列腺液化验单? (191)
178. 白带常规检查包括哪些内容? (192)
179. 肿瘤标志物测定的临床意义是什么? (194)
180. 脑脊液检查的临床意义是什么? (195)
181. 甲状腺检查项目有哪些? (197)
182. 基础代谢率测定的临床意义是什么? (198)



183. 血清总三碘甲状腺原氨酸测定的临床意义 是什么?	(198)
184. 总甲状腺素测定的临床意义是什么?	(199)
185. 游离三碘甲状腺原氨酸、游离甲状腺素测定的 临床意义是什么?	(200)
186. 促甲状腺激素测定的临床意义是什么?	(200)
187. 甲状旁腺素测定的临床意义是什么?	(201)
188. 什么是病理检查?	(201)
189. 常用的活体组织标本检查有哪些?	(202)
190. 如何看活体组织标本检查病理报告?	(204)
(二) 特殊检查相关知识	(205)
191. 什么是心电图检查?	(205)
192. 心电图分哪几类, 应用范围有哪些?	(205)
193. 什么人需要做心电图检查?	(206)
194. 什么是 B 型超声检查?	(207)
195. 什么是彩色多普勒超声检查?	(208)
196. 什么是经颅多普勒超声检查?	(208)
197. 孕妇为什么要做超声检查?	(209)
198. X 线检查包括哪些?	(210)
199. X 线钡餐造影有哪些适应证和禁忌证?	(211)
200. X 线检查时应注意哪些事项?	(212)
201. 什么是 CT 检查?	(213)
202. CT 检查适用于哪些疾病?	(214)
203. 什么是核磁共振检查?	(215)
204. 哪些疾病适合做核磁共振检查?	(216)

- 205. 什么是纤维支气管镜检查? (217)
- 206. 什么是纤维胃镜检查? (218)
- 207. 什么是结肠镜检查? (219)
- 208. 什么是宫腔镜检查? (220)
- 209. 什么是膀胱镜检查? (220)
- 210. 什么是腹腔镜检查? (221)
- 211. 什么是关节镜检查? (222)

五、患者权利义务与医疗纠纷

- 212. 患者享有哪些权利? (227)
- 213. 患者有哪些义务? (228)
- 214. 患者权益被侵犯时怎么办? (230)
- 215. 患者维护合法权利时如何取证? (231)
- 216. 患者维护合法权利时如何与医方沟通? (232)
- 217. 患者维护合法权利时如何据理力争? (233)
- 218. 患者在维护合法权益时应注意哪些问题? ... (235)
- 219. 不属于医疗事故的有哪几种情况? (236)
- 220. 医疗纠纷的协商与调解有何优缺点? (237)
- 221. 患者享有哪些知情权? (238)
- 222. 什么是医疗事故, 其构成要件是什么? (239)
- 223. 患方可向谁申请医疗事故技术鉴定? (240)
- 224. 医疗纠纷中如何分配举证责任? (241)
- 225. 医疗纠纷中如何保存病历资料? (242)
- 226. 哪些情形医学会不予受理医疗事故技术鉴定? ... (244)
- 227. 委托医学会鉴定的费用如何缴纳? (244)