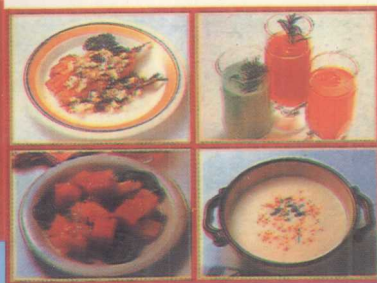


借

百病与厄年

张 骅 编著

厄年



广东科技出版社

百病与厄年

张 骅 编 著

广东科技出版社

粤新登字 04 号

图书在版编目 (CIP) 数据

百病与厄年/张骅编著. —广州:
广东科技出版社, 1995. 7
ISBN 7-5359-1487-X

I. 百…

II. 张…

III. 病证

IV. R4

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路 11 号 邮码: 510075)

经 销: 广东省新华书店

印 刷: 广东省南海市佳力伟业包装制品有限公司印刷厂

(南海市桂城镇东二管理区 邮码: 528200)

规 格: 787×1092 1/32 印张 7 字数 142 千

版 次: 1995 年 7 月第 1 版

1995 年 7 月第 1 次印刷

印 数: 1—10 200 册

ISBN 7-5359-1487-X

分 类 号: R·261

定 价: 8.00 元

新书信息电话: 16826202

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

前 言

厄年说是中国古文化星相学说中的一个重要组成部分，在民间广为流传，但其真实面目却不为人知。本书以全新的概念诠释神秘的厄年说，揭示厄年说的真正内涵，首次提出厄年说的主旋律为生理、心理疾病，纵览人的一生，从出生到死亡，逐一演义，分别阐明各厄年数可能遇到的厄运，并提出了克服和预防的方法。本书通俗易懂，饶有趣味，轻松读来，使人掌握人生知识，树立战胜厄运的信心。

全书将人生分为十个厄年段，按厄年段分章，每章分为厄年特征、厄年警告、厄年忠告三节叙述。

编 著 者

1995年1月20日

目 录

厄年新说	(1)
一、厄年说的源由	(1)
二、厄年数诠释	(2)
三、厄年说的合理内核	(3)
四、安然渡厄年	(5)
1 岁厄年	(6)
一、厄年特征	(6)
人生大厄，莫过于“1”	(6)
令人激动的年龄	(7)
1岁生长发育月进程	(8)
1岁厄年重点	(8)
二、厄年警告	(9)
新生儿厄运重重	(9)
婴儿常见的皮疹	(10)
婴儿抽搐非等闲	(12)
小儿贫血多缺铁	(13)
婴儿要防佝偻病	(14)
可怕的婴幼儿腹泻	(15)
来势凶险的小儿肺炎	(16)
三、厄年忠告	(17)
生活环节的教养	(17)

防大患于未然	(18)
缺铁性贫血关键在饮食	(19)
及早预防佝偻病	(20)
婴儿腹泻：综合治疗、补液为主	(21)
及早防治小儿肺炎	(22)
1岁婴儿的喂养	(23)
预防接种不能忘	(23)
4岁厄年	(26)
一、厄年特征	(26)
智力发育的关键时期	(26)
早期教育很重要	(27)
需要各种各样的营养素	(27)
4岁厄年的厄数分析	(28)
4岁厄年重点	(28)
二、厄年警告	(28)
炸腮——流行性腮腺炎	(28)
百日咳，咳百日	(29)
小儿麻痹症——脊髓灰质炎	(30)
拉肚子要防细菌性痢疾	(30)
小儿肺结核	(31)
化脓性中耳炎可致终生耳聋	(32)
先天性心脏病要早知道	(32)
三、厄年忠告	(33)
4岁幼儿问题多多	(33)
意外事故的防范和处理	(36)
先天性畸形要早纠正	(38)
得了炸腮怎么办	(40)
百日咳的防治	(40)

预防小儿麻痹症，关键是服疫苗糖丸	(41)
得了菌痢要治疗	(41)
肺结核治疗要彻底	(42)
治疗化脓性中耳炎	(43)
先天性心脏病重在日常护理	(43)
预防接种时间	(44)

7 岁厄年

一、厄年特征

学校问题

外面的世界真精采

7 岁厄年重点

二、厄年警告

留级生与儿童多动征

越来越多的“小四眼”

电子游戏病

小儿腹痛原因多

扁桃体炎的特点

风湿热后果严重

水肿与肾脏

不可轻视的蛔虫病

令人讨厌的蛲虫病

出牙、换牙

洁白的牙齿

“牙虫”——龋齿

胖墩与瘦子

巨人与侏儒

三、厄年忠告

正确对待儿童多动征

扁桃腺炎，要不要切除扁桃腺	(60)
风湿热要早治	(61)
肾病要多休息少食盐	(63)
如何防治蛔虫、蛲虫病	(63)
13 岁厄年	(65)
一、厄年特征	(65)
青春期的生理突变	(65)
青春期心理也在变	(66)
13 岁厄年重点	(67)
二、厄年警告	(68)
恶魔：青少年自杀	(68)
少年犯罪	(69)
吸毒：恶魔缠身	(70)
手淫不必烦恼	(71)
哮喘：支气管哮喘	(72)
病毒性肝炎	(73)
阑尾炎不等于盲肠炎	(74)
少年白头	(75)
三、厄年忠告	(76)
青春期心理卫生至关重要	(76)
摆脱自杀恶魔：危机干预	(77)
酗酒、吸烟，害人害己	(78)
青春期小问题不少	(80)
如何对付支气管哮喘	(81)
得了病毒性肝炎怎么办	(82)
25 岁厄年	(84)
一、厄年特征	(84)
生理的分水岭	(84)

择偶心理	(84)
25 岁厄年重点	(86)
二、厄年警告	(86)
千奇百怪的性变态	(86)
同性恋：“基佬”	(87)
花柳病	(89)
新瘟疫爱滋病	(90)
注意早期精神病	(92)
红斑狼疮：青年女性的大敌	(93)
肺炎：高热、咳嗽、胸痛	(94)
血癌——白血病	(95)
性骚扰·性犯罪	(96)
三、厄年忠告	(97)
可靠的避孕方法	(97)
人工流产与坠胎	(100)
处女膜问题	(100)
健美有秘诀	(101)
性变态：看管加治疗	(102)
得了性病要及时、彻底治疗	(103)
防御爱滋病	(104)
红斑狼疮的治疗和护理	(104)
肺炎要治疗	(106)
如何对付白血病	(106)
30 岁厄年	(108)
一、厄年特征	(108)
人到壮年	(108)
生育年龄	(108)
30 岁厄年重点	(110)

二、厄年警告	(110)
妊娠期：280 天的注意	(110)
危及生命的宫外孕	(113)
葡萄胎不是“鬼胎”	(114)
早期发现乳腺癌	(115)
子宫颈瘤的表现	(116)
尿毒症何物	(117)
胃痛原因多	(117)
三、厄年忠告	(119)
孕妇 10 提醒	(119)
生男生女的决定	(120)
哺乳期妇女禁用的药物	(121)
乳腺癌：大手术？小手术？	(122)
防治子宫颈癌要“三早”	(122)
尿毒症：透析、换肾	(123)
胃痛要分别处理	(124)
心跳骤停的现场急救	(125)
42 岁厄年	(127)
一、厄年特征	(127)
人生马拉松的折返点	(127)
身体确实开始衰退	(128)
压力大、精神紧张	(129)
42 岁厄年重点	(130)
二、厄年警告	(130)
大厄元凶、第一杀手：肝癌	(130)
中年提防肝硬化	(131)
慢性肝炎早知道	(133)
不容忽视的颈椎病	(133)

肺结核——“癆病”	(134)
吞咽困难要防食管癌	(135)
慢性疲劳综合征	(136)
三、厄年忠告	(137)
要早做准备，不要过于自信	(137)
改变有害的生活习惯	(139)
家庭关系要协调	(140)
注意癌症的早期信号	(141)
饮食防癌 12 条	(144)
警惕肝癌	(146)
怎样对付肝硬化	(146)
慢性肝炎三法则：休息、营养、不乱吃药	(147)
颈椎病的防护	(148)
肺结核不难对付	(150)
食管癌要注重饮食调理	(151)
49 岁厄年	(152)
一、厄年特征	(152)
49 厄运是更年期	(152)
更年期变化的基础	(152)
形形色色的更年期表现	(154)
49 岁厄年重点	(156)
二、厄年警告	(156)
提防更年期精神病	(156)
呼吸三病：慢支炎、肺气肿、肺心病	(157)
吸烟？肺癌！早期发现，手术为主	(159)
“五十肩”：肩关节周围炎	(160)
三、厄年忠告	(160)
更年期综合征的治疗	(160)

控制更年期精神病	(161)
呼吸三病的家庭调养	(162)
肺癌：早期发现，手术为主	(164)
自我治疗法肩周炎	(165)
61 岁厄年	(167)
一、厄年特征	(167)
进入老年期	(167)
衰老的奥秘	(168)
衰老的基本特征	(168)
心理渐渐改变	(169)
61 岁厄年重点	(171)
二、厄年警告	(171)
心绞痛：心脏里的“炸弹”	(171)
内科重症：急性心肌梗塞	(173)
越来越多的糖尿病	(174)
年龄增大血压增高	(176)
退休综合征	(177)
三、厄年忠告	(179)
生命在于运动	(179)
长寿饮食有秘诀	(180)
起居保健康	(181)
百岁寿星作息表	(182)
保持“性”趣	(183)
制止心绞痛发作	(184)
抢救急性心肌梗塞	(185)
糖尿病的治疗取决于“口”	(186)
对付高血压病要打持久战	(187)
70 岁厄年	(189)

一、厄年特征	(189)
主要厄运是脑力衰竭	(189)
全身性的动脉硬化	(190)
死亡：生命的最后归宿	(191)
70岁厄年重点	(192)
二、厄年警告	(193)
警惕身体出现的疾病信号	(193)
中风：老年人的大敌	(195)
无声杀手：老年人肺炎	(197)
讨厌的前列腺肥大	(198)
三、厄年忠告	(199)
怎样的老年人才算健康	(199)
慎用一些药物	(200)
如何对付中风	(201)
动脉硬化、脑衰怎么办	(203)
防治老年人肺炎	(204)
纠正慢性便秘	(205)
标本兼治前列腺肥大	(206)
全球大论战——安乐死	(206)
临终关怀：最后的温暖	(209)

厄年新说

一、厄年说的源由

厄年是占卜算命的术语，意为劫数之时。厄，《辞海》有解释为“苦难、困穷”。《辞源》释为“厄者，困也”。《新华字典》解释厄是“困苦、灾难”。所以，厄年就是指有灾难或有困难的年份。

占卜算命术和古医术一样，同源于中国古代的阴阳学，而阴阳学又是来源于远古时代的阴阳历律、日月星辰。人们把观察到的日月星辰、天体运行现象加以神化，与现实生活中的祥瑞灾难相符合，逐渐演变为后来的占卜算命星相术。

阴阳，是中国古代哲学的一对范畴，是对自然界相互关联的某些事物和现象对立双方的概括。阴阳学家认为，世界是物质性的整体，世界本身是阴阳二气对立统一的结果，世间万物都可以分阴阳：日为阳、月为阴；天为阳、地为阴；夫为阳、妻为阴；动为阳、静为阴；气为阳、血为阴；上为阳、下为阴……中医学理论体系至今仍保留着阴阳相生相克学说，成为中医理论不可分割的一部分。

占卜算命术则把阴阳学说引入到数字系统，将数字分阴阳：单为阳、双为阴，把数字组合附以阴阳、吉凶，加进一些牵强附会、故弄玄虚的解释，诡秘化，把人生岁数分段诠释，有吉、有凶；有平、有厄，这样就形成了占卜算命术中

的厄年说。

二、厄年数诠释

按照厄年说，凡人一生的厄年数为：1岁、4岁、7岁、10岁、13岁、16岁、19岁、22岁、25岁、28岁、30岁、33岁、36岁、39岁、42岁、44岁、46岁、49岁、52岁、55岁、58岁、61岁、64岁、67岁、70岁……

单从数字上来分析厄年，除28岁和30岁、42岁和44岁、44岁和46岁三段是两年一晋外，其余都是三年一晋。

取三年一晋显然是要与十二地支相合，使之能够作为甲子之数的公约数。形成一个循序递进数列，直到甲子年。但为什么其中又有三段是二年一晋呢？这三段二年一晋是为了符合“大厄”的说法。因为根据占卜算命理论，男子在25岁、42岁；女人在19岁、33岁是“大厄之年”，为了符合“大厄”的说法，厄年数局部作了些小调整，既要使厄年数包含25岁、42岁、19岁和33岁四个大厄，又要使整个厄年数符合十二地支甲子数，于是就有了三个二年一晋的厄年，因为三个二等于二个三，厄年数的总体规律仍然为三年一晋。

厄年的这种机械性分段，显然是没有科学依据的，因为不可能人人都隔三年就陷入困境，遇上厄运，而且，根据厄年说，厄年的前一年是前厄、后一年是随厄，前后三年都犯厄，那岂不是年年厄运、岁岁厄年？况且大厄之年男人25岁、42岁；女人19岁、33岁死亡的人并不见得比其它岁数的人多，绝大多数人在那些年龄时并没有发生什么大灾难。相反，

一场瘟疫过后，个个村庄十室九空，难道不同年龄的人都正处大厄之年？第二次世界大战盟军诺曼底登陆之日，尸横遍野，难道死亡的军士恰好都在厄年？当然不是。更多的例子可以说明，三年一次的厄年之说没有科学根据。

三、厄年说的合理内核

但是，如果单纯地把厄年说以及占卜算命术看作百分之百的迷信或数字游戏也有失偏颇，厄年说也不完全是胡说八道。因为在人的一生中，可能在某个年份、某段时间里，特别容易出乱子，困难、灾难接踵而至，在某种程度上来说，确实是厄运当头。这也许是厄年说能持续千年，并且有广泛的群众基础的缘故。

我们已经知道，占卜与《周易》关系密切，是以概率论为基础，看相算命和疾病有联系，体现了部分医学知识，都有其合理的内核，那么，厄年说的科学基础是什么呢？

在人的一生中，要经历很多的灾难，有天灾人祸、有生老病死。其中很多的灾难，如火灾、车祸、破财、战争等等，都是突发事件，是不以人的意志为转移的，这些灾难的发生，都没有一定的规律性，更不是以三年为一个固定周期，每三年发生一次。在人生灾难中，生病，是人生的最大灾难。在所有这些灾难中，只有人的生理——生长、成熟、衰亡，才具有一定的规律性，而且这种规律性呈阶段性的变化。所以，人的生理变化、疾病，可能是厄年说的主要因素，或者说是厄年说的基调。分析人体生理变化规律与厄年的关系，也许

可以揭开神秘的厄年说真面目，从而使人们对厄年说有一个新的了解。

人的生老病死，是一个由上升到下降的自然过程，其生理上的变化，是有规律的。比如：初生时，机体抵抗力低下，容易得各种传染性疾病而夭折；防御外来损害的能力差，又容易受到各种外伤的伤害，随时都有可能酿成大祸，这时，真可以说是人生厄年。到了青春期，度过了初生厄年，身体强壮了，疾病减少了，也能够抗御外界的伤害了，但由于心理幼稚，不成熟，喜幻想，易冲动，容易受到各种不良习气的侵蚀，也难以经受挫折和失败的打击，这段时期容易患心理疾病，很大部分的犯罪、自杀就发生在这个阶段，这个年龄段也是人生的一个厄年——青春厄年。30岁左右是婚姻、生育高峰，男的易为金钱所困、女子则要受生育之难，自然又是厄年之数，许多人会在这个厄年出问题。老年阶段，身体机能全面衰退，“树老根多、人老病多”，而且，最终都要死亡，也是人生大厄年。许多疾病的发生也很有规律性，如水痘、麻疹，几乎全发生在儿童；而冠心病、肺气肿，则发生在老年人。因此，人生旅途，会因各种各样的灾难，表现在人身上成为某种身心疾病，这是一种自然的规律性反映，任何人也避不了，从这点来看，厄年说就有了一定的理论基础和科学依据。

当然，人的生理、心理的发展规律并不是每几年一个周期的渐变连续单调函数，决不是三年一晋的阶梯方程，而是有曲折、有升降、有峰颠、有低谷、有急、有缓的自然过程，但毕竟，人人要经历的生老病死过程是大致相似的，呈现的阶段性的改变是有规律可循的，这种阶段性的规律，就是本书