

DANGEROUS

陈南◎编著

疾病的 危险信号

JINGBINGDE WEIXIAN XINHAO

山西出版集团
山西科学技术出版社

陈南◎编著

疾病的 危险信号

JINGBINGDE WEXIAN XINHAO

山西出版集团
山西科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

疾病的危险信号 / 陈南编著. — 太原: 山西科学技术出版社, 2008.5

ISBN 978-7-5377-3201-7

I. 疾... II. 陈... III. 疾病 - 预防(卫生) - 基本知识
IV.R1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 050538 号

疾病的危险信号

作 者: 陈南编著

出版发行: 山西科学技术出版社

社 址: 太原市建设南路 15 号

编辑部电话: 0351-4922073

发行部电话: 0351-4922121

电子邮件: cbszzc2643@sina.com

印 刷: 太原彩亿印刷厂

开 本: 880 × 1230 1/32

字 数: 160 千字

印 张: 6.625

版 次: 2008 年 6 月第一版

印 次: 2008 年 6 月第一次印刷

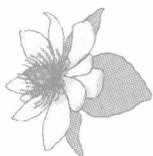
书 号: ISBN 978-7-5377-3201-7

定 价: 15.00 元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与发行部联系调换。

谨以此书献给
二 00 八年中国北京奥运会

献给
热爱生命珍惜健康的人



序

陈南医师多年从事临床工作，长期工作在基层，有丰富的临床经验，平时热爱医学科普写作和健康教育，尤其重视预防医学。近年来曾先后出版过《21 世纪生活方式与健康》、《看病用药的误区》诸多部有关疾病防治、健康教育的书籍。而今《疾病的信号》一书的问世，对目前健康教育，提高人们自我防病意识更有其独特的意义。

长期以来，值得广泛关注的问题是，国人的健康意识淡薄，有病乱求医，无病防病意识缺失，特别是对病前的一些征兆、信号、癌前病变，熟视无睹。医者也常常是当坐堂医生，拘泥于疾病的典型表现，致使原本小病恶化变大，失去早治的机会，以致到了疾病难以救治，甚至不可救药的终末期。

本书的主旨将是对疾病前期的一些先兆、征象敲响警钟，唤起人们“未病先防，已病防变”，防微杜渐，对疾病予以早发现、早预防、早治疗，做到未雨绸缪，防患于未然。

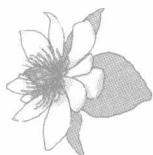
此书问世将对疾病的防治大业添砖加瓦，对强化人们防病自我保健意识大有裨益，值得一读。

胡大一

北京大学人民医院心血管病研究所所长

北京大学人民医院心脏中心主任

北京大学人民医院教授



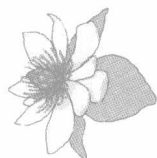
前言

大千世界，千变万化，事物的发展都有它发生发展的规律。任何事物的发展变化在它没有完成内在本质完全转化之前，一般早期都会有种种先兆的显现。《月晕而风，石润而雨》，自然界发生的地震、火山爆发、飓风、海啸等灾害，往往在爆发前都有它的先兆和发出的种种信号。在人们疾病的发生发展过程中也不例外。

人们如果能高度警觉，重视疾病发生前的一些微小变化（因为这些微小变化常预示着一些大病的征兆），先兆、信号，“见微知著。”对疾病的发生来个早发现、早预报，并采取积极措施应对，就能将危害人类生存、健康的不利因素防患于未然。现在全世界的流行病学家和气象学家都在准确预测人们会以何种方式、在什么时间地点患病，以便向医院和患者发布特别健康警报，其目的在于未雨绸缪，重视疾病的早发现、早应对。

健康是人类追求的一个永恒目标。本书的主旨在于让人们明白，“水未来，先修坝”，防病永远比治病更重要的道理。对疾病的认识立足于预防在先，防微杜渐，捕捉疾病发生的早期信号和它的蛛丝马迹，将疾病的隐患消灭在萌芽阶段，使其不发生或晚发生。尤其对人类危害极大的癌症等严重疾病，要积极应对处置，避免其转移恶化和失去早治的机会。彻底改变那种有病乱求医，无病时对病前出现的一些疾病先兆信号满不在乎。实践证明，提高大众的自我防病保健意识尤为关键。如此，方能最大限度地减少疾病对人类健康和社会的危害，以保障人们延年益寿，享受健康人生。

编者



目 录

第一章 循环系统疾病信号

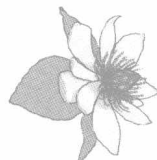
一、心脏疾病的信号	1
二、心脏病的求救信号	2
三、心脏病暗藏杀机的信号——心慌	5
四、冠心病的早期信号	6
五、冠心病加重的信号	7
六、心肌梗死的信号	8
七、不典型心肌梗死的信号	9
八、无痛性心肌梗死的信号	10
九、心肌梗死的某种信号——出冷汗	11
十、中年人的危险信号——胸痛	12
十一、隐匿性心衰的早期信号	13

第二章 呼吸系统疾病信号

一、“感冒”引发的几种疾病信号	16
二、慢阻肺的早期信号——面部皱纹	17
三、肺栓塞的信号	18
四、肺癌的肺外报警信号	19

第三章 消化系统疾病信号

一、上消化道疾病的信号——柏油样便	21
二、肝脏疾病的信号	22
三、脂肪肝的信号	22



疾病的危险信号



- 四、结肠息肉的早期信号——皮赘 23
- 五、十二指肠溃疡的信号——背痛 24

第四章 泌尿系统疾病信号

- 一、肾脏疾病的信号 25
- 二、肾肿瘤的早期信号 27
- 三、膀胱癌的独特信号——无痛血尿 28
- 四、前列腺癌的信号 29

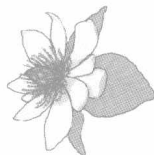
2

第五章 神经系统疾病信号

- 一、脑中风的信号 31
- 二、脑栓塞的某种信号——老人舌痛 32
- 三、脑溢血的信号 32
- 四、脑梗塞的某种信号——偏头痛 33
- 五、脑梗塞的某种信号——精神异常 34
- 六、腔隙性脑梗塞的某种信号——常咬舌头 35
- 七、神经系统某些疾病的信号——腰腿酸痛 35
- 八、脑肿瘤的早期信号 36
- 九、帕金森氏病的早期信号 37
- 十、某些神经病变的信号——眼皮直跳 39
- 十一、高血压的信号 40
- 十二、中风的某种信号——房颤 41

第六章 精神疾病的信号

- 一、精神分裂症的早期信号——疑心加重 43
- 二、精神病早期的某种信号——幻觉 44



三、抑郁症的信号	44
四、男性更年期的信号	45
五、自杀者的信号	47

第七章 五官疾病的信号

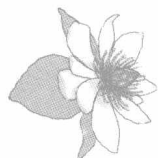
一、五官科某些疾病的信号	49
二、嗓音疾病的信号	50
三、某些疾病在面部的信号	51
四、某些疾病在鼻部的信号	53
五、某些疾病在口腔的信号	54
六、某些血液病在口腔的信号	55
七、青光眼的早期信号	56
八、白内障的信号	57
九、听神经瘤的信号——突发性耳聋	58
十、来自头面部的某些警告信号	59

第八章 儿童疾病的信号

一、儿童某些神经疾病的信号	62
二、儿童白血病的早期信号	62
三、儿童脑瘤的早期信号	63
四、儿童某些疾病的信号——频频眨眼	64
五、儿童心理压抑的表现信号	65

第九章 妇科疾病信号

一、女性某些疾病的信号——白带、月经异常 ...	68
二、卵巢癌的信号	69



疾病的危险信号



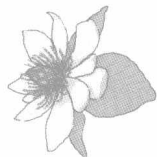
三、女性更年期的信号	70
四、女性不孕症的信号——月经不调	71
五、妇科肿瘤的早期信号	72
六、产后抑郁症的信号	73
七、垂体腺瘤的信号——不明原因的闭经	75
八、乳腺癌的信号	77

第十章 老年疾病的信号

一、老年人某些疾病的早期信号	82
二、老年人心绞痛的特殊信号	84
三、老年人心衰的早期信号	86
四、老年人脑肿瘤的早期信号	86
五、老年痴呆的早期信号	88
六、老年人某些疾病在皮肤上的信号	89
七、老年人动脉硬化的信号	91
八、老年人动脉硬化的奇妙信号——“短暂失明” ...	92
九、老年人死亡的某种信号——淋巴细胞减少 ...	92
十、老年抑郁症的信号	94

第十一章 癌症的信号

一、癌症的某些早期信号	96
二、肿瘤的某种信号——栓塞	98
三、癌症的某种信号——血栓	99
四、口腔癌的几个警戒信号	100
五、鼻咽癌的信号	101
六、舌、唇、喉癌的早期信号	102



七、某种癌症的早期信号——黑色素痣	103
八、内脏恶性肿瘤在皮肤上的信号	104
九、隐性乳腺癌的信号	106
十、易患癌瘤人的体质信号	107
十一、食管癌的早期信号	108
十二、贲门癌的早期信号	109
十三、胃癌的早期信号	110
十四、胃癌的胃外表现信号	112
十五、胰腺癌的早期信号	113
十六、大肠癌的早期信号	114
十七、直肠癌的早期信号——痔疮	116
十八、癌症转移的某种信号——皮肤出现结节 ...	117
十九、老年人癌症的早期信号	117
二十、肺癌的八大信号	119

第十二章 代谢性疾病的信号

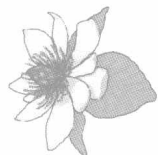
一、人体营养不良的信号	121
二、高血脂的信号	122
三、高胆固醇的信号——角膜环	123
四、不典型糖尿病的信号	124
五、糖尿病的某种信号——口味改变	125

第十三章 某些疾病的信号

一、人体某些疾病的报警信号	126
二、某些疾病的信号——粪便颜色异常	127
三、某些疾病的信号——尿色异常	128



四、某些疾病的信号——气短	130
五、某些疾病的信号——头痛	131
六、某些疾病的信号——眼前颜色异常	132
七、某些疾病的信号——口干舌燥	133
八、某些疾病的信号——耳鸣	135
九、某些疾病的信号——皮肤瘙痒	136
十、某种疾病的信号——青紫舌	137
十一、下肢血栓的信号——单侧腿肿	138
十二、某些疾病的早期信号——麻木	138
十三、某些疾病的信号——清晨不适	140
十四、某些疾病的信号——反复便血	141
十五、某些疾病的信号——瞳孔异常	142
十六、某些疾病的信号——血尿	143
十七、某些疾病的信号——指甲异常	144
十八、某些疾病的信号——烧心反酸	145
十九、某些疾病的信号——食而无味	146
二十、某些疾病的信号——连续打嗝	147
二十一、某些疾病的信号——放射痛	148
二十二、某些疾病的信号——走路姿势异常	149
二十三、某些疾病的信号——步态异常	151
二十四、某些疾病在皮肤上的信号	152
二十五、某些疾病在足部的信号	153
二十六、某些疾病的信号——手指疼痛	154
二十七、某些疾病的信号——手指发胀	155
二十八、某些内科疾病的信号——急性腹痛	156
二十九、某些疾病的信号——右下腹痛	157



第十四章 其他疾病的信号

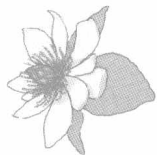
一、生命的几项预警信号	160
二、衰老的信号	162
三、过劳死的早期信号	163
四、急性死亡的信号	164
五、生命即将结束的信号——回光返照	165
六、猝死的前兆信号	166
七、颈椎病的信号	167
八、周围血管病的早期信号	168
九、血液病的八大信号	169
十、骨质疏松症的早期信号	170
十一、麻风病的早期信号	171
十二、胰岛素瘤的信号	173
十三、内脏缺血综合证的信号	173
十四、血栓闭塞性脉管炎的早期信号	175
十五、无痛性疾病的信号	176
十六、运动中的危险信号	177
十七、红斑狼疮的报警信号	178
十八、疾病发生前的信号——免疫学检查指标 ...	179
十九、人体某些有害信号	180
二十、甲状腺功能低下的信号	181
二十一、前列腺癌和心脏病的某些信号——秃顶 ...	181
二十二、垂体瘤的信号	182
二十三、骨肉瘤的早期信号——隐秘疼痛	183
二十四、脓毒症的预警信号	184



疾病的危险信号



二十五、细菌性感染的信号	
——C反应蛋白升高	185
二十六、肝豆状核变性的信号	185
二十七、坏死性筋膜炎的信号	187
二十八、强直性脊柱炎的早期信号	189
二十九、梅毒的信号	191
三十、下肢动脉硬化闭塞症的信号	193



第一章 循环系统疾病的信号

一、心脏疾病的信号

心脏是人体生命的主导器官，对人的生长发育、生存起着不可估量、不可替代的重要作用，一旦发病将危及生命。所以心脏功能正常与否直接关获着人的生死存亡。对此，人们应予足够的重视和呵护。然而心脏疾病的发生发展早期都有它的蛛丝马迹和各种信号征象，人们如能早发现、早预防、早治疗，就会防患于未然，使其不发病或晚发病。

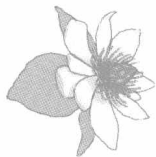
其发病信号有：

气短：这种气短的特点是劳动时加重，休息时缓解；仰卧位时加重，坐位时减轻；睡眠时喜欢把枕头逐步垫高，又常被胸闷憋气弄醒。突然发作的夜间呼吸困难是左心衰竭的典型症状，严重时除极度呼吸困难外，常有哮喘。冠状动脉供血不足时，老年人常感胸部憋闷和透不过气来。

胸口痛：男性常有体力劳动或运动后出现胸口痛的情况，一般休息片刻胸痛会停止，但这极可能是心脏病早期信号。若反复发作应及时去医院就诊。

耳鸣：是心脏病先兆信号之一，这是因为耳蜗对缺血缺氧比较敏感。因此，一个原来没有耳鸣症状的中老年人，在近期突然耳鸣，应及时检查血脂、血压及心电图，以明确是否有隐性心脏病。有些人长期耳鸣，但近期耳鸣突然加重，也应检查心脏。

打鼾：芬兰赫尔辛基大学医学教授期肯夫指出，睡眠打鼾是诊断心脏病的依据之一，他对 4388 名 40~69 岁男性进行 3 年跟踪观



察发现，其中长期打鼾者，心脏病或中风的人数比偶然打鼾和不打鼾者高 4~6 倍，原因是打鼾者心血管系统已逐渐发生了病变。

左心房扩大：据美国心脏病协会调查认为，如果左心房扩大已 4 年，得心病的可能性比常人大一倍，死于心脏病的可能性为常人的四倍，左心房扩大的人，往往心脏壁变硬，多伴有高血压。

肚子肥大：患心脏病几率越大。肥胖会给健康带来危害，因此，患者要重视减肥始于预防。

手关节炎：芬兰库奥皮奥大学研究人员认为，手指关节炎可能是男性死于心脏病的早期信号，它还可能是女性早死于心脏病的早期信号之一。

这所大学的海雷博士对 7000 人研究发现，有手指骨关节炎的男性死于心脏病的几率比常人高 80%，他们还发现，同一手指上至少有两个关节患骨关节炎的女性早死的几率较常人要高 32%。

特殊面容：面色灰白而发紫，表情淡漠，这是心脏病晚期的病危面容；面部呈暗红色是风湿性心脏病二尖瓣狭窄的特征；面色苍白色则可能是二尖瓣闭锁不全的征象。

鼓槌指（趾）：手指末端及脚趾端明显粗大，指甲面鼓起如鼓槌状。此种表现在肺心病与先心病患者多见。

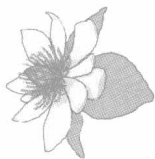
紫绀：皮肤黏膜和指端是青紫色，多为心脏缺氧，血液中原血红蛋白增多所致。

皮肤颜色改变：如慢性心力衰竭，晚期肺心病、皮肤呈深褐色或暗紫色。这与机体组织长期缺氧，肾上腺皮脂功能降低有关。

预防应对：如发现患者平素有上述症状信号，应及时到医院就诊，做有关检查，心电图、X 光检查必不可少。

二、心脏病的求救信号

心脏是身体的发动机，心脏有毛病的时候，会发出一系列求救信号，及时捕捉到这些信号，及早进行预防治疗，对健康非常重



要。

求救信号可分两类：一类是病人可以自己感觉到的异常，这就是症状，如胸痛、咳嗽、肢体麻木等，另一类是可以过客观检查发现的异常，这叫体征，如肝大、水肿、心律不齐等。

信号一 常见症状

早期症状：

1. 疲乏无力 病人常诉说“浑身没劲”。疲乏无力不是典型症状，但往往表示心功能不好，体内废物特别是乳酸排出不畅，是心脏病的早期信号。

2. 消化不良 也是较早信号，常表示胃肠道充血。

3. 头晕目眩 是心脏收缩力不足，脑部缺血的表现。

4. 心慌 常是心肌储备功能减弱的表现，稍微活动，就心慌加重，有较明确的警示意义。

5. 心悸 和心慌不同，心悸是感觉心脏跳动不正常，可能是心律不齐的表征。这些症状往往并无典型意义，但常是心脏病的早期信号。

较晚期症状：

1. 咳嗽、咯血 较长时间咳嗽，特别是原因不明的咳嗽，往往是心脏功能不良的信号，如果并发咯血，如痰中有血丝，可能是心脏病的迹象。

2. 胸闷气短或呼吸困难 是较具典型意义的心脏病表现，早期可能只是把枕头加高才能睡觉，否则就会感觉胸闷，后期常有不能平卧或夜间憋醒，必须坐起来才能缓解的情况。

3. 胸痛——心绞痛 是最易引起病人注意的心脏病信号。常位于胸骨后，是一种紧缩性压榨性痛，时间持续较短。有不少表现不典型，最常见的是感到“气不够用”或“心窝难受”，有的表现为上腹痛、肩痛、下牙痛，对此，应引起足够重视。

4. 心跳过快，过慢或不规律。