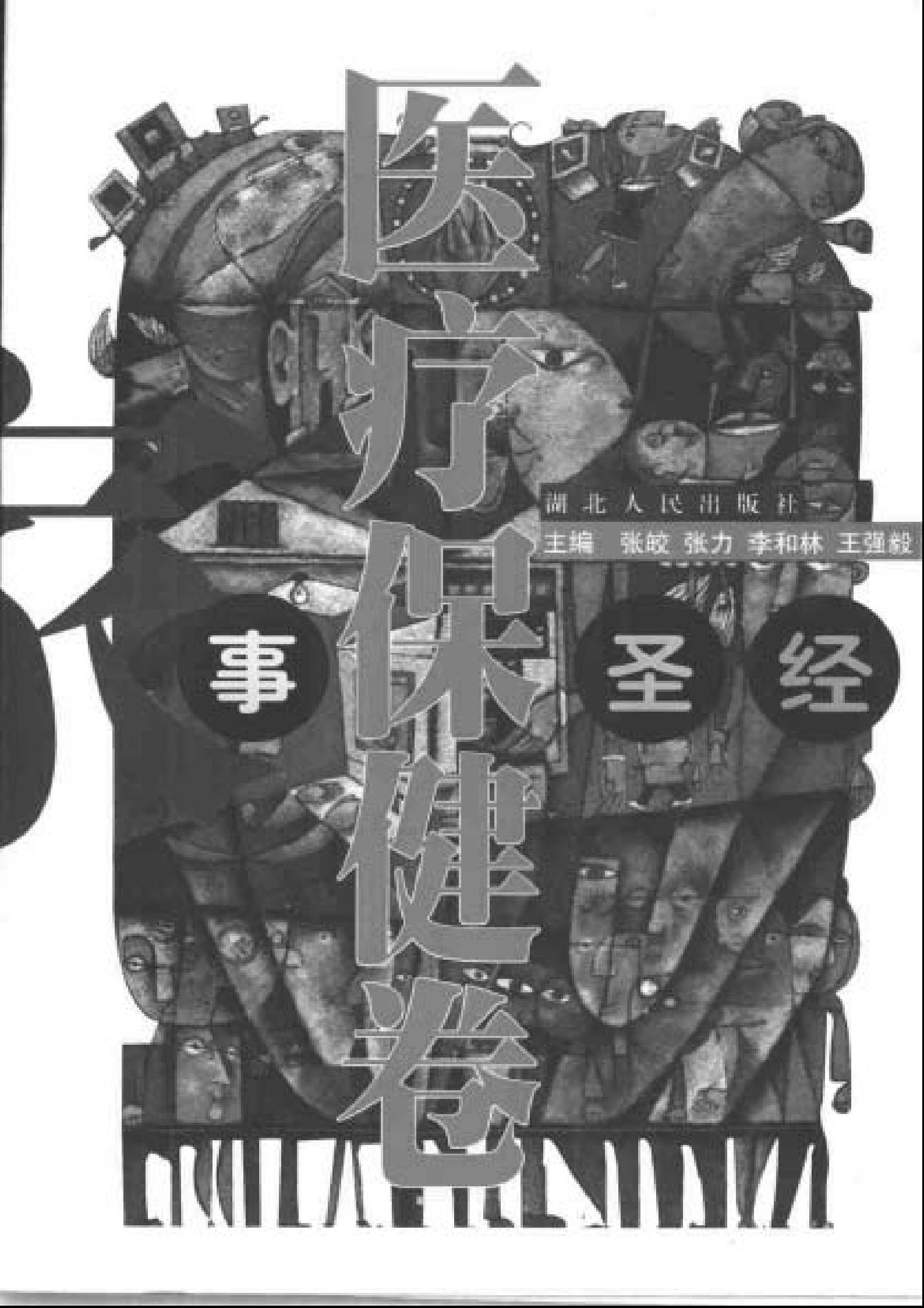




医疗保健卷

湖北人民出版社
主编 张皎 张力 李和林 王强毅

事

圣

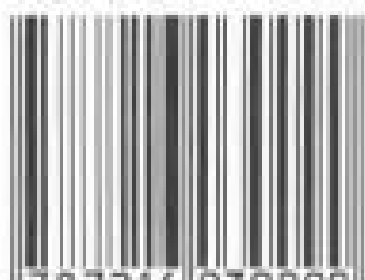
经



家事圣经

医疗保健卷

ISBN 7-216-03009-5



9 787216 030090 >

ISBN 7-216-03009-5

R·23 定价: 89.80 元

家事圣经

主编 张皎 张力 李和林 王强毅
湖北人民出版社



医疗 保健卷

鄂新登字 01 号

家事圣经 医疗保健卷

张 皎 李和林 王强毅 主编

出版：湖北人民出版社
发行：

地址：武汉市解放大道新育村 33 号
邮编：430022

印刷：武汉市科普教育印刷厂
开本：850 毫米×1168 毫米 1/32
字数：1808 千字

经销：湖北省新华书店
印张：57
插页：6

版次：2001 年 1 月第 1 版
印数：1—5 500

印次：2001 年 1 月第 1 次印刷
定价：89.80 元

书号：ISBN 7—216—03009—5/R·23

编写人员

于 惠	马 涛	马春阳	王 雪	王利民
王冬花	王建国	王强毅	方武威	毛小梅
田振国	孙淑影	石佳宁	冯 智	刘 洪
刘 然	刘自立	刘国强	李 健	李和林
李小勇	李少明	李文生	向日升	朱承志
陈 炯	陈大勇	陈依民	陈怀仁	何晓光
肖洪彬	沈国辉	邵 平	闵作平	张 力
张 皎	张 斌	周 正	周想全	郑和平
杨 丽	杨 虹	林 玲	钟 声	赵 霞
赵健康	胡 元	胡家昌	胡贤容	徐玉珍
徐凤清	钱冬生	黄志和	傅汉民	彭建国
董立志	董文斌	程 明	曾宪清	戴运金

目 录

内 科

不同季节患感冒有不同的特点.....	1
怎样防治感冒.....	2
感冒治疗四误.....	2
巧治感冒.....	3
警惕药物性肺病.....	6
何谓病灶型扁桃体炎.....	6
严重脱发需查心脏.....	7
年纪大者发生夜间气促应警惕心脏病变.....	7
心脏病发作的六大信号.....	8
万一你得了心脏病.....	9
心脏病与食菠萝.....	9
老年人心脏病的早期征象	10
心脏病患者:上午服药 下午锻炼.....	11
红葡萄酒何以能预防心脏病	11
心脏病入清晨小便应在床头	12
心脏早搏的原因和临床表现	12
心脏过早搏动的特点	12
什么是早搏	13
发生早搏应注意什么	13
何为窦性心律不齐	14

什么是病窦综合征	14
心衰病人的自我保健	14
什么是冠心病	15
耳垂皱褶是冠心病的标志	15
无症状心肌缺血——冠心病的又一表现	16
无症状心肌缺血者有三种类型	16
冠心病与用药	17
少量饮酒不能治冠心病	18
冠心病人的生活规律	19
冠心病患者洗澡三忌	19
冠心病人不宜早晨锻炼	20
冠心病人的夜间保健	20
治冠心病及其他心脏病的偏方	21
胸痛作心电图正常者不要大意	24
十种类型的心绞痛	24
如何区分真假心绞痛	26
心绞痛的即时处理	27
食管痉挛症与心绞痛的区别	27
胆囊炎也会引起心绞痛	27
更危险的心肌梗塞	28
急性心肌梗塞的诱因、先兆与急救	28
心肌梗塞恢复期应注意什么	29
心肌梗塞后发生猝死的原因有哪些	30
“心肌梗塞后综合征”是怎么回事	31
急性心肌梗塞的形形色色	31
缺乏维生素B ₆ 会诱发心肌梗塞	32
影响心肌梗塞后恢复好坏的因素	32
不吃早餐易患心肌梗塞	33
心肌梗塞病人痊愈以后	33
心肌梗塞病人恢复期猝死的原因及预防	33
如何认识脑血管病的危险因素	35

脑内血肿的危害及预防	36
动脉硬化有何征兆	36
老年人脑动脉硬化的信号	37
预防动脉硬化的措施	37
冬季猝发心脑血管病的另一诱因——维生素C缺乏	38
防治心血管疾病的饮食要略	39
何为脑栓塞 脑栓塞的临床表现及治疗	40
中风危险因素知多少	41
中风	42
脑中风后须防肌萎缩	43
你知道血糖的正常数值吗	43
尿糖、血糖、糖尿病	44
尿糖阳性并不一定是糖尿病	44
糖尿病早期诊断的线索	45
糖尿病十大信号	46
防治糖尿病的一道防线	46
由耳垢预测糖尿病	48
警惕糖尿病的眼部病变	48
糖尿病与眼盲	49
说说糖尿病	49
糖尿病足部溃疡的防治	50
糖尿病患者如何预防大肠癌	50
关节炎病人查查尿糖	51
糖尿病患者是否要控制“糖”	51
糖尿病患者能吃水果、蜂蜜吗	52
纤维素也属糖类,为何鼓励糖尿病患者多吃	52
糖尿病患者饮食注意事项	52
糖尿病人只限制主食行吗	53
糖尿病患者吃哪些蔬菜好	53
为什么糖尿病患者要多食含锌、铬多的食物	54
运动与糖尿病	55

糖尿病患者运动指南	55
矿泉浴治疗糖尿病	56
治糖尿病的偏方	56
怎样才算患了高血压病	57
头痛头晕常是高血压的早期信号	58
与高血压有关的不良感觉	58
高血压病人用药不当麻烦多	58
高血压病人清晨服药效果好	58
高血压病人能服补药吗	59
血压不宜骤降	59
降血压谨防操之过急	60
高血压患者的健康处方	61
高血压病人十戒	61
老人血压多少为好	62
老年高血压治疗中须注意的问题	63
高血压患者忌“饭后百步走”	63
高血压患者用冰箱要慎重	63
高血压患者不宜紧束裤带	64
治高血压的偏方	64
高血压患者须防鼻出血	67
体位性高血压是怎么回事	68
十月以后测血压	68
慢性萎缩性胃炎的病因与症状	68
慢性胃炎患者的饮食要点	69
慢性胃炎的预防	70
如何防治“药源性胃病”	71
慢性胃炎患者为何要进行抗 HP 菌治疗	72
胃切除后为何还要复查	73
胃切除后为何要注意补钙	73
胃痛患者宜朝左睡	74
为什么有些人一饿胃就痛	74

巧治胃痛	74
胃溃疡与十二指肠溃疡疼痛如何区分	76
巧治胃及十二指肠溃疡	76
为什么溃疡病患者要维持治疗	77
患了溃疡病一定得少吃多餐吗	78
为什么溃疡病患者要戒烟	78
溃疡病患者能饮酒吗	78
溃疡病人能吃辣椒吗	79
多食脂肪酸可减少溃疡病的发生	79
老人做胃镜应注意什么	80
什么是胆汁返流性胃溃疡	80
消化性溃疡复发的预防	80
血脂虽属平常事 百病相关审功过	81
高脂血症者饮食注意事项	83
高脂血症可致老年人耳聋	83
吃脂肪过少为啥反而会发胖	84
恒定的体重比减肥重要	85
矿泉治疗肥胖病	85
什么是脂肪抽吸术	85
怎样认识甲亢的一些检查	86
甲亢病人为何突眼	87
甲亢病人都要开刀吗	87
什么是甲状腺机能亢进症	88
什么是甲状旁腺功能亢进症	89
治甲状腺肿大的偏方	90
偏方治急性胃肠炎	91
偏方治慢性胃肠炎	92
偏方治消化不良	94
顽固性呃逆怎么办	97
怎样保护肾脏	98
形形色色的畸形肾	98

肾亏不等于肾脏有病	99
肾炎“七兄弟”	100
慢性肾炎病人易贫血	101
急性肾炎是怎么回事,饮食要注意什么	101
狼疮性肾炎的治疗	102
狼疮性肾炎是怎么一回事	102
如何自我发现隐匿性肾炎	103
哪些因素可致尿毒症	103
患了肾下垂怎么办	104
肾炎病人的饮食	104
治急、慢性肾炎的偏方	105
老年人常见的内科肾脏疾病的特点	107
偏方治肾虚腰痛及遗尿	108
偏方治浮肿、腹水	110
罹患肝囊肿不必顾虑多	114
得了脂肪肝怎么办	114
脾脏肿大的原因	115
结肠内风湿病是怎么回事	116
如何及早发现“狼疮”病	116
红斑狼疮的忌口	117
什么叫X综合征	118
什么叫爱迪森氏病	118
气虚是怎么一回事	118
下肢静脉郁血的原因及表现	119
热度越高并非病情越重	120
脂肪肝是怎么引起的	120
胆汁返流是怎么回事	121
怎样预防痛风	121
矿泉浴治疗痛风	122
偏方治尿路感染	122
贫血的病因有哪些	124

贫血与低血压·····	124
老年人常见的贫血·····	125
几种可遗传的贫血·····	126
用铁锅能防贫血吗·····	126
饮茶影响缺铁性贫血的治疗·····	127
喝牛奶反而会加重贫血·····	127
治贫血的偏方·····	127
治血友病、血小板减少及紫癜的偏方·····	129
紫癜之良恶性辨·····	130
便秘害处有多少·····	131
便秘的隐患与防治·····	132
老年人便秘如何防治·····	133
治便秘的偏方·····	133
老年人应该体检哪些项目·····	134
微量元素与内分泌疾病·····	135
胃性哮喘是怎么回事·····	135
预防哮喘病应注意什么·····	136
得了心源性哮喘怎么办·····	137
什么叫支气管哮喘·····	138
支气管哮喘的治疗·····	139
哮喘患者如何正确使用气雾剂·····	139
支气管哮喘易发生的时间·····	140
老慢支病人如何排痰·····	141
感冒后咳嗽不断怎么办·····	141
胃性呛咳的防治·····	142
什么样的咳嗽应及早就医·····	143
感染性心内膜炎的临床表现与防治·····	143
什么是感染性心内膜炎·····	144
前葡萄膜炎的病因·····	144
感冒与病毒性心肌炎·····	145
细菌性肺炎的病因及症状·····	145

细菌性肺炎是啥病·····	146
什么是中暑?怎样防治·····	146
感暑与中暑是否一码事·····	147
常见的感暑有哪几种?应怎样治疗·····	147
治感暑有哪些简便方法·····	148
中暑有几种·····	148
户外防中暑·····	149
夏季钓鱼防中暑·····	149
解暑的偏方·····	149
治脚气的偏方·····	150
什么是慢性支气管炎?有哪些主要症状·····	151
怎样防止慢性支气管炎的急性发作·····	151
慢性支气管炎可以治愈吗?其治疗原则是什么·····	152
老年哮喘患者慎用氨茶碱·····	152
什么是肺气肿·····	152
肺气肿的治疗及预防·····	153
老人得了肺炎有什么特点·····	154
感冒、慢性支气管炎及肺气肿与肺心病有什么关系·····	155
什么是支气管扩张,如何防治·····	155
如何区别咯血与呕血,大咯血时怎么办·····	156
胃里长石头是怎么回事·····	157
为什么不宜用小苏打治疗胃病·····	158
什么是溃疡性结肠炎?如何防治·····	159
怎样防治高血压病·····	160
怎样防治心动过缓·····	160
腹痛有哪些常见原因?如何处理·····	161
风湿性心脏病的治疗·····	162
心包炎为什么会引起肝大和腹水·····	163
如何诊治病毒性心肌炎·····	164
正确认识胆固醇·····	164
尿毒症是种什么病·····	165

什么是再生障碍性贫血? 如何防治	166
什么是白血病? 如何治疗	167
胸膜炎有哪些临床症状	168
为什么心脏病患者易猝死	169
血管扩张剂能治心衰	170

外 科

痈有什么特点	172
痈的治疗和护理	172
什么是疖子	172
疖肿的防治	173
面部长疖为什么不能挤压	173
面部疖肿的预防和处理	174
偏方治疖、痈、丹毒疮	174
痔疮有哪些症状	177
怎样预防痔疮	177
怎样治疗痔疮	178
痔疮手术后应注意些什么	178
痔疮手术后还会复发吗	179
治痔疮的偏方	179
便后一次洗 痔疮不沾边	180
肛裂是如何形成的? 怎样防治	180
肛裂的自我治疗	181
肛瘘是怎样形成的? 有哪些临床表现	181
肛瘘应如何治疗	182
肛瘘能不开刀吗	183
老年人脱肛的简易治疗	184
急性阑尾炎有哪些表现	185
阑尾炎的防治	185
腹股沟疝发生的原因和症状有哪些? 如何治疗	185

急性胰腺炎 有哪些表现·····	186
什么叫急性胰腺炎? 哪些人易患急性胰腺炎·····	186
什么是食管裂孔疝·····	187
食道裂孔疝的临床表现·····	187
胆绞痛为什么多在夜间发作·····	188
哪些人易患胆结石·····	188
怎样治疗胆结石·····	189
吃药能把胆结石消掉吗·····	190
胆结石病人不宜左侧睡·····	190
胆囊病患者要吃素吗·····	190
胆囊切除后仍应控制脂餐·····	191
胆囊结石的体外震波碎石治疗是怎么回事·····	192
如何防止肾结石复发·····	192
肾结石的防治·····	193
肾结石患者的饮食应注意事项·····	193
尿路结石病人的饮食应注意什么·····	194
尿路结石者应少吃笋·····	194
治结石症的偏方·····	195
肠道手术后宜早期下床活动·····	195
为什么发生肠粘连·····	196
话说肠粘连·····	196
“肠粘连”该怎么吃·····	197
什么是肠梗阻? 有哪些临床表现·····	197
怎样防治肠梗阻·····	198
胃粘膜脱垂是什么病·····	199
胃下垂的自我锻炼·····	199
胆道蛔虫症的症状与治疗·····	200
什么叫膀胱输尿管反流以及它的危害·····	201
肝囊肿是怎么回事·····	202
项韧带炎的表现及治疗·····	202
肢体淋巴性水肿的原因及治疗·····	203

先天性幽门狭窄是怎么回事.....	204
先天性唇裂什么年龄做手术好.....	205
扁桃腺发炎需摘除吗.....	205
门诊小手术前后应注意些啥.....	206
先天性心脏病手术的最佳时机.....	207
下肢静脉曲张出血不能扎止血带.....	208
患有食道静脉曲张一定得开刀吗.....	208
长了“对口疮”怎么办.....	209
甲沟炎如何防治.....	209
什么是破伤风？怎样预防.....	210
什么样的伤口容易患破伤风.....	210
手部肌腱断了怎么办.....	211
手部小伤口可以忽视吗.....	211
用手掐住腕部能止住手外伤出血吗.....	212
手指骨折了怎么办.....	212
打石膏会引起关节炎吗.....	213
什么是急性淋巴结炎.....	213
怎样防治急性淋巴管炎.....	214
甲沟炎怎么治疗.....	214
急性腹膜炎是怎么引起的.....	214
胃肠穿孔如何防治.....	215
脾破裂有何症状.....	216
为什么发生脾破裂时必须及时抢救.....	216
为什么溃疡病会引起幽门梗阻.....	217
所有的溃疡穿孔都必须手术治疗吗.....	217
为什么有时会发生自发性食管破裂.....	218
胸腔及肺内异物的处理.....	218
为什么开胸术后要鼓励病人咯痰.....	219
为什么有的疟疼痛剧烈难以还纳.....	220
胃肠道异物不是都有严重后果.....	220
甲状腺肿都需手术治疗吗.....	221

甲亢病人术前为什么要服碘剂治疗·····	221
甲状腺手术病后出现呼吸困难和窒息怎么办·····	221
甲状腺手术后出现手足抽搐怎么办·····	222
为什么甲状腺手术后病人有时出现声音嘶哑和饮水呛咳·····	222
为什么腰麻后易引起恶心呕吐和头痛·····	223
手术后病人常发生便秘和尿潴留是什么原因·····	223
全麻术后病人短时间内不宜进食·····	224
腹部手术后病人为什么有时会出现胃扩张·····	224
胳膊骨折手腕为什么下垂·····	225
什么叫疲劳骨折·····	225
特发性股骨头坏死是种什么病·····	225
什么是坐骨神经痛·····	226
小儿先天性腭鞘狭窄应手术治疗·····	227
神经断了还能接上吗·····	227
毒蛇咬伤的治疗·····	228
蜂螫伤的治疗·····	229
蝎螫伤的治疗·····	230
蜈蚣刺伤的治疗·····	230
肩关节周围炎的治疗·····	230
什么是化脓性骨髓炎·····	231
落枕了怎么办·····	232
血栓闭塞性脉管炎的治疗·····	233
少数病人手术后为什么会出血,如何处理·····	234
为什么有的手术切口会久治不愈·····	235
小肠切除对人体有什么影响·····	235
脑卒中可以进行手术治疗吗·····	236
心脏能安静无血的接受手术·····	237

妇 科

哪些情况应该提前结束妊娠·····	238
-------------------	-----