

21世紀

百科大辞典

养生保健辞典

BAIKEDACIDI

延边人民出版社

28

百
科

大
辞
典

大
辞
典

大
辞
典

大
辞
典

人生保健辭典

BAIKEDACIDIA

百科大辞典

养生保健辞典

总主编：卢志丹

本卷主编：杨冬苟

延边人民出版社

编者的话

健康是人类最重要的财富，也是现代人的重要需求。民族的振兴，社会的进步，事业的成功，家庭的幸福，无一不与“健康”二字息息相关。特别是在中国加入WTO后，更需要我们以非常健康的身体去应对各种挑战。要保障健康必须要有必要的医学知识作为指导。因此，普及医学知识，对于每一个人，每一个家庭，每一个民族乃至整个社会都显得至关重要。而在人类社会进入新世纪的今天，科学技术正以人们意想不到的速度和力度深刻影响和改变着我们的日常生活，新世纪的中国人，更应深刻体会到这一点。

人人都需要健康，人人都渴求健康，如何科学地关注自己的健康，呵护自己的生命呢？我们在参考了最新的医学成果后，广泛地将中西医学结合起来，为每一位珍视生命、关注健康的人编著了《养生保健辞典》。本书分为人体知识、用药常识、疾病诊治、性学知识、美容减肥、长寿秘诀、名院名医等七部分。

这本书是特为忙碌中略显疲惫的现代人编撰的辞书，每一个有机会阅读的人都将发现，它处处都是生活的精彩点缀。它为读者提供了一种积累健康生活知识的好条件：信手拈来，而后豁然开朗。一个人记忆力再好，再博闻强记，也不可能面面俱到。而本书浓缩了大量的医学知识，均以词条的形式出现，让读者在最短时间内对养生保健知识了如指掌，让熟悉的保健生活由繁琐变为简单，因此它具有完全贴近生活的特性。

由于我们水平有限，不足或讹误之处在所难免，敬请专家、读者批评指正。

2002年3月

说 明

一、本卷涵盖了丰富的养生保健医学科学知识，收词目共 1742 条。

二、本卷框架科学严谨，内容注重汲取最新医学研究成果，集科学性、新颖性、实用性为一体。分为人体知识、用药常识、疾病诊治、性学常识、美容减肥、长寿秘诀、名院名医，共计七编。

三、本卷正文前面列有分类词目表和拼音索引，正文后面附有笔画索引，以便于查阅使用。

分类词目表

人体知识

运动系统

骨	(1)
骨的分类	(1)
骨质	(1)
骨膜	(1)
骨髓	(1)
颅骨	(2)
脑颅骨	(2)
面颅骨	(2)
躯干骨	(2)
椎骨	(3)
颈椎	(3)
胸椎	(3)
腰椎	(3)
骶骨	(3)
尾骨	(3)
胸骨	(3)
肋骨与肋软骨	(3)
四肢骨	(4)
锁骨	(4)
肩胛骨	(4)
肱骨	(4)
尺骨	(5)

桡骨	(5)
手骨	(5)
髌骨	(5)
股骨	(6)
髌骨	(6)
胫骨	(6)
腓骨	(6)
足骨	(6)
直接连结	(7)
间接连结	(7)
关节的基本结构	(7)
关节的辅助结构	(8)
关节的运动	(8)
骨骼肌	(8)
躯干肌	(8)
背肌	(8)
斜方肌	(8)
背阔肌	(8)
肩胛提肌	(8)
菱形肌	(9)
竖脊肌	(9)
胸腰筋膜	(9)
颈肌	(9)
颈阔肌	(9)
胸锁乳突肌	(9)
舌骨上肌群	(9)

舌骨下肌群	(9)	大圆肌	(13)
前、中、后斜角肌	(9)	肩胛下肌	(13)
胸肌	(9)	肱二头肌	(13)
胸大肌	(9)	喙肱肌	(13)
胸小肌	(10)	肱肌	(13)
前锯肌	(10)	肱三头肌	(13)
肋间外肌	(10)	肱桡肌	(13)
肋间内肌	(10)	旋前圆肌	(14)
膈	(10)	桡侧腕屈肌	(14)
腹肌	(10)	掌长肌	(14)
腹外斜肌	(10)	尺侧腕屈肌	(14)
腹内斜肌	(11)	指浅屈肌	(14)
腹横肌	(11)	指深屈肌	(14)
腹直肌	(11)	拇指长屈肌	(15)
腰方肌	(11)	旋前方肌	(15)
腹直肌鞘	(11)	桡侧腕长伸肌	(15)
白线	(11)	桡侧腕短伸肌	(15)
腹股沟管	(11)	指伸肌	(15)
海氏三角	(12)	小指伸肌	(15)
头肌	(12)	尺侧腕伸肌	(15)
枕额肌	(12)	旋后肌	(15)
眼轮匝肌	(12)	拇指长展肌	(15)
口周围肌	(12)	拇指短伸肌	(15)
咬肌	(12)	拇指伸肌	(15)
颞肌	(12)	示指伸肌	(15)
翼内肌	(12)	大鱼际	(15)
翼外肌	(12)	蚓状肌	(15)
上肢肌	(12)	骨间肌	(15)
三角肌	(13)	小鱼际	(15)
冈上肌	(13)	腋窝	(15)
冈下肌	(13)	肘窝	(15)
小圆肌	(13)	腕管	(15)

下肢肌	(15)	腮	(18)
髂腰肌	(16)	舌	(18)
阔筋膜张肌	(16)	舌粘膜	(18)
臀大肌	(16)	舌肌	(18)
臀中肌	(16)	牙	(19)
臀小肌	(16)	牙的形态	(19)
梨状肌	(16)	牙的构造	(19)
闭孔内肌	(16)	牙周组织	(19)
缝匠肌	(16)	口腔腺	(19)
股四头肌	(16)	腮腺	(20)
耻骨肌	(16)	下颌下腺	(20)
长收肌	(16)	舌下腺	(20)
股薄肌	(16)	咽	(20)
短收肌	(17)	鼻咽	(20)
大收肌	(17)	口咽	(20)
股二头肌	(17)	喉咽	(20)
半腱肌	(17)	食管	(20)
半膜肌	(17)	胃	(21)
胫骨前肌	(17)	小肠	(21)
腓长伸肌	(17)	十二指肠	(21)
趾长伸肌	(17)	空肠和回肠	(22)
腓骨长肌	(17)	大肠	(22)
腓骨短肌	(17)	盲肠	(22)
胫骨后肌	(17)	阑尾	(22)
腓长屈肌	(17)	结肠	(22)
趾长屈肌	(17)	直肠	(23)
股三角	(17)	肛管	(23)
收肌管	(17)	肝	(23)
腘窝	(18)	肝外胆道	(24)
消化系统		胆囊	(24)
口腔	(18)	输胆管道	(24)
		胰	(24)

呼吸系统

鼻	(25)
鼻腔	(25)
鼻前庭	(25)
固有鼻腔	(25)
鼻旁窦	(25)
上颌窦	(25)
额窦	(26)
蝶窦	(26)
筛窦	(26)
喉	(26)
喉软骨	(26)
喉肌	(27)
喉腔	(27)
气管	(27)
主支气管	(27)
肺	(28)
纵隔	(28)

泌尿系统

泌尿系统	(28)
肾	(29)
输尿管	(29)
膀胱	(29)

循环系统

心	(30)
左心房	(30)
左心室	(30)
右心房	(31)
右心室	(31)
窦房结	(31)

房室结	(32)
房室束	(32)
右束支	(32)
左束支	(32)
右冠状动脉	(32)
左冠状动脉	(33)
冠状窦	(33)
心包	(33)
主动脉	(33)
颈总动脉	(33)
颈外动脉	(33)
颈内动脉	(33)
锁骨下动脉	(33)
腋动脉	(34)
肱动脉	(34)
桡动脉	(34)
尺动脉	(34)
胸主动脉	(34)
腹主动脉	(34)
腹腔干	(34)
肠系膜上动脉	(35)
肠系膜下动脉	(35)
髂总动脉	(35)
髂内动脉	(35)
髂外动脉	(35)
股动脉	(35)
胭动脉	(35)
胫后动脉	(35)
胫前动脉	(36)
足背动脉	(36)
肺动脉干	(36)
上腔静脉系	(36)

颈内静脉	(36)	锁骨上神经	(43)	
颈外静脉	(37)	膈神经	(43)	
头静脉	(37)	肌皮神经	(43)	
贵要静脉	(37)	正中神经	(43)	
椎静脉丛	(37)	尺神经	(43)	
下腔静脉系	(37)	桡神经	(44)	
大隐静脉	(37)	腋神经	(44)	
小隐静脉	(38)	髂腹下神经和髂腹股沟神经	(44)	
肝门静脉	(38)	股神经	(44)	
淋巴系统	(38)	闭孔神经	(44)	
毛细淋巴管	(38)	生殖股神经	(45)	
淋巴管	(38)	阴部神经	(45)	
淋巴干	(39)	坐骨神经	(45)	
左淋巴导管	(39)	胫神经	(45)	
右淋巴导管	(39)	腓总神经	(45)	
淋巴结	(39)	嗅神经	(45)	
头部的淋巴结	(40)	视神经	(45)	
颈外侧淋巴结	(40)	动眼神经	(46)	
腹股沟淋巴结	(40)	滑车神经	(46)	
脾	(40)	三叉神经	(46)	
胸腺	(41)	展神经	(46)	
神经系统				面神经	(46)
神经元	(41)	前庭蜗神经	(47)	
神经胶质	(41)	舌咽神经	(47)	
反射与反射弧	(41)	迷走神经	(47)	
中枢神经系统	(41)	副神经	(48)	
脊髓	(41)	舌下神经	(48)	
脑干	(42)	用药常识			
小脑	(42)	药物作用	(49)	
间脑和端脑	(42)				
周围神经系统	(43)				

药物的直接作用	(49)	配伍禁忌	(61)
药物的间接作用	(49)	补药	(61)
药物的毒副作用与过敏反应	(49)	中药的副作用	(61)
药物与细胞膜的关系	(49)	单方	(62)
药物的吸收与分布	(50)	滴耳药须知	(63)
药物的蓄积作用	(50)	家庭小药箱	(63)
药物的排泄	(50)	家庭药箱须知	(63)
服药须知	(50)	无效药品	(64)
服药剂量	(50)	煎中药	(64)
合理用药	(51)	依“生物钟”服药	(65)
服药注意事项	(51)	服煎药汤剂	(65)
有效和失效期	(51)	肠溶片	(66)
停药须知	(52)	注射用针剂	(66)
打针与吃药	(52)	退热药	(66)
药物治疗作用	(53)	速效感冒胶囊	(67)
假药与劣药	(54)	泻药	(67)
购药须知	(54)	头痛用药	(68)
冲剂质量要求	(54)	消化药	(68)
配药须知	(55)	维生素类药	(69)
茶影响药效	(55)	维生素 C	(69)
果汁影响药效	(56)	氟轻松	(70)
服中药须知	(56)		
择时服中药	(56)		
吸烟影响疗效	(57)		
识别变质	(57)		
油与药物	(58)		
盐与药物	(59)		
醋与药物	(59)		
酱与药物	(59)		
壮阳药	(60)		
不良反应	(60)		
抗生素	(60)		

疾病诊治

内 科

肺炎球菌肺炎	(72)
葡萄球菌肺炎	(72)
肺气肿	(72)
慢性支气管炎	(73)
支气管哮喘	(73)
呼吸衰竭	(74)

心力衰竭	(75)	脓肿	(86)
心律失常	(75)	脓性指头炎	(87)
冠心病	(76)	破伤风	(87)
高血压	(76)	胆石症	(88)
高血压危象	(77)	落枕	(88)
风心病	(77)	脑震荡	(88)
慢性胃炎	(78)	颅内高压	(88)
消化性溃疡	(78)	脑疝	(88)
肝硬化	(78)	脑积水	(89)
急性胰腺炎	(79)	脑脓肿	(89)
消化道出血	(79)	急性乳腺炎	(89)
便秘	(80)	乳腺增生病	(89)
腹泻	(80)	血胸	(90)
甲亢	(80)	气胸	(90)
糖尿病	(80)	肋软骨炎	(90)
尿毒症	(81)	预激综合征	(90)
肾功能衰竭	(81)	股疝	(91)
肾病综合征	(82)	脐疝	(91)
肾结石	(82)	急性腹膜炎	(91)
缺铁性贫血	(83)	痔	(91)
伤风	(83)	急性阑尾炎	(92)
病毒性肝炎	(83)	肠梗阻	(92)
霍乱和副霍乱	(84)	肠扭转	(92)
肺结核	(84)	肛裂	(92)
疟疾	(84)	肛瘘	(93)
狂犬病	(85)	锁骨骨折	(93)
鼠疫	(85)	肩关节脱位	(93)
黑热病	(86)	肱骨干骨折	(94)
外 科		肘关节脱位	(94)
疖	(86)	尺桡骨双骨折	(94)
痈	(86)	髋关节脱位	(94)
		踝部扭伤	(95)

化脓性骨髓炎	(95)
骨质疏松	(95)
肩周炎	(95)
颈椎病	(96)
肾积水	(96)
前列腺肥大	(96)
精囊炎	(96)
鞘膜积液	(97)
精索静脉曲张	(97)
肾绞痛	(97)
膀胱炎	(97)

儿 科

新生儿窒息	(98)
新生儿呕吐	(98)
肺透明膜病	(98)
新生儿败血症	(98)
新生儿溶血病	(99)
病理性黄疸	(99)
新生儿破伤风	(99)
新生儿脐炎	(99)
新生儿肺炎	(99)
上呼吸道感染	(100)
肠套叠	(100)
营养性贫血	(100)
急性肾炎	(101)
风疹	(101)
麻疹	(101)
幼儿急疹	(102)
水痘	(102)
小儿麻痹症	(102)
百日咳	(102)

隐睾症	(103)
遗尿症	(103)
小儿夜惊	(103)
儿童多动症	(103)
强迫症	(104)
鸡胸和漏斗胸	(104)

妇产科

先天性无阴道	(104)
外阴瘙痒	(105)
滴虫性阴道炎	(105)
念珠菌阴道炎	(105)
霉菌性阴道炎	(105)
老年性阴道炎	(106)
子宫颈炎	(106)
盆腔炎	(106)
女性不孕症	(107)
月经不调	(107)
经行头痛	(107)
痛经	(107)
闭经	(108)
功能失调性子宫出血	(108)
更年期综合征	(109)
流产	(109)
早产	(109)
妊高症	(110)
高血妊娠	(110)
过期妊娠	(110)
葡萄胎	(110)
子宫破裂	(111)
产后出血	(111)

五官科

睑内翻	(112)
-----	-------

睑外翻.....	(112)	智齿冠周炎.....	(120)
上睑下垂.....	(112)	颌骨骨髓炎.....	(121)
睑腺炎.....	(112)	错殆畸形.....	(121)
沙眼.....	(112)	磨牙症.....	(121)
急性结膜炎.....	(113)	三叉神经痛.....	(121)
病毒性角膜炎.....	(113)	周围面神经炎.....	(122)
夜盲症.....	(113)	皮肤性病科	
视神经炎.....	(114)	疣.....	(122)
视神经萎缩.....	(114)	传染性软疣.....	(123)
远视眼.....	(114)	单纯疱疹.....	(123)
近视眼.....	(114)	带状疱疹.....	(123)
外耳道炎.....	(114)	水痘.....	(123)
外耳道疖.....	(114)	脓疱疮.....	(124)
噪音性耳聋.....	(115)	疥疮.....	(124)
突发性耳聋.....	(115)	甲癣.....	(124)
内耳炎.....	(115)	手足癣.....	(124)
鼻疖.....	(116)	体癣.....	(125)
急生鼻炎.....	(116)	头癣.....	(125)
慢性鼻炎.....	(116)	接触性皮炎.....	(125)
过敏性鼻炎.....	(116)	湿疹.....	(126)
急性咽炎.....	(117)	药物性皮炎.....	(126)
慢性咽炎.....	(117)	神经性皮炎.....	(127)
急性扁桃体炎.....	(117)	玫瑰糠疹.....	(127)
慢性扁桃体炎.....	(117)	痒疹.....	(127)
鼻咽癌.....	(118)	银屑病.....	(127)
急性喉炎.....	(118)	扁平苔藓.....	(128)
慢性喉炎.....	(118)	汗疱疹.....	(128)
牙髓病.....	(119)	痤疮.....	(128)
龋病.....	(119)	酒渣鼻.....	(128)
牙周疾病.....	(119)	黄褐斑.....	(129)
慢性牙龈炎.....	(120)	雀斑.....	(129)
根尖周炎.....	(120)		

白发	(129)
鱼鳞病	(129)
梅毒	(130)
淋病	(130)
尖锐湿疣	(130)
艾滋病	(131)

性学常识

女性生殖系统	(132)
子宫	(132)
宫颈	(132)
子宫形态	(132)
乳房	(133)
第二性征	(133)
阴道	(134)
会阴	(134)
大阴唇	(135)
小阴唇	(135)
阴道前庭	(135)
前庭大腺	(135)
前庭球	(135)
处女膜	(135)
阴蒂	(135)
卵巢	(136)
输卵管	(137)
性欲	(137)
女性性敏感区	(138)
乳房的性刺激变化	(139)
阴唇性敏感区	(139)
阴道性敏感区	(140)

性高潮	(140)
女性性高潮	(141)
阴道分泌物	(141)
自然防御机制	(141)
性香味	(142)
月经初潮	(143)
G点	(143)
老年女性的性反应	(144)
女性更年期	(145)
性生理反应	(145)
阴茎	(146)
男性尿道	(147)
输精管	(147)
附睾	(148)
前列腺	(148)
性兴奋	(148)
平台期	(149)
男性性高潮	(149)
性快感	(150)
气味与情欲	(150)
遗精	(151)
阴茎勃起	(151)
男性更年期	(152)
交媾	(152)
男性高潮反应	(153)
女性高潮反应	(154)
高潮呻吟	(154)
精子生产与贮存	(155)
性环境	(155)
阴茎弯曲	(156)
缩阳症	(156)
性倒错	(157)

性意识	(158)	阴道痉挛	(174)
男性生殖系统	(158)	窥淫癖	(174)
两性性反应差异	(158)	同性恋	(174)
性生理反应持续期	(159)	性变态治疗	(175)
性感区	(160)	异装癖	(175)
性红晕	(160)	恋童癖	(176)
性交姿势	(161)	露阴癖	(176)
性欲与年龄	(162)	施虐淫	(177)
防止“性衰老”	(162)	原发性不射精	(177)
清晨性生活	(163)	继发性不射精症	(178)
体毛与性欲	(164)	阴道干涩	(178)
乳房与性欲	(164)	听觉与性	(179)
滴液	(165)	嗅觉与性	(179)
月经	(165)	触觉与性	(180)
精子	(166)	性满足	(180)
阴囊和睾丸	(167)	女性性魅力	(180)
性别选择	(167)	抚摸	(180)
激素	(168)	接吻	(181)
雄激素	(168)	幻想	(181)
雌激素	(168)	事后爱抚	(181)
性心理准备	(168)	小阴茎	(182)
婚前性行为	(169)	包茎	(183)
性恐惧心理	(169)	睾丸女性化	(183)
蜜月膀胱炎	(170)	处女膜闭锁	(183)
妊娠纹	(170)	女性白带	(184)
性变态	(171)	性猝死	(184)
性焦虑	(171)	老来俏	(185)
性欲亢进	(171)	阴茎切除	(185)
恋物癖	(172)	射精时排尿	(186)
双性恋	(172)	性交后的尿意	(186)
性心理障碍	(173)	见色遗精	(187)
性治疗	(173)	滑精	(187)

手淫	(188)	勃起评估	(203)
手淫与健康	(188)	勃起与阳痿	(204)
性对抗	(189)	药物与阳痿	(204)
包皮嵌顿	(189)	吸烟与阳痿	(205)
精液过敏	(189)	饮酒与阳痿	(205)
月经期卫生	(190)	阴茎假体	(206)
忍精不射	(191)	男性保健	(206)
白虎星	(192)	早泄	(207)
阴道出血	(192)	早泄自我治疗	(207)
带下病	(192)	PTA 技术	(207)
外阴白斑	(193)	阴茎环	(208)
女性阴痿	(193)	代用阴茎	(208)
包皮发炎	(194)	产前检查	(208)
男性泌乳	(194)	生孩子	(209)
睾丸萎缩	(194)	旅行避孕	(210)
阴茎硬结症	(195)	避孕套过敏	(210)
阴茎癌	(195)	产后性生活	(210)
阳强	(196)	精液采集	(211)
两性畸形	(196)	精液不液化症	(211)
阴蒂异常	(197)	死精子症	(212)
前庭大腺炎	(198)	人工授精	(212)
血尿	(198)	受精卵	(213)
性冷淡现象	(199)	预测排卵	(213)
性爱	(200)	性激素测定	(214)
性交恐惧症	(200)	附件炎	(215)
阳痿	(201)	性交后试验	(215)
古代阳痿说	(201)	输卵管阻塞	(215)
性和谐	(201)	羊齿状结晶	(216)
血管造影	(202)	高促性腺激素血症	(216)
阴茎血液循环测量	(202)	免疫性不孕	(217)
阴茎血流的测量	(202)	精子活力低下	(217)
阴茎血压的测量	(203)	睾丸活检	(218)