



NONGJIA SHUWU GONGCHENG SHUXI

“农家书屋”工程书系

农家 常见病防治

NONGJIACHANGJIANBINGFANGZHI

迟伟玲 主编



山东科学技术出版社
www.lkj.com.cn



NONGJIA SHUWU GONGCHENG SHUXI
“农家书屋”工程书系

农家

常见病防治

NONGJIACHANGJIANBINGFANGZHI

迟伟玲 主编

● 山东科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

农家常见病防治/迟伟玲主编. — 济南: 山东科学技术出版社, 2010 (2012. 重印)

(“农家书屋”工程书系)

ISBN 978-7-5331-5516-2

I. 农… II. 迟… III. 常见病—防治 IV. R4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 213527 号

主 编 迟伟玲

副主编 刘 敏 陈颖洁 陆作伟 姜晓东

编 者 罗晓春 李丽芝 孙丽凤 宋志芳

王振波 苏稼航

“农家书屋”工程书系

农家常见病防治

主编 迟伟玲

出版者: 山东科学技术出版社

地址: 济南市玉函路 16 号

邮编 250002 电话: (0531) 82098088

网址: www.lkj.com.cn

电子邮件: sdkj@sdpres.com.cn

发行者: 山东科学技术出版社

地址: 济南市玉函路 16 号

邮编 250002 电话: (0531) 82098071

印刷者: 莱芜市东方彩印有限公司

地址: 莱芜市高新区龙潭东大街

邮编 271100 电话: (0634) 5881222

开本 850mm × 1168mm 1/32

印张: 8

版次: 2012 年 5 月第 1 版第 3 次印刷

ISBN 978-7-5331-5516-2

定价: 13.00 元



NONGJIASHUWUGONGCHENGSHUXI

“农家书屋”工程书系

山东省“乡村阅读”工程

暨农家书屋建设协调领导小组办公室 编

序

“农家书屋”

中共山东省省委常委、宣传部部长 李 群

书籍是人类进步的阶梯。为满足人民群众日益增长的精神文化需求,保障农民基本文化权益,切实解决群众看书难问题,近年来党和政府在广大农村组织实施了“农家书屋”工程。这一工程,是社会主义新农村建设的基础性工程,是农村公共文化服务体系建设的重要方面,是深受农民欢迎的德政工程和民生工程。实施好这一工程,对于深入学习实践科学发展观,提高农民整体素质和农村文明程度,推进社会主义新农村建设和小康社会具有重要意义。

中央和山东省委、省政府高度重视“农家书屋”工程建设。中央领导同志多次视察“农家书屋”,给予充分肯定,并提出要加大投入,加快“农家书屋”建设的步伐。国家新闻出版总署等部委也相继出台文件,加强对“农家书屋”建设的规范和管理。省委、省政府对农村公共文化服务体系建

设高度重视,把“农家书屋”建设与广播电视村村通、文化信息资源共享、乡镇综合文化站和基层文化阵地建设、农村电影放映五大文化惠农工程作为实施文化强省建设的重要内容,专门成立了乡村阅读工程及“农家书屋”建设工作协调

小组,形成了党委、政府、社会、农民良性互动的建设局面。自“农家书屋”工程实施以来,财政不断加大投入,社会各界积极参与,目前已形成各类“农家书屋”两万余家,有力地推动了农村基层文化建设。

做好“三农”图书的出版发行,是实施好“农家书屋”工程建设的重要一环。能否不断推出农民群众“看得懂、用得上、买得起”的各类图书,直接关系到“农家书屋”作用能否得到有效发挥。为配合全省“农家书屋”建设工作,山东省新闻出版局组织省内部分出版社,邀请“三农”问题专家、农村致富带头人和知名作者,编写了这套《“农家书屋”工程书系》。这是为农民群众所做的一件非常有意义的事情。

我省是一个农业大省,虽然“农家书屋”建设有了良好的开端,但建设任务仍然很重。希望各级党委、政府和有关部门从加快推进经济文化强省建设的高度,把“农家书屋”工程作为一项事关当前、影响长远的重大工程,摆上重要议事日程,纳入经济社会发展规划、新农村建设规划和城乡文化建设规划。要进一步加大投入力度,制定完善政策,加强建设管理,在全省农村逐步建立起“供书、读书、管书、用书”的长效机制。各类出版单位要把“农家书屋”建设作为事业发展和服务群众的有效切入点,围绕农村阅读需求加强出版工作,促进新闻出版事业的进一步繁荣发展。要通过“农家书屋”工程的深入实施,不断用健康有益的出版物占领农村市场,用社会主义先进文化占领农村思想文化阵地,真正把“农家书屋”工程建设成农民满意工程、党和政府的放心工程。

目 录

MULU
农家常见病防治

一、常见疾病症状	1
(一) 发热	1
(二) 疼痛	3
(三) 水肿	7
(四) 皮肤黏膜出血	8
(五) 呼吸困难	9
(六) 咳嗽与咳痰	10
(七) 咯血	13
(八) 发绀	15
(九) 心悸	16
(十) 恶心和呕吐	17
(十一) 腹泻	18
(十二) 呕血与黑粪	20
(十三) 便秘	21
(十四) 黄疸	23
(十五) 尿频、尿急、尿痛	24
(十六) 尿失禁	26
(十七) 尿潴留	27

二、常见急症	29
(一)心绞痛	29
(二)心肌梗死	31
(三)急性心肌炎	32
(四)感冒	34
(五)急性支气管炎	37
(六)急性肺炎	39
(七)过敏性哮喘	40
(八)急性胃肠炎	41
(九)急性阑尾炎	43
(十)急性胰腺炎	44
(十一)急性胆囊炎	45
(十二)脑出血	46
(十三)脑血栓和脑栓塞	47
(十四)胆结石	48
(十五)肾结石	50
(十六)急性扁桃体炎	52
三、常见慢性病	54
(一)高血压	54
(二)冠心病	58
(三)慢性支气管炎	61
(四)慢性胃炎	63
(五)胃和十二指肠溃疡	65
(六)胆囊炎	68
(七)糖尿病	69
(八)甲状腺功能亢进	73

(九)关节炎	74
(十)化脓性中耳炎	75
四、传染性疾病	77
(一)病毒性肝炎	79
(二)结核病	82
(二)流行性出血热	84
(四)流行性感冒	87
(五)流行性脑脊髓膜炎	88
(六)流行性乙型脑炎	89
(七)狂犬病	92
(八)白喉	93
(九)麻疹	95
(十)脊髓灰质炎	97
(十一)流行性腮腺炎	98
(十二)百日咳	100
(十三)水痘	101
(十四)细菌性痢疾	102
(十五)蛔虫病	104
(十六)肠绦虫病	105
(十七)伤寒	106
(十八)斑疹伤寒	108
(十九)手足口病	109
五、常见肿瘤	112
(一)常见良性肿瘤	113
(二)食管癌	117
(三)胃癌	118

(四)肝癌	120
(五)肺癌	123
(六)大肠癌	126
(七)乳腺癌	128
(八)鼻咽癌	131
(九)宫颈癌	133
(十)膀胱癌	135
(十一)白血病	138
(十二)甲状腺癌	144
(十三)恶性淋巴瘤	146
六、常见性病	149
(一)淋病	150
(二)非淋菌性尿道炎	151
(三)尖锐湿疣	152
(四)生殖器疱疹	154
(五)梅毒	155
(六)艾滋病	157
七、农村家庭急救	159
(一)家庭心、肺、脑复苏术	159
(二)家庭急救常识	163

一、常见疾病症状

(一)发 热

正常人体温保持稳定,当体温升高超过正常范围时为发热,正常人体温在 $36 \sim 37^{\circ}\text{C}$ 。发热按体温高低,分为低热 $37.3 \sim 38^{\circ}\text{C}$ 、中度热 $38.1 \sim 39^{\circ}\text{C}$ 、高热 $39.1 \sim 41^{\circ}\text{C}$ 、超高热 41°C 以上。

【原因及表现】发热源于体温调节失衡,最常见的情况是感染性发热。由于细菌、病毒、支原体、真菌等入侵机体,不论引起的是急性、慢性、局限性,还是全身性感染疾病,均可引起发热,如感冒或流行性感冒、扁桃腺发炎、化脓性感染、急性胃肠炎、急性肾盂肾炎等。除感染性发热外,还有一些疾病也会引起不同程度的发热,如恶性肿瘤(癌症)、大面积烧伤、风湿热、脱水、甲亢、自主神经功能紊乱、中暑等,统称为非感染性发热。发热是最常见的疾病症状之一。

【家庭处理要点】

(1)首先明确诊断。发热的原因很多,首先必须观察病人的发热程度、变化情形及有无寒战、头痛、结膜充血、疱疹等其他症状,诊断是单纯的感冒,还是有其他潜伏的疾病。切不可误认为发热都是由于感染引起而滥用抗生素、退热药,尤其出现高热持续不退、长期低热、发热伴异常消瘦、高热突然降

到正常体温以下、发热伴剧烈头痛、发热伴面色发黄等情况时,应及时到医院就诊。

(2)物理降温。发热开始,无论是什么病都可先采取物理降温,高热时尤其必要。如休息,多饮白开水,促使出汗;温水或酒精擦浴;温热水泡脚半小时。以上三法需出微汗方可解热,千万不可到澡堂洗澡或劳动出汗。

(3)药物治疗。西药:可服阿司匹林或扑热息痛 1~2 片,或尼美舒利颗粒 1 包,口服;小儿可用 10%~20% 安乃近滴鼻,或消炎痛栓外用,或口服百服宁退热。中药:可用生姜 3 片、葱头 1 个、红糖少许,水煎,热服,出微汗;也可用感冒清热颗粒 2 包,或小柴胡颗粒 2 包,一日 3 次,冲服。

(4)发热不宜降温太快。因为发热是机体保护性的反射,发热本身可以提高机体抗病能力。一般 38℃ 以下低热不宜用退热药。

(5)出汗可将热量释放到体外,但体内的水分也会流失,水分不足就很难退热,因此,补充足够的水分是十分重要的。可多喝茶、凉开水和果汁等,出汗多时要补充盐分。

(6)发热容易消耗体力,因此,营养的补充也很重要。生病时肠胃消化较差,可吃些易消化的食物,可加些米汤、清汤或牛奶等较易入口的食物,并补充鱼、肉、蛋等蛋白质丰富的食品。水果及维生素也有助于补充体力。

(7)出汗后要勤换衣服,换衣时要小心不要着凉,屋里保持温暖。用热水蘸湿毛巾擦拭身体,再以干毛巾擦干身体,换干净的衣服。

(8)发热时细菌容易繁殖,要保持口腔清洁,饭后必须刷牙漱口。

(二)疼 痛

疼痛是常见症状,也是促使病人就医的主要原因之一。任何形式的刺激达到一定强度,都能引起疼痛。对疼痛必须明确诊断,恰当处理,以解除病人痛苦。

1. 头痛

【原因及表现】头痛的病因很多,常常一时难以确定头痛的原因,所以有“病人头痛,医生也头痛”之说。头痛常常由于过度劳累、紧张、受凉、睡眠少等原因引起。经过休息、充足的睡眠头痛即会消失,不太引起人们的重视。但某些疾病引起的头痛是一种信号,经过休息也不能恢复,应该引起重视。颅内病变和感染,如脑膜炎、脑脓肿、肿瘤、脑出血、脑栓塞、脑外伤等;颅外病变,如颅底肿瘤、颈椎病、三叉神经痛;眼、耳、鼻等五官疾病;全身性疾病,如感冒、发热、高血压、中毒等;神经系统疾病,如神经衰弱等都可以引起头痛。根据头痛的部位、性质、伴随的症状及发展的情况,一般是能够弄清头痛病因的。

【家庭处理要点】

(1)不太严重的头痛可先休息、头部按摩、放松肌肉,一般可以缓解。

(2)感冒等原因明确的头痛,可以服用解热镇痛药。

(3)初步处理不能缓解,急剧、不断加重、持续的头痛,一定要及时到医院请专科医师检查。由专科医师在进行详细的病史询问和体格检查后,判断头痛可能是由哪些疾病引起的,

还需要进行哪些检查,明确诊断后给予对症处理,以免贻误病情。

(4)在没有弄清楚引起头痛的病因之前,切忌盲目服用止痛药。如果头痛确实难以忍受,应由专科医师指导服用止痛药。

(5)在明确病因(找到了引起头痛的疾病)后,止痛的关键是针对病因治疗,在此基础上才适当服用止痛药物。

2. 胸痛

从头颈到最下面一根肋骨的范围之内,任何部位的疼痛统称为胸痛。胸痛与胸腔内的心脏、肺、气管、食管等器官及胸壁的肋骨、胸肌有关。有的胸痛是刀刺样,有的是压痛、灼痛,有的是持续性的钝痛。因为胸痛可能是严重的心脏病或肺部疾病,需要立刻紧急治疗,千万不能耽误。

【原因及表现】

(1)心绞痛:胸部压迫性疼痛,持续几分钟(少数可持续半小时)。

(2)心肌梗死:胸部压迫性疼痛更剧烈持久,并牵扯左肩和左臂(放射痛)。

(3)食管疾病:胸部中央有烧灼痛,弯腰时加剧。

(4)急性肺炎、支气管炎:胸痛、咳嗽、咳痰、发热,体温在38℃以上。

(5)带状疱疹:胸部皮肤灼痛,呼吸对胸痛无影响,皮肤上渐渐生出水泡。

(6)胸部受伤:有受伤经历,局部压痛明显。

【家庭处理要点】

(1) 注意胸痛的性质和除胸痛外的其他症状,初步判断胸痛的原因,如是危及生命的心肺重大疾病,应根据急救原则给予及时的初步处理。

(2) 及时就诊,不可盲目服用止痛药。

3. 腹痛

【原因及表现】

(1) 腹膜炎:多是由于胃与十二指肠溃疡穿孔、胃癌穿孔及肠穿孔引起,呈持续性、广泛性剧烈腹痛并伴有腹肌紧张(肚子很硬)。

(2) 腹腔器官急性炎症:急性胃炎、急性肠炎、急性肝炎、急性胆囊炎、急性胰腺炎、急性阑尾炎及急性肾盂肾炎等,疼痛部位多为病变部位,胃、十二指肠、胰腺疼痛在中上腹部,肝及胆囊在右上腹,阑尾在右下腹部,小肠在肚脐周围,结肠在左下腹部等,通常伴有发热。

(3) 阻塞或扭转:常见于胃黏膜脱垂、急性肠梗阻、胆道蛔虫症、胆结石、肾与输尿管结石及卵巢囊肿蒂扭转等。

(4) 破裂出血:常见于肝脾破裂、宫外孕等。

(5) 血管阻塞:常见于肠系膜动脉硬化及梗死、门静脉栓塞、脾梗死、肾梗死、腹主动脉瘤等。

(6) 胸部疾病牵拉痛:如肺炎、胸膜炎及急性心肌梗死等。

(7) 全身中毒性疾病:如铅中毒、糖尿病酮症及尿毒症等。

(8) 其他:如急性胃扩张、胃肠痉挛、痛经、肠道蛔虫等。

【原因及表现】

(1)腹腔慢性炎症:如慢性胃炎、胃及十二指肠溃疡、慢性胆囊炎、慢性结肠炎、慢性胰腺炎等。

(2)恶性肿瘤:胃癌、肝癌、肠癌、胰腺癌、卵巢肿瘤等,癌症早期往往无症状。

(3)其他:如慢性铅中毒、尿毒症、胃肠功能紊乱等。慢性腹痛发病较缓慢,疼痛性质以隐隐作痛、钝痛为主,但不同疾病疼痛性质不同。

【家庭处理要点】

(1)急性剧烈疼痛或存在便血、吐血的情况,要尽快到医院挂号急诊。

(2)疼痛长久不愈、疼痛性质改变或其他症状加剧时,也必须接受医生的诊断。

(3)若是因暴饮、暴食或不洁饮食等原因而造成腹痛,就不必过于担心。

(4)不清楚病因时,先不要胡乱吃药,以免掩盖症状,造成误诊。

(5)不同病因引起的腹痛,给予不同的对症处理。

【生活饮食调养】

(1)保持乐观情绪,心情舒畅,注意平时尽量减少情绪波动,防止七情内伤,遇事切勿急躁,一切顺其自然。

(2)注意个人卫生,做到便后洗手,不吃生冷食物,避免暴饮暴食、酗酒,不吃剩菜剩饭及腐烂变质的食物,少吃凉拌菜。

(3)饮食宜清淡,寒热适宜,稍热为好,勿食油炸、盐腌、熏烤食品,多吃五谷杂粮及蔬菜、水果,不要饭后马上吃水果。吃饭要杂要慢,要细嚼慢咽,只吃七成饱,特别要注意的是在

吃饭时不要生气。

(4) 戒除烟酒,不喝浓茶、咖啡。

(5) 平时注意气候变化,夜间注意腹部保暖。

(6) 坚持适当的运动锻炼,提高身体抗病能力。

(三) 水 肿

人体内组织间隙水分积聚,排不出去时就是水肿,分为全身性水肿和局部性水肿,在胸腔、腹腔等体腔内的称为积水。

【原因及表现】大部分的水肿是由肾脏或心脏疾病所引起的,肝病、蛋白质不足引起的营养失调或更年期激素水平异常等也会造成水肿。体重增加的同时,会出现眼皮水肿、脚踝或小腿水肿。若从脸部开始水肿,继而扩大到全身时,患肾脏病的可能性很高。若从脚开始水肿,则可能是心脏病、低蛋白血症、肝硬化等。怀孕后期,全身及脚都很容易出现水肿;水肿严重,就有可能是妊娠毒血症。以上的水肿,用手指压,会有水分移动,形成凹陷。若以手压也不会凹陷,仍然水肿,可能是甲状腺功能低下或药物副作用所引起的。长时间站立所造成的水肿,不是异常现象。

【家庭处理要点】

(1) 及时就诊,查明原因,就诊时根据以上列出的病因及表现选择挂号科室。

(2) 出现水肿时,要限制水分和盐分的摄取,水肿初期或水肿较甚者应给予无盐饮食;肿势减退后,可逐渐改为低盐饮食。

(3) 促进身体多余的水分排出,即利尿,利尿药的应用必