



JIANKANG YU
JIANKANG TIJIAN

健康与

健康体检

主编 李爱军 张风云 冯春来



军事医学科学出版社

健康与健康体检

主 编 李爱军 张风云 冯春来

副主编 (以姓氏笔画为序)

朱桂峰 刘 玉 李芸芸

贺新兵 种柱成 傅绪栋

主 审 翟魁敏

编 者 (以姓氏笔画为序)

王珍茹 许书娟 李 娜

陈文文 武海英 彭 博

军事医学科学出版社

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

健康与健康体检/李爱军,张风云,冯春来主编.

- 北京:军事医学科学出版社,2008.7

ISBN 978 - 7 - 80245 - 109 - 4

I. 健… II. ①李… ②张… ③冯… III. 体格检查 - 基本知识 IV. R194.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 102438 号

出 版: 军事医学科学出版社

地 址: 北京市海淀区太平路 27 号

邮 编: 100850

联系电话: 发行部:(010)63801284

63800294

编辑部: (010)66884418, 86702315, 86702759

86703183, 86702802

传 真: (010)63801284

网 址: <http://www.mmsp.cn>

印 装: 京南印刷厂

发 行: 新华书店

开 本: 850mm × 1168mm 1/32

印 张: 9.875

字 数: 250 千字

版 次: 2008 年 7 月第 1 版

印 次: 2008 年 7 月第 1 次

定 价: 20.00 元

本社图书凡缺、损、倒、脱页者,本社发行部负责调换

内容摘要

本书内容涉及健康及健康体检的基本知识，临床体检项目、检验项目介绍及异常结果分析与指导，常见心电图分析与指导，体检常见疾病的病理、临床表现、影像学特点、诊断、治疗方法、健康指导。读者通过阅读本书可以了解到一些健康体检的基本知识，可根据自己的年龄、性别、身体状况选择适合自己的体检项目，并可将体检结果与本书对照，对导致异常结果的常见原因进行分析总结，指导读者加强自身健康管理，改变生活方式，以达到健康与健康体检的目的。本书还对体检过程中重大异常结果的进一步检查、治疗的选择给予了指导。

前 言

随着我国社会经济的迅猛发展、生活水平的提高,人民的健康保健意识不断增强,对健康体检知识的需求也越来越高,健康体检、健康管理以及健康经济成为人们关注的焦点。

本书以简明、精炼、通俗、实用为原则,分别对健康及健康体检基本知识,体检常用检验项目、常见疾病检验诊断特点,体检常见异常心电图病因分析,体检常见疾病临床表现、体检指导、影像学表现的分析、诊断、鉴别诊断、健康指导进行介绍。其特点是从检验、影像学及体检的视角对体检常见疾病进行了简明扼要的阐述,能帮助读者在短时间内了解相关健康体检中的有关知识,并指导人们在健康体检中更好地选择适合自己的体检项目。

由于作者水平有限,加之健康体检医疗服务的发展迅速,书中错误、不当之处恳请广大读者及同道批评指正。

胥庆华

2008 年 5 月

目 录

第一章 健康与健康体检	(1)
一、健康	(2)
二、健康体检	(3)
(一)健康体检的概念	(3)
(二)健康体检的分类	(4)
(三)健康体检的意义	(5)
(四)健康体检指导	(6)
第二章 常规体格检查	(9)
一、内科检查	(10)
(一)一般检查	(10)
(二)体格检查	(12)
二、外科检查	(13)
(一)基本检查	(13)
(二)专科检查	(14)
三、眼科检查	(17)
(一)视功能检查	(17)
(二)眼部检查	(18)
(三)几种眼科的常用检查	(20)
四、耳鼻喉科检查	(22)
(一)耳科检查	(22)
(二)鼻科检查	(23)
(三)咽喉科检查	(24)
五、口腔科检查	(26)
(一)口腔检查	(26)

(二)颌面部检查	(27)
(三)颈部检查	(27)
(四)颞下颌关节检查	(27)
(五)唾液腺检查	(29)
六、妇科检查	(30)
(一)妇科常规检查	(30)
(二)宫颈细胞学诊断	(31)
(三)体检后的随诊	(32)
(四)特殊辅助检查	(32)
第三章 临床化验检查	(35)
一、尿常规及相关试验	(36)
(一)尿常规检查	(36)
(二)健康体检指导	(42)
二、粪便常规及相关试验	(43)
(一)粪便的常规检查	(43)
(二)粪便的显微镜检查	(44)
(三)粪便隐血试验(OBT)	(44)
(四)健康体检指导	(45)
三、血液常规及相关试验	(46)
(一)血液一般检查	(46)
(二)红细胞沉降率(ESR)	(50)
四、血栓和出血检查	(50)
(一)出血时间(BT)	(50)
(二)血块收缩试验	(51)
(三)血小板黏附试验	(51)
(四)纤维蛋白原含量(FIB)测定	(51)
(五)凝血时间(CT)	(52)
(六)凝血酶原时间(PT)	(52)
(七)活化部分凝血活酶时间(APTT)	(53)

(八)凝血酶时间(TT)	(53)
五、血液流变学检查	(54)
(一)全血黏度(BV)	(54)
(二)血浆黏度(SV)	(54)
(三)血沉方程 K 值	(55)
六、血型鉴定	(55)
七、功能化验检查	(56)
(一)健康体检指导	(56)
(二)糖代谢检查	(57)
(三)血清酶学试验	(60)
(四)蛋白代谢检查	(64)
(五)胆红素代谢检查	(67)
(六)血脂及其代谢产物检查	(68)
(七)血清无机元素类测定	(70)
(八)心肌酶和心肌蛋白测定	(73)
(九)肝病病原学及血清标志物检查	(75)
(十)肾功能检查	(78)
八、临床免疫学检测	(80)
(一)免疫球蛋白 G(IgG)	(80)
(二)免疫球蛋白 A(IgA)	(81)
(三)免疫球蛋白 M(IgM)	(81)
(四)总补体活性检验(CH_{50})	(82)
(五)血清补体 $\text{C}_3(\text{C}_3)$	(82)
(六)血清补体 $\text{C}_4(\text{C}_4)$	(82)
(七)类风湿因子(RF)	(83)
(八)抗核抗体检测(ANA)	(83)
(九)抗双链 DNA 抗体(ds - DNA)	(84)
(十)ENA 抗体谱	(84)
(十一)抗链球菌溶血素“O”(ASO)	(85)

(十二) C 反应蛋白 (CRP)	(85)
(十三) 肺炎支原体抗体 IgM (MP - IgM)	(86)
(十四) 梅毒螺旋体筛查试验 (RPR)	(86)
(十五) 梅毒螺旋体确证试验 (TPPA)	(86)
(十六) 人类免疫缺陷 (HIV) 抗体	(87)
(十七) TORCH 检查 (TORCH)	(87)
(十八) 部分肿瘤标志物检测	(88)
九、激素的检测	(90)
(一) 血清总甲状腺素 (TT ₄)	(90)
(二) 血清总三碘甲腺原氨酸 (TT ₃)	(91)
(三) 促甲状腺激素 (TSH)	(91)
(四) 血清游离甲状腺素 T ₃ (FT ₃) 和 T ₄ (FT ₄)	(92)
(五) 血清甲状腺微粒体 (TM) 抗体及甲状腺 球蛋白 (TG) 抗体的测定	(93)
(六) 血清睾酮 (T) 的测定	(93)
(七) 血清雌二醇 (E ₂) 的测定	(93)
(八) 血清孕酮 (P) 的测定	(94)
(九) 血清促卵泡刺激素 (FSH) 的测定	(94)
(十) 血清促黄体生成素 (LH) 的测定	(95)
(十一) 血清泌乳素 (PRL) 的测定	(95)
(十二) 促肾上腺皮质激素 (ACTH) 的测定	(96)
(十三) 促甲状腺激素释放激素 (TRH) 的测定	(96)
(十四) 血浆醛固酮 (ALD) 的测定	(97)
(十五) 血管紧张素 II (AT - II) 的测定	(97)
十、妇科检查	(98)
(一) 阴道分泌物一般性状检查	(98)
(二) 宫颈细胞学诊断	(98)
(三) 阴道分泌物病原体检查	(98)

第四章 心脏功能检查	(99)
一、心电图检查	(100)
(一)心电图检查的注意事项	(100)
(二)正常心电图描述	(100)
(三)异常心电图	(102)
二、动态心电图检查	(112)
三、心脏负荷试验	(113)
第五章 肺功能检查	(117)
一、肺通气功能检查	(118)
(一)肺容积	(118)
(二)通气功能	(120)
二、换气功能检查	(124)
(一)通气/血流比值	(124)
(二)弥散功能	(124)
三、小气道功能检查	(125)
(一)闭合容积	(125)
(二)最大呼气流量-容积曲线	(126)
第六章 内镜检查	(129)
一、上消化道内镜检查	(130)
(一)胃镜检查前的准备	(130)
(二)适应证	(130)
(三)禁忌证	(131)
(四)上消化道疾病的内镜诊断	(131)
二、下消化道内镜检查	(132)
(一)结肠镜检查前准备	(133)
(二)适应证	(133)
(三)禁忌证	(133)
三、纤维支气管镜检查	(134)
(一)适应证	(134)

(二)禁忌证	(135)
(三)胸部疾病的纤支镜诊断	(135)
(四)纤支镜检查前后检查者应注意事项	(135)
第七章 影像学检查与临床	(137)
一、X 线检查	(138)
(一)X 线检查的方法和适应证	(138)
(二)各组织器官正常 X 线表现	(139)
(三)X 线检查与其他影像学检查的比较	(143)
二、超声检查	(143)
(一)超声诊断仪的种类	(143)
(二)超声检查前的准备	(145)
(三)超声的临床适用范围	(145)
(四)腹部、乳腺及甲状腺的 B 超检查及 正常声像图	(146)
三、CT 检查	(149)
(一)CT 检查范围及适应证	(149)
(二)CT 检查前的准备	(150)
(三)正常 CT 表现	(150)
四、磁共振(MRI)检查	(151)
(一)检查范围及适应证	(152)
(二)检查前的准备	(154)
(三)磁共振检查的禁忌证	(155)
五、PET-CT 检查	(155)
(一)PET-CT 的临床应用	(155)
(二)PET-CT 检查注意事项	(157)
六、核医学影像检查	(157)
七、常见疾病的影像学表现	(158)
(一)慢性支气管炎	(159)
(二)慢性阻塞性肺气肿	(160)

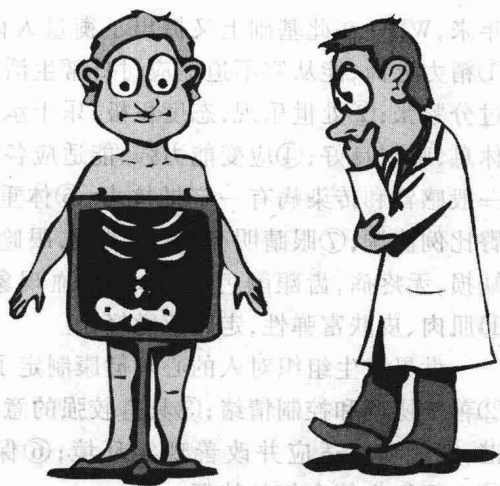
(三)肺部炎症	(162)
(四)肺结核	(166)
(五)肺癌	(170)
(六)主动脉夹层动脉瘤	(174)
(七)冠心病	(176)
(八)高血压性心脏病	(181)
(九)心肌炎	(183)
(十)食管炎	(185)
(十一)食管憩室	(187)
(十二)食管癌	(188)
(十三)胃炎	(191)
(十四)十二指肠憩室	(193)
(十五)胃、十二指肠溃疡	(194)
(十六)胃癌	(197)
(十七)溃疡性结肠炎	(199)
(十八)肝炎	(200)
(十九)肝硬化	(202)
(二十)脂肪肝	(204)
(二十一)肝囊肿	(206)
(二十二)多囊肝	(208)
(二十三)肝血管瘤	(209)
(二十四)肝癌	(211)
(二十五)胆囊炎	(216)
(二十六)胆石症	(218)
(二十七)胆囊息肉	(222)
(二十八)胆囊癌	(223)
(二十九)脾脏弥漫性肿大	(225)
(三十)肾结石	(226)
(三十一)肾积水	(228)

(三十二)肾囊肿	(229)
(三十三)多囊肾	(231)
(三十四)肾良性肿瘤	(233)
(三十五)肾细胞癌	(235)
(三十六)肾盂肿瘤	(238)
(三十七)前列腺良性增生症	(239)
(三十八)慢性前列腺炎	(241)
(三十九)前列腺癌	(242)
(四十)子宫肌瘤	(244)
(四十一)子宫腺肌病	(246)
(四十二)子宫颈癌	(247)
(四十三)子宫内膜癌	(249)
(四十四)卵巢肿瘤	(251)
(四十五)乳腺囊性增生病	(255)
(四十六)乳腺纤维腺瘤	(257)
(四十七)乳腺癌	(259)
(四十八)甲状腺囊肿	(261)
(四十九)甲状腺腺瘤	(262)
(五十)甲状腺炎	(263)
(五十一)甲状腺癌	(265)
(五十二)腰椎间盘突出症	(267)
(五十三)颈椎病	(269)
第八章 亚健康与预防保健	(273)
一、亚健康概述	(274)
(一)亚健康的基本概念	(274)
(二)亚健康的临床特征和典型特征	(275)
(三)亚健康的起因	(278)
二、亚健康的检测与诊断	(286)
(一)亚健康的检测技术	(287)

(二)亚健康诊断标准	(289)
三、亚健康的预防保健	(293)
(一)亚健康的社会干预措施	(293)
(二)亚健康的自我调节	(295)

第一章

健康与健康体检





一、健康

健康是一个动态的概念,人类的健康现象是随着社会的发展和水平的提高而不断变化的。1984年,世界卫生组织(WHO)提出了健康新概念:“健康不仅仅是没有疾病和不虚弱,而且是身体上、心理上和社会适应能力上三方面的完美状态”。1990年WHO对健康定义的阐述增加了道德健康。1992年WHO倡导“合理膳食,适量运动,戒烟限酒,心理平衡”的健康四大基石。2000年WHO又提出了“合理膳食,戒烟,心理健康,克服紧张压力,体育锻炼”的促进健康新准则。WHO关于健康概念的发展变化,说明了人类对健康的重视程度和生活质量的不断提高。近年来,WHO在此基础上又提出了衡量人体健康的一些具体标准:①精力充沛,能从容不迫地应付日常生活和工作的压力,而不感到过分紧张;②处世乐观,态度积极,乐于承担任务而不挑剔;③善于休息,睡眠良好;④应变能力强,能适应各种环境的各种变化;⑤对一般感冒和传染病有一定抵抗力;⑥体重适当,体形匀称,头、臂、臀比例协调;⑦眼睛明亮,反应敏锐,眼睑不发炎;⑧牙齿清洁,无缺损,无疼痛,牙龈颜色正常,无出血现象;⑨头发光泽,无头屑;⑩肌肉、皮肤富弹性,走路感觉轻松。

世界卫生组织对人的心理健康制定了7条标准:①智力正常;②善于协调和控制情绪;③具有较强的意志和品质;④人际关系和谐;⑤能动地适应并改善现实环境;⑥保持人格的完整和健康;⑦心理行为符合年龄特征。



二、健康体检

(一) 健康体检的概念

健康是人类生存发展的要素,它属于社会和个人。随着科学的发展和时代的变迁,人类由于荒灾、瘟疫、贫困、生活条件等引起的各种疾病已大为减少,但现代社会的竞争和快节奏给人类带来的前所未有的心理压力,以及伴随着生活条件的改善、生活行为不当而引起的疾病,如高血压、冠心病、脂肪肝、糖尿病、癌症等发病率却日渐增多。据统计在社会人群中病人占社会总群体的 15%,其余的 85% 为健康和亚健康群体。

健康与疾病之间不存在一个明确的界限,一个人体内可能潜伏着病理性的缺陷或功能不全,而在表面仍然是健康的,有的人只有在出现症状的时候才认为自己生病。而有些疾病如癌症一旦出现症状时,往往已进入晚期,这也是我们提出定期进行健康体检的意义。

健康体检医学是近几年兴起的一门新学科,它伴随着一种新的医学理论“亚健康”而迅速崛起。健康体检就是对社会人群——健康和亚健康群体进行健康查体,其目的是为了早期发现身体潜在的疾病,以便早期诊断、早期治疗,从而达到预防保健和养生的目的。这里所说的健康体检与医生对门诊或住院病人所进行的体格检查有很大的区别。健康体检主要是面对社会中绝大多数没有主观症状的受检者,通过医学检查,尽可能地发现不易察觉的疾病或疾病隐患,从而达到有病早治、无病预防的目的。因此,健康体检项目的设置及体检结果都应比较全面,这样才可以反映出受检者整体的健康状况。而医生对门诊或住院病人进行的查体是医生为了确诊、制订治疗方案而进行的体格检查,其检查的目的