

现代健康家庭必备藏书



儿童

中西医并治，
儿童更健康！

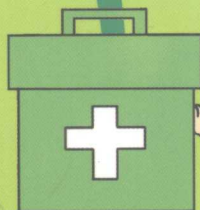
中西医OK一百

陈勇利 著

中西医并治

- ♥ 呼吸系统
- ♥ 肝胆肠胃
- ♥ 皮肤泌尿
- ♥ 头颈五官
- ♥ 免疫内分泌系统
- ♥ 精神与血液系统
- ♥ 青春成长
- ♥ 重大疾病

儿童更健康



中国人口出版社

现代健康家庭必备藏书

儿童中西医OK一百

陈勇利 著

中国人口出版社

著作权合同登记国字：01-2003-8959号

本书经知城数位科技股份有限公司授权出版中文简体版本，未经同意，不得以任何形式任意复制、转载。

图书在版编目(CIP)数据

儿童中西医OK一百/陈勇利著. —北京：中国人口出版社，2004.3
(现代健康家庭必备藏书)

ISBN 7-80079-938-7

I. 儿… II. 陈… III. 小儿疾病-中西医结合-防治 IV. R72

中国版本图书馆CIP数据核字(2004) 第010090号

儿童中西医 OK 一百

陈勇利 著

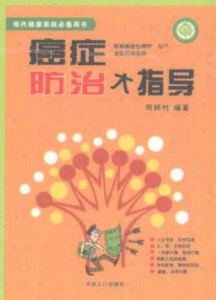
出版发行	中国人口出版社
印 刷	廊坊市文峰档案文化用品有限公司
开 本	880×1230 1/32
印 张	8
字 数	150千字
版 次	2004 年5 月第1 版
印 次	2004 年5 月第1 次印刷
印 数	1~ 5 000 册
书 号	ISBN 7-80079-938-7/R • 361
定 价	60.00元（共三册）

社 长	陶庆军
电子信箱	chinapphouse@163.net
电 话	(010) 83519390
传 真	(010) 83519401
地 址	北京市宣武区广安门南街80号中加大厦
邮政编码	100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

现代健康家庭必备藏书系列

癌症防治大指导



本册定价：25.00 元

内容简介

本书是教育性与实用性结合的防癌精华读本，癌症近年来一直高居人类十大死因第一位，它是一种逐渐形成的慢性病，其实癌症是可以预防的。“预防与教育”是癌症防治的首要课题，其次才分别是“早期诊断”、“全面治疗”以及“安宁疗护”。本书中收集了各大医院，各专科医生最宝贵也最真实的防癌经验谈，集结成册。教你如何防癌？如何发现癌症？如何进行手术？如何治疗？是一本深入浅出、兼具是广大群众特别是中老年朋友保持身体健康的最佳读物。

儿童中西医OK一百



本册定价：15.00 元

内容简介

本书告诉您应该如何辨别身体疼痛的红灯？让您知道该去看哪一科的专科医生？

本书主要将各大医院的服务项目做一个清楚的汇编，把“侯门深似海”般的医疗深宫，通俗易懂地体现在本书里，各科治疗哪一种疾患？会使用到哪些常见的检查或根本没听过的医疗仪器？本书都做了一个初步的说明。

本书将各科疾病分类清楚，全书精美印刷、大32开的开本，适合外出携带，是一本随身的看病工具书，随时可以查询正确的就诊内容，帮助自己也可帮助别人。放大的字体排版特别适合中老年人阅读。

内容简介

儿童小儿科门诊总是门庭若市，现代的小孩似乎很容易生病，小孩处于成长发育期，抵抗力不及大人。现代社会环境污染，过敏原甚多，春季转暖时经常感冒，炎夏担心肠病毒，秋天怕流感，冬天怕皮肤炎发作。孩子生病，大人常得放下工作照顾，是健康、体力、金钱的多重耗损。父母如何轻松照顾好小孩？有没有更好的方法呢？如何不让小孩变成药罐子呢？如何用中医调整体质，怎样调理刚刚好呢？怎样节省小孩的医疗开销呢？如何想办法让小孩更健康更强健呢？本书为家长们一一解答并给出具体的解决方案。

本册定价：20.00 元

丛书策划	黄德荣	林章波
责任编辑	吴琳	
装帧设计	帅芸	
电子信箱	bjbook80@sohu.com	
	linzhangbo@tsinghua.org.cn	
专家答疑	forestbook@sina.com	
销售咨询	13911536109	
	13911859346	

关于本书

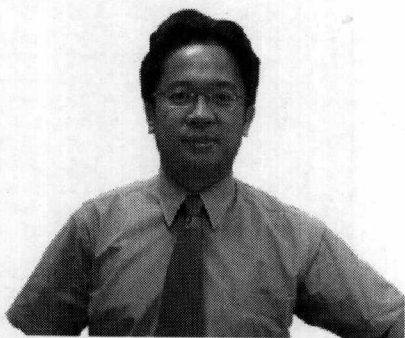
小儿科门诊总是门庭若市，现代的小孩似乎很容易生病，小孩处于成长发育期，抵抗力不及大人，现代社会环境污染，过敏原甚多，春季转暖时经常感冒，炎夏担心肠病毒，秋天怕流感，冬天怕皮肤炎发作。

孩子生病，大人常得放下工作照顾，是健康、体力、金钱的多重耗损。

父母如何轻松照顾好小孩？有没有更好的方法呢？可以不要让小孩变成药罐子吗？如何用中医调整体质，怎样调理刚刚好呢？怎样节省小孩的医疗开销呢？想办法让小孩更健康更强健吧！

孩子吃补药就好了吗？万一看错体质补错药，怎么办呢？

这就是陈勇利医师写作此书的用意。



推荐序一

陈勇利将中医“说清楚、讲明白”

林昭庚 教授

(台湾省)医药学院

记得在 1995 年的秋天，正在阳明传医所攻读硕士的陈勇利医师拿着自己的医学经历简表，跑来“毛遂自荐”，我想了一想，当时手头上的研究工作中正好有一个延宕多年、相当棘手的“中西医病名对照”计划，不妨就交给这个年轻学者，“刁难、挑战”一下他的实力，令人惊讶的是，6 年后，这本《中西医病名对照大汇篇》成书了，不仅让中西医学的整合向前迈进了一大步外，更在中医学学术界造成相当大的震撼：“中西医学是可以取长补短、相互辉映的”，当然，也让本人对陈勇利医师刮目相看！

其实在中国医学领域之中，蕴藏着丰富的临床经验，促使社会对中医有正确观念是本人首要的任务，但问题是一般民众对于中医学仍然停留于所谓“肾亏”、“壮阳”等错误观念的阶段，若是能将中医的知识与经验，如同“白话”般地“说清楚、讲明白”，进一步成为社会大众耳熟能详的知识语言，如此一来必能将中医活用于日常生活！

而我的学生陈勇利医师于研究、门诊之余，努力且精确地将小儿医学通俗化，期盼能将中西医学一元化，个人除了深感与有荣焉外，更乐意推荐之！

推荐序二

救人无分中西医！

高尚德 医学博士

“救人无分中西医！”个人身为一个中西医师，相当赞同这种理念，这十几年来也希望能在中西医学的研究领域，贡献己力，以目前国际医学潮流趋势，天然中草药在未来的保健医学、生命科学及治疗医学所扮演的角色日益重要，中草药的研究发展，必然对人类的健康做出重大的贡献。

在医学的研究领域中，常常为了一个研究数值及现象，必须反复认证、检验，其间的辛苦虽然不足为外人说道，但是，如何让抽象的医学名词、医学观念与治疗方法，能够深入浅出地写出来，让一般民众能了解，并且作为平时保养方法，我想这应该也是身为医师的另一种社会责任与义务。

将医学以白话般写出，诚属不易，要将小儿中西医学同时融会贯通、灵活铺陈写出，则需要相当的医学训练与经验。陈勇利医师以其完整的中西医师资历，以及编写《病理生理学手册》、《诊断学手册》等医学教科书的功力，将小儿常见疾病完整地写出，对于为教养照顾小孩费心费力的父母来说，这一本书无疑是一个简单型的“育儿百科秘笈”，实用且方便。

陈医师日前索序于余，除了乐见这本书的出版之外，更乐意为之写序！

目 录

第一章 呼吸系统	1
第一节 天凉好个秋，中医治疗流行性感冒	2
第二节 小儿感冒四种类型治疗	5
第三节 秋天易燥咳，简易食疗可祛除	7
第四节 调补不辩证，咳嗽停不了	10
第五节 治疗小儿气喘，西医救急中医调养	13
第六节 中药能根除气喘吗	15
第七节 小儿发烧也能看中医吗	17
第八节 增强小儿免疫力、减少感冒的调补组合	18
第九节 简易药膳来治疗小儿过敏性鼻炎	19
第十节 过敏性鼻炎，透不过气来	21
第十一节 过敏性鼻炎的急性与慢性中医疗法	23
第十二节 过敏性鼻炎，先辨体质再调补	25
第十三节 温和的中药来当小儿流感疫苗	27
第二章 肝胆肠胃	31
第十四节 改善食欲，先看小孩肚子是否鼓鼓的	32
第十五节 预防小儿腹泻，促进食欲	34
第十六节 小孩怎么越养越瘦？肠吸收不良综合征	36
第十七节 小儿厌食症，家长动手做开脾药膳	38
第十八节 夏天的消暑去湿、提振食欲法	41
第十九节 危急的腹痛和骗人的腹痛	43

第二十节 宝宝便秘, 妈妈施手指神功.....	46
第二十一节 新生儿黄疸的诊断.....	48
第二十二节 黄疸的中医疗法和食疗.....	50
第二十三节 少年小心患慢性活动性肝炎.....	52
第二十四节 胖胖儿非福气, 帮小儿温和减重.....	54
第二十五节 认生内向的小孩, 可“调理”吗.....	56
第二十六节 别乱补一通, 补药分四种类型.....	58
第三章 皮肤泌尿.....	61
第二十七节 汗湿易患念珠菌症, 止汗有妙方.....	62
第二十八节 床母印记——血管瘤.....	64
第二十九节 烂口烂鼻——脓疱疹.....	66
第三十节 皮肤突出一块——蟹足肿体质.....	68
第三十一节 常掉发, 要“解压”调体质.....	70
第三十二节 预防小儿荨麻疹发作.....	72
第三十三节 荨麻疹发作时的中药和食疗.....	75
第三十四节 冬季痒——小儿异位性皮肤炎.....	77
第三十五节 异位性皮肤炎的止痒中药.....	80
第三十六节 小儿疝气, 开刀能缓一缓吗.....	81
第三十七节 包皮太长, 经常尿道炎.....	84
第四章 头颈五官.....	86
第三十八节 常流鼻血, 需调整体质.....	87
第三十九节 自我诊断小儿中耳炎.....	89
第四十节 耳垢过多该挖吗.....	93

第四十一节	小儿患鼻窦炎怎么办.....	95
第四十二节	保护眼睛减缓近视的中药方.....	98
第四十三节	中医治疗近视.....	99
第四十四节	长针眼了.....	101
第四十五节	小孩适合整形美容吗.....	103
第四十六节	听障缺损, 中医帮得上忙.....	106
第四十七节	孩子粗声粗气? 中医养“声”.....	108
第四十八节	天天洗被单? 小儿遗尿症.....	110
第五章	免疫内分泌系统.....	113
第四十九节	水痘来了, 如何照护及饮食.....	114
第五十节	用中药正确“战水痘”.....	116
第五十一节	小儿不会说, 中医如何看.....	118
第五十二节	小儿糖尿病如何发现.....	119
第五十三节	小儿糖尿病怎么治.....	120
第五十四节	提高免疫力——增强全身体质.....	123
第五十五节	提高免疫力——抗风寒感冒.....	125
第五十六节	提高免疫力——治疗汗流夹背.....	127
第五十七节	提高免疫力——抗过敏食疗法.....	129
第五十八节	提高免疫力——对抗肠病毒.....	131
第五十九节	幼年型类风湿病要治标治本.....	134
第六十节	发现甲状腺亢进.....	136
第六十一节	甲状腺亢进的中药治疗.....	138
第六章	精神与血液系统.....	139

第六十二节	常瘀青，血小板不足.....	140
第六十三节	从八宝散谈治小儿夜啼.....	142
第六十四节	脸色苍白，是贫血吗.....	144
第六十五节	小儿贫血的食疗.....	146
第六十六节	自闭症儿，中西并治.....	148
第六十七节	癫痫，脑神经细胞异常“放电”.....	150
第六十八节	智能迟缓儿，怎样帮他.....	152
第六十九节	多动儿，中医加食疗.....	155
第七十节	小孩嘴破嘴臭火气大.....	158
第七十一节	吃黄连退火？太苦了.....	160
第七章	青春期成长.....	162
第七十二节	小儿“生长痛”，如何调理.....	163
第七十三节	“生长痛”要吃什么.....	164
第七十四节	小孩运动损伤，去伤解郁.....	165
第七十五节	冬天到，小孩如何“进补”.....	167
第七十六节	什么是“体质”.....	169
第七十七节	外出旅行太兴奋，有“安抚方”吗.....	171
第七十八节	调整体质多久见效.....	173
第七十九节	分辨体质选补药.....	174
第八十节	帮小孩专心不分神.....	177
第八十一节	虫草、西洋参、人参、鹿茸和灵芝.....	179
第八十二节	标准的水煎中药法.....	182
第八十三节	帮小孩长高.....	185

第八十四节	小孩“转骨”变少年.....	187
第八十五节	一脸“青春痘”，中医治痘痘.....	189
第八十六节	考前体力不支，补.....	192
第八十七节	消除考前紧张失眠.....	194
第八十八节	增强记忆力与体力.....	197
第八十九节	女儿丰胸，中药有一套.....	198
第九十节	调理女儿经痛.....	200
第九十一节	少女异常白带疗法.....	203
第九十二节	如何预防白带异常，少吃哪些食物.....	205
第八章	重大疾病.....	206
第九十三节	治疗“神经官能症”.....	207
第九十四节	脑性麻痹不要放弃.....	209
第九十五节	留意小孩尿毒症前兆.....	212
第九十六节	小孩得尿毒症，能补肾吗.....	214
第九十七节	不明淋巴结肿大，小心淋巴瘤.....	216
第九十八节	走路歪斜非多动——脑瘤.....	219
第九十九节	小儿脑部外伤，化瘀保养.....	222
第一百节	小儿白血病可以治疗.....	224
	作者简介.....	227

第一章

呼吸系统



第一节 天凉好个秋，中医治疗流行性感冒

时序进入秋天时，天气也慢慢转凉，早上偏凉、中午出现“秋老虎”、晚上再转凉可谓是这一季节常有的特色，这种气候变化对大人没问题，但是，对于不太知道天凉要加件衣服保暖的小孩可就是一项考验了。

众所周知，流行性感冒一般分成 A、B、C 三种类型，潜伏期大约 2~3 天，其中 A 型感冒由于其病毒抗原会不断改变，比较容易造成流行，B 型流感病毒抗原则比较稳定、较容易在潮湿环境中发作，C 型流感抗原则最稳定。

流行性感冒会出现哪些症状？一般而言常出现的症状有：小孩会怕冷、咳嗽、头痛、喉痛、全身倦怠、鼻塞、流鼻涕、甚至全身有酸痛感，医师检查则会发现有发烧、的喉咙、结膜及鼻黏膜有发炎的现象，甚至肺部出现啰音的情形，如果小孩自述耳朵疼痛，则要小心是否患有中耳炎的并发症。有上述的情形，不妨将宝宝带给小儿科医师检查，一般而言，医师会开予“症状解除”的药物。

中药是如何处理小儿感冒的呢？原则上，中药治疗流行感冒是必须经过“望、闻、问、切”四个系统后才能开处方，也就是根据患者的体质症状不同而给予不同的中药。临床上，常见的流感证型如下：

第一型：症状表现以怕冷、发热、鼻塞、流清涕、头痛、喉痒为主要症状，这是属于“风寒型”感冒，治疗的





中药以用荆芥、防风、羌活、前胡、枳壳、甘草等散风寒的中药为主。

第二型：喉咙有发炎的症状，兼有头痛、鼻塞、流黄涕、咳嗽，脉象偏浮数，舌苔略黄，这是属于“风热型”感冒，可用金银花、连翘、桑叶、菊花、淡竹叶、牛蒡子等散风热的中药。

第三型：这一型的感冒秋天比较少见，常见于高温、高湿的夏季，临床症状有头痛呕心、食欲不振、拉肚子、有高烧不退的情形，可以用香薷、扁豆、厚朴、连翘、淡竹叶等芳香化湿的中药。

如果小孩时常感冒，该怎么办？是不是一律要“补”？其实，应该先看看自己的小宝宝是属于哪一种

成形、腰酸，这是属于阳虚型，可以用理中汤为主方来改善体质。

“生病找医师”是个不错的方法，其实，更好的方法就是不生病，也就不需要打针吃药了，如何尽可能的不生病，当然必须多运动、多锻炼身体啰！

