



医药学院 610 2 10044844

最高明的家庭医生
最忠实的健康顾问
最科学的养生之道
最新版

家庭医疗保健

十万个为什么

名医诊治卷（下）

怎样做到平衡膳食？

为什么说更年期是妇女的“多事之秋”？

抑郁症的治疗措施有哪些？

哪些因素影响烤瓷牙寿命？

小儿肺炎的护理和预防方法有哪些？

主 编 刘辅仁 徐君伍 林良明
惠延年 梁劲荃 王益平

世界图书出版公司

== 健康直通车 ==



医药学院 610 2 10044844

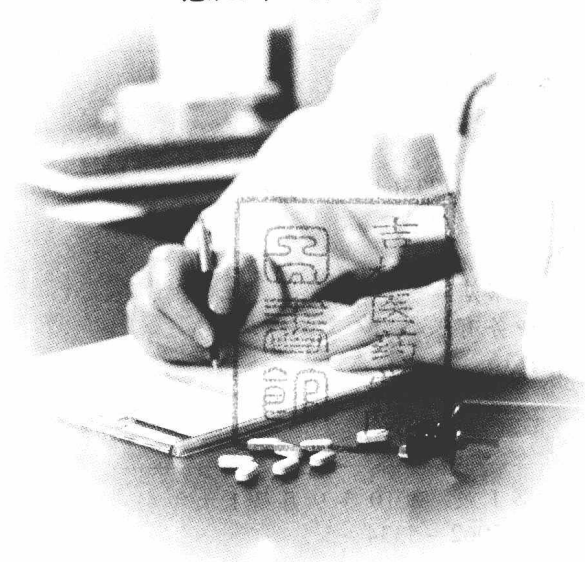
JIATINGYILIAO BAOJIAN SHIWANGE WEISHENMO

最新版

家庭医疗保健 十万个为什么

名医诊治卷(下)

主 编 刘辅仁 徐君伍 林良明
惠延年 梁劲荃 王益平



世界图书出版公司
西安 北京 广州 上海

图书在版编目(CIP)数据

最新版家庭医疗保健十万个为什么. 名医诊治卷. 下/
刘辅仁主编. —西安: 世界图书出版西安公司, 2010. 9

ISBN 978 - 7 - 5062 - 5334 - 5

I. ①最... II. ①刘... III. ①家庭保健—医疗保
健—基本知识 ②常见病—诊疗—基本知识

IV. ①R161 ②R4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 150586 号

最新版家庭医疗保健十万个为什么 名医诊治卷(下)

丛书策划 张栓才 唐娟利
本册主编 刘辅仁等
责任编辑 唐娟利

出版发行 世界图书出版西安公司
地 址 西安市北大街 85 号
邮 编 710003
电 话 029 - 87214941 87233647(市场营销部)
029 - 87232980(总编室)
传 真 029 - 87279675
经 销 全国各地新华书店
印 刷 陕西金德佳印务有限公司
开 本 185 × 240 1/16
印 张 18
字 数 294 千字

版 次 2010 年 9 月第 1 版 2010 年 9 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978 - 7 - 5062 - 5334 - 5
定 价 23.50 元

☆如有印装错误,请寄回本公司更换☆

最新版家庭医疗保健十万个为什么

编 委 会

总主编 陈灏珠 上海市心血管病研究所所长、教授，中国工程院院士
杨光华 四川大学华西临床医学院病理学教授、博士生导师
胡翔鹄 北京肝病研究所所长、著名肝病专家
章逢润 陕西省中医药研究院副院长、教授

最新版家庭医疗保健十万个为什么

名医诊治卷 (下)

编 委 会

主 编 刘辅仁 徐君伍 林良明 惠延年 梁劲荃 王益平

编 委 (按姓氏笔画排序)

万 玲	马文莉	马秀芝	马官福	马 婷	马 煜	王立文
王光华	王春风	王树山	王艳玲	王桂香	王爱荣	王益平
王勤涛	王锦玲	王 筠	王 新	王鑫源	支江平	牛忠英
毛天球	毛 萍	文玲英	邓 莉	左亚新	石一宁	石广礼
卢 竞	主改侠	邢俊平	朱 威	仵春云	任桂珍	刘卫红
刘文善	刘玉云	刘玉琳	刘 冰	刘宝林	刘彦普	刘晓燕
刘童军	米延玲	许克铭	阴智敏	孙吉平	杜忠东	杨玉凤
杨 华	杨会平	杨 松	杨盈周	杨 健	李尔珍	李永奇
李建阳	李艳华	李晓燕	李海鹰	李德伦	肖 冰	吴光弛
吴补领	吴织芬	吴荣艳	吴婉芳	邱国治	何惠明	冷 军
汪一鸣	汪 涛	宋宇虎	张云飞	张云平	张 伟	张 华
张寿华	张孝友	张建娜	张桂云	张 铁	张梓荆	张靖莲
张新海	张翠贤	陈大坤	陈小文	陈再励	邵丈京	邵淑芳
林良明	吴铁吉	罗世杰	罗桂芳	金玉玲	金作林	金春华
周以钧	周 欣	周 宜	封兴华	赵 皿	赵淑鑫	赵瑞芳
段银钟	官长孚	姚凯南	秦雨春	秦晶如	袁井圻	袁新宇
聂亚飞	夏 容	顾伟程	徐光芝	徐君伍	徐放生	高 庆
高作军	高艳娥	高振敏	高 巍	郭行平	郭素怡	郭梦和
郭敬俊	谈藏文	黄维国	曹 力	曹玉璞	曹 军	崔立丰
章 哲	梁 劲	梁 睿	彭式楹	斯方杰	曾 英	谢志宏
谢欣梅	雷淑清	雷德林	潘 红	薛振恂	薛 翔	

改 编 前 言

根据联合国世界卫生组织的调查，人体健康由四个因素决定，其中，遗传占 15%、医疗条件占 8%、社会环境占 17%，而个人生活方式占到了 60%，说明一个人健康的“金钥匙”就掌握在自己手中。而不良的生活方式、行为习惯，又与医药卫生知识的缺乏密切相关。例如，国外有个小女孩因亲吻了病鸡而患禽流感死亡；瘾君子因共用注射针头染上艾滋病而丧命。有人把这些人的死亡称为“死于无知”，这样的案例不胜枚举。如果学习一些医学常识，使相应的人群深知自己“不良生活方式”、“不良行为习惯”的危险性，这些人群就会立即“刹车”，从而“捡回一条命”。医学科普知识帮助人们建立起良好的生活方式和形成良好的行为习惯后，可以防止多种传染性疾病和非传染性疾病（包括癌症、冠心病、精神因素所造成的疾病）的发生，更可使人们在躯体上、精神上和社会关系上处于一种良好的状态。

医学科普系列丛书《现代家庭医疗保健十万个为什么》（精华版）出版以来，以名医荟萃、阵容强大，内容全面、应用广泛，特色鲜明、注重实用，语言流畅、通俗易懂等显著特点，深受广大读者的欢迎，也得到医药界和出版界专家的广泛好评。这次改版，我们组织各学科专家做了以下修订：

1. 重新修订全书。由于医药学科的飞速发展，新的诊断、治疗标准和规范相继出台，原书个别内容略显过时，这次重新予以修订。

2. 删除。删除部分少见病种和部分专业性过强的内容，以

适合更多的读者阅读。

3. 增加。增加部分常见病种和一些患者比较关注的问题。

4. 调整。调整了部分章节内容的位置，使之系统性和条理性更强。

要特别说明的一点是：本书中凡涉及药方、剂量问题的，仅供参考，必要时请在医生指导下用药。

本书属于家庭必备书，衷心地希望它能够成为您家里忠实的“家庭医生”和“健康顾问”。希望我们的知识和经验成为保障您机体健康的“钢铁长城”。

编委会

2010年9月



目 录

妇女月经疾病

- 1 为什么妇女会发生功能失调性子宫出血? / 1
- 2 为什么有些女性会发生月经闭止不潮? / 1
- 3 为什么有些女性在月经前、月经期发生小腹疼痛等症? / 2
- 4 为什么有些女性在月经期除了阴道出血之外, 其他部位也发生出血? / 3
- 5 为什么有些女性在月经间期发生阴道出血? / 3

妇科炎症及肿瘤疾病

- 6 为什么女性易患阴道炎? / 4
- 7 为什么说子宫颈癌、子宫内膜癌和卵巢癌是妇科三大恶性肿瘤? / 4
- 8 为什么育龄期后有婚育史的妇女应定期行妇科检查? / 5
- 9 为什么性乱交者易患宫颈癌? / 5
- 10 为什么要重视同房后出血? / 5
- 11 为什么子宫肌瘤患者多伴月经过多? / 6
- 12 为什么有些子宫肌瘤可保守治疗? / 6
- 13 为什么有的患者要行子宫肌瘤摘除术? / 6
- 14 为什么要重视围绝经期及老年妇女异常的阴道出血? / 6
- 15 为什么子宫内膜癌的治疗首选手术治疗? / 7
- 16 为什么卵巢肿瘤的治疗以手术为主? / 7
- 17 为什么卵巢癌术后仍需化疗? / 7
- 18 为什么须重视停经后阴道流血? / 7

- 19 为什么葡萄胎患者需要进行随访? / 8
- 20 为什么有些葡萄胎患者应予以预防性化疗? / 8

妇女更年期疾病

- 21 为什么说更年期是妇女的“多事之秋”? / 9
- 22 为什么更年期和老年妇女仍应定期进行妇女病普查? / 9
- 23 为什么中老年妇女出现病理性白带时应及时就诊? / 10
- 24 为什么可以用性激素治疗更年期功血? / 10
- 25 为什么必须重视更年期妇女骨质疏松的防治? / 10
- 26 为什么中老年妇女要积极参加适宜的体育锻炼? / 11
- 27 为什么更年期综合征的治疗要包括精神和心理治疗? / 11
- 28 为什么可采用中医药治疗更年期综合征? / 12
- 29 为什么更年期仍需要性生活? / 12

妇女孕产期疾病

- 30 为什么孕期应定期进行产前检查? / 13
- 31 为什么妊娠早期会出现剧烈呕吐? / 13
- 32 为什么有些妇女妊娠后易发生流产? / 14
- 33 为什么宫外孕的发病率有逐年上升趋势? / 14
- 34 为什么会发生妊娠期高血压病? / 14
- 35 为什么妊娠中晚期出现阴道流血应警惕胎盘的异常? / 15
- 36 哪些血型的妇女妊娠期易发生母子血型不合? / 15
- 37 哪些心脏病的妇女不宜妊娠? / 15

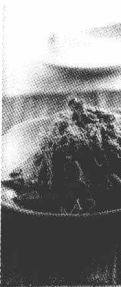
计划生育常识及不孕症

- 38 为什么放置节育器后要定期随访? / 16
- 39 为什么放置宫内节育器后有些人会有出血现象? / 16
- 40 为什么放置节育器后有些人会出现腰酸、腹坠? / 17

- 41 为什么会发生带节育器妊娠? / 17
- 42 哪些情况要取出宫内节育器? / 17
- 43 为什么外用药物可以达到避孕目的? / 17
- 44 为什么长期服用避孕药, 停药后 6 个月方可妊娠? / 18
- 45 为什么要服用三相短效口服避孕药片? / 18
- 46 为什么要施行输卵管绝育术? / 18
- 47 为什么人工流产要选择一定的时间? / 19
- 48 为什么男性输精管结扎不会影响性生活? / 19
- 49 为什么月经期要严禁性生活? / 19
- 50 为什么会发生不孕症? / 20

优生优育常识

- 51 什么是最好的生育年龄? / 21
- 52 为什么孕妇要预防感冒? / 21
- 53 为什么有些情况下不宜怀孕? / 22
- 54 为什么要选择适宜的受孕时机及生育季节? / 22
- 55 为什么有的孕妇应做产前诊断? / 22
- 56 为什么说生男生女在受孕时即已决定? / 23
- 57 为什么有的孩子出生就是聋哑人? / 23
- 58 为什么身高、体型与遗传和环境都有关系? / 24
- 59 为什么肝炎患者怀孕对母婴都不利? / 24
- 60 为什么怀孕头三个月要特别注意避免致畸因素的影响? / 25
- 61 为什么孕早期感染风疹者应立即终止妊娠? / 25
- 62 为什么妊娠期不能滥用药物? / 25
- 63 为什么孕妇不要吸烟和过量喝酒? / 26
- 64 为什么孕妇要避免和猫、狗等动物接触? / 26
- 65 为什么说自然分娩好? / 27
- 66 为什么孩子的早餐很重要? / 27
- 67 为什么要合理安排孩子的中、晚餐? / 28
- 68 为什么偏食对小儿健康不利? / 28



- 69 为什么幼儿要少喝各种饮料? / 28
- 70 为什么孩子多晒太阳能防治佝偻病? / 29
- 71 为什么小儿容易发生缺铁性贫血? / 29
- 72 为什么要让孩子加强体格锻炼? / 30
- 73 为什么好玩具有助于促进儿童身心发展? / 30
- 74 为什么孩子会任性? 怎么处理? / 30

新生儿保健

- 75 什么是新生儿的正常姿态? / 32
- 76 新生儿常见的几种特殊生理状态是什么? / 32
- 77 如何进行足月儿及早产儿的护理? / 33
- 78 新生儿睡眠有什么特征? / 34
- 79 为什么必须重视新生儿尿布的质量? / 35
- 80 为什么新生儿大便颜色能反映疾病状况? / 35
- 81 新生儿保暖的具体措施有哪些? / 36
- 82 怎样保证脐部清洁? / 36
- 83 怎样给新生儿喂药? / 37
- 84 为什么说臀红完全可以避免? / 38
- 85 什么时候开始喂母乳? / 38
- 86 为什么母亲服药对婴儿有影响? / 39

儿童营养

- 87 为什么说蛋白质的摄入并非多多益善? / 40
- 88 为什么婴幼儿不宜摄入脂肪过多? / 40
- 89 什么是脂肪的适宜摄入量? / 41
- 90 为什么把膳食纤维称为第七营养素? / 41
- 91 为什么维生素是最易缺乏的一种营养素? / 41
- 92 维生素 A 摄入过少有什么危害? / 42
- 93 为什么维生素 D 缺乏会导致佝偻病? / 42

- 94 含钙多的食物有哪些? / 43
- 95 为什么缺铁性贫血要多吃动物性食物? / 43
- 96 碘缺乏的病因、发病机制和临床表现各是什么? / 43
- 97 如何预防碘缺乏? / 44
- 98 为什么孕母在孕期应科学合理地安排饮食? / 44
- 99 为什么要给婴儿补钙和加鱼肝油? / 44
- 100 为什么要及时给婴儿添加蛋黄? / 45
- 101 母乳喂养有什么优点? / 45
- 102 为什么要大力提倡母乳喂养? / 47
- 103 怎样给婴儿断奶? / 47
- 104 为什么断奶要选择适宜的时机和季节? / 48
- 105 为什么说吃水果不能代替吃蔬菜? / 48
- 106 多吃鱼肉有哪些好处? / 48
- 107 锌缺乏有哪些表现? / 49
- 108 锌缺乏的实验室检查有哪些? / 49
- 109 怎样防治锌缺乏? / 50
- 110 怎样做到平衡膳食? / 50

儿童预防接种常识

- 111 我国现行的计划免疫程序是什么? / 51
- 112 影响免疫效果的因素有哪些? / 51
- 113 预防接种采用的途径和方法有哪些? / 52
- 114 预防接种后还能得传染病的原因是什么? / 52
- 115 预防接种一般反应的处理原则有哪些? / 53
- 116 为什么预防接种会出现加重反应? / 53
- 117 怎样处理预防接种后发生的过敏性皮疹? / 53
- 118 怎样处理预防接种后发生的局部红肿? / 54
- 119 在什么情况下儿童暂时不做预防接种? / 54
- 120 哪些人应接种卡介苗? / 54
- 121 为什么要复种卡介苗? / 55



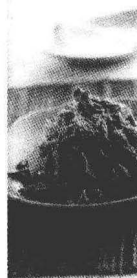
- 122 判断卡介苗接种是否成功的标准是什么? / 55
- 123 接种卡介苗后局部反应有哪些? / 55
- 124 为什么出生两个月后才可服用小儿麻痹糖丸疫苗? / 55
- 125 服用小儿麻痹糖丸疫苗的禁忌证有哪些? / 56
- 126 什么年龄的儿童是百白破疫苗的接种对象? / 56
- 127 接种百白破疫苗的禁忌证有哪些? / 56
- 128 为什么接种百白破疫苗会出现一些反应? / 56
- 129 什么年龄的儿童是麻疹疫苗的接种对象? / 57
- 130 接种麻疹疫苗的禁忌症有哪些? / 57
- 131 为什么接种麻疹疫苗后还会出麻疹? / 57
- 132 哪些人是乙肝疫苗接种的主要对象? / 57
- 133 接种乙肝疫苗抽血化验的须知是什么? / 58
- 134 乙肝疫苗的接种程序是什么? / 58
- 135 乙肝表面抗原阳性的妇女怀孕后应注意些什么? / 59
- 136 为什么乙肝双阳性产妇的新生儿要接种乙肝疫苗? 如何接种? / 59
- 137 什么年龄的儿童是乙脑疫苗的接种对象? / 59
- 138 乙脑疫苗的接种程序是什么? / 59
- 139 接种乙脑疫苗的禁忌证有哪些? / 60
- 140 接种乙脑疫苗有反应吗? / 60
- 141 什么年龄的儿童是流脑疫苗的接种对象? / 60
- 142 风疹疫苗的适应证是什么? / 60
- 143 注射风疹疫苗的禁忌证有哪些? / 60
- 144 流行性腮腺炎疫苗的接种对象和用法是什么? / 61
- 145 哪些人群适合接种防感灵疫苗? / 61
- 146 防感灵疫苗的使用频率及时间是什么? / 61
- 147 防感灵疫苗的不良反应有哪些? / 61
- 148 什么是麻风腮疫苗的适应证, 和其他疫苗怎样联合使用? / 61
- 149 哪些人可以接种肺炎球菌疫苗? / 62
- 150 哪些人群适用于接种安尔宝疫苗? / 62

儿童早期教育

- 151 为什么要了解儿童发展的关键期? / 63
- 152 为什么说4岁前的儿童是智力启蒙的最佳期? / 63
- 153 为什么说胎教是可行的? / 64
- 154 怎样对婴幼儿进行动作训练? / 64
- 155 怎样对婴幼儿进行语言训练? / 65
- 156 怎样促进婴儿语言听觉的发展? / 65
- 157 为什么应经常给婴幼儿看图画书? / 66
- 158 为什么要让婴儿多照镜子? / 66
- 159 父母怎样帮助婴儿认识物品? / 66
- 160 怎样训练婴儿的自我服务能力? / 67
- 161 为什么要鼓励婴儿模仿? / 67
- 162 怎样培养婴儿手眼协调? / 68
- 163 怎样为婴儿选择合适的玩具? / 68
- 164 怎样培养幼儿的交往能力? / 69
- 165 怎样培养幼儿的记忆力? / 69
- 166 怎样培养幼儿的创造力? / 69
- 167 怎样对幼儿进行品德教育? / 70
- 168 孩子爱拿别人的东西怎么办? / 71
- 169 为什么要培养儿童的动手能力? / 71
- 170 发现孩子说谎怎么办? / 72
- 171 为什么说无条件满足儿童的要求是错误的? / 72

儿童伤害

- 172 常见的儿童伤害有哪些? 其原因是什么? / 73
- 173 在防治儿童意外伤害中, 需要营造什么样的安全的家庭环境? / 74
- 174 在预防儿童意外伤害中, 需要对孩子进行哪些安全教育和安全训练? / 74
- 175 怎样避免婴儿意外窒息? / 75



- 176 小儿气管异物如何进行家庭现场急救处理? / 76
- 177 如何进行儿童溺水紧急抢救? / 76
- 178 怎样预防儿童溺水? / 77
- 179 孩子游泳需要知道哪些安全知识? / 77
- 180 小儿烧烫伤如何进行家庭救护? / 79
- 181 如何预防家庭中的烧烫伤? / 80
- 182 儿童发生中毒的原因有哪些? / 80
- 183 为什么儿童中毒需要现场紧急处理? / 81
- 184 采取哪些措施可预防细菌性食物中毒? / 81
- 185 被狗咬伤后应采取哪些处理措施? / 82
- 186 被毒蛇咬伤可采取哪些措施? / 82
- 187 孩子被蜂蜇伤后应采取哪些措施? / 83
- 188 被蝎子蜇伤后应采取哪些措施? / 84
- 189 采用哪些措施可预防儿童发生触电? / 84

儿童心理卫生常识

- 190 父母如何重视儿童心理卫生? / 85
- 191 如何为儿童创造一个正常心理发展的环境? / 85
- 192 如何根据婴儿的心理特点促进其智力的发展? / 86
- 193 为什么说亲子关系在婴儿心理发展中具有重要意义? / 87
- 194 为什么要重视婴儿的动作发展? / 88
- 195 为什么要按照顺序发展孩子的动作? / 88
- 196 如何培养婴儿的言语能力? / 89
- 197 如何培养婴儿的饮食习惯? / 89
- 198 如何培养婴儿良好的睡眠习惯? / 90
- 199 如何训练婴儿的大小便习惯? / 90
- 200 幼儿的独立行动在幼儿心理发展中具有什么重要意义? 家长应如何对待? / 90
- 201 为什么要培养幼儿良好的行为习惯? / 91
- 202 父母如何对幼儿的个性萌芽进行引导和培养? / 92
- 203 如何训练和发展幼儿的言语能力? / 93

- 204 游戏在学龄前儿童的心理发展中具有哪些重要意义? / 94
- 205 如何激发儿童的学习兴趣? / 94
- 206 如何培养学龄前儿童良好的个性倾向? / 95
- 207 父母应如何理智地爱子女? / 96
- 208 为什么要掌握早期智力开发的最佳期? / 97
- 209 什么是学习障碍? / 97
- 210 如何对学习有障碍的儿童进行矫治? / 98
- 211 为什么青春期易出现心理和行为障碍? / 99
- 212 什么是抑郁? 儿童期抑郁症和青春期抑郁症有何不同? / 99
- 213 为什么抑郁症是青春期常见的情绪障碍? / 100
- 214 抑郁症的病因是什么? / 100
- 215 抑郁症的临床表现是什么? / 100
- 216 抑郁症的治疗措施主要有哪些? 预后如何? / 101
- 217 什么是物质滥用? / 101
- 218 物质滥用的原因是什么? / 101
- 219 物质滥用的种类及危害有哪些? / 102
- 220 如何预防和治疗物质滥用? / 102
- 221 儿童遗尿症的防治方法有哪些? / 103
- 222 言语发育延迟的防治方法有哪些? / 103
- 223 什么是儿童品行问题? / 104
- 224 为什么品行障碍重在预防? 有什么措施? / 104

儿童传染病

- 225 在家里照顾传染病患儿应注意什么事项? / 105
- 226 麻疹有什么特点? / 106
- 227 如何护理麻疹患儿? / 106
- 228 怎样预防麻疹? / 106
- 229 孩子出水痘要注意些什么? / 107
- 230 什么是风疹? / 107

儿童呼吸系统疾病

- 231 为什么会发生上感? 有什么临床特点? / 109
- 232 为什么患了上感不要滥用抗生素? / 110
- 233 上感咳嗽的用药指征有哪些? / 110
- 234 为什么小儿患上感, 还可能出现其他症状? / 111
- 235 为什么犬吠样咳嗽要引起医生高度重视? / 112
- 236 用什么措施预防小儿上感? / 112
- 237 如何诊断反复呼吸道感染? / 113
- 238 为什么反复呼吸道感染要进行综合治疗? / 113
- 239 孩子患肺炎的临床症状有哪些? / 114
- 240 怎样护理肺炎患儿? / 114
- 241 哮喘发作时有什么临床表现? / 115
- 242 哮喘的常用药物有哪些? / 115
- 243 哮喘孩子生活中应注意哪些方面? / 116

儿童心血管疾病

- 244 小儿的正常心率是多少? / 118
- 245 为什么不同年龄阶段的孩子的心率有差别? / 118
- 246 先天性心脏病是如何分类的? / 118
- 247 先天性心脏病常见的症状有哪些? / 119
- 248 病毒性心肌炎有哪些临床表现? / 120
- 249 得了病毒性心肌炎应该用什么方法治疗? / 121
- 250 什么叫风湿性心脏病? / 122

儿童神经系统疾病

- 251 单纯性高热惊厥有什么特点? / 123
- 252 为什么高热惊厥要去医院急诊? / 123