

中国
自然百科全书

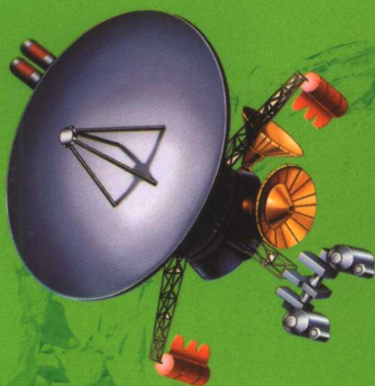
医疗保健

——重视生命的义务

ZHONGGUO
ZIRAN BAIKE QUAN SHU

专业丰富的知识 · 活泼生动的方式 · 浅显易懂的语言

《中国自然百科全书》文字简洁,浅显易懂,本书涵盖物理、化学、生物、生态等学科知识。是一本方便实用的自然百科大全。



中国环境科学出版社
学苑音像出版社

《中国自然百科全书》

编委会

主 编 黄 勇

编 委 (按姓氏笔划排列)

王 枫	王小宁	关 林	江天涛
冯 刚	朱晓平	刘 风	刘建伟
刘二斌	何向阳	李 楠	李 哲
李晓清	李耀文	吴 昊	宋 涛
张 可	张 戈	张 颖	张晓枫
范向东	姜雨轩	南 玲	萧 潇
韩家宝	程 林	程 鹏	

目 录

一、健康知识	(1)
人体的九种报警	(1)
世界性流行病	(2)
全球致命的十大疾病	(5)
本世纪四大“瘟疫”	(6)
当今文明病种种	(7)
健康的定义	(8)
健康的十条标准	(9)
癌与生活方式有关	(10)
癌症与免疫功能	(11)
癌症与遗传	(12)
癌细胞转移	(12)
人为什么会生病	(13)
经常碰到的致病因素	(15)
人为什么多在清晨死亡	(18)
全面的健康观	(19)
更新健康观	(20)
暴饮暴食可以致命	(22)
微量元素量虽“微”而作用大	(23)
缺锌影响发育	(25)
萝卜可抗癌	(26)

●中国自然百科全书

常吃蜂蜜, 延年益寿	(28)
“全能营养食品”——花粉	(29)
“小人参”——胡萝卜	(30)
大蒜能防病	(32)
第七营养素	(33)
药补不如食补	(35)
一氧化碳中毒	(36)
现场急救溺水者	(38)
抢救高温中暑的关键	(39)
口对口呼吸法	(41)
急性心肌梗塞患者的抢救	(42)
心跳骤停能救活	(44)
二、现代医学	(47)
综合性医院	(47)
体格检查	(47)
血压	(48)
血常规	(48)
尿常规	(49)
肝功能检查	(49)
钡餐造影	(50)
胃镜	(50)
心电图	(50)
脑电图	(51)
放疗、化疗	(51)
透析	(52)
引流	(52)

抗生素	(52)
先锋霉素 (头孢霉素)	(53)
青霉素	(53)
吗啡	(54)
杜冷丁	(54)
阿司匹林	(54)
凡士林	(55)
麻黄碱	(55)
硝酸甘油	(55)
干扰素	(56)
活性钙	(56)
伟哥	(57)
福尔马林	(57)
流行性感冒	(58)
天花	(58)
甲肝	(58)
急性结膜炎 (红眼病)	(59)
狂犬病	(59)
伤寒	(60)
霍乱	(60)
鼠疫	(61)
疟疾 (打摆子)	(61)
猩红热	(62)
禽流感	(62)
血吸虫病	(62)
高血压病	(63)

● 中国自然百科全书

动脉硬化	(64)
冠心病	(64)
心肌炎	(64)
脑血栓	(65)
胃下垂	(65)
肝硬化	(66)
脂肪肝	(66)
阑尾炎	(66)
胆结石	(67)
疝气	(67)
贫血	(68)
白血病	(68)
血友病	(68)
侏儒症	(69)
甲状腺功能亢进症	(69)
糖尿病	(70)
低血糖	(70)
尿毒症	(70)
膀胱炎	(71)
肾功能衰竭	(71)
肾结石	(72)
前列腺炎	(72)
前列腺肥大	(72)
中风	(73)
癫痫	(73)
帕金森症	(74)

脑积水	(74)
青光眼	(74)
白内障	(75)
视网膜脱落	(75)
色盲、夜盲	(76)
美尼尔病（内耳性眩晕症）	(76)
尖锐湿疣	(77)
梅毒	(77)
淋病	(77)
鬼剃头	(78)
湿疹	(78)
银屑病（牛皮癣）	(79)
红斑狼疮	(79)
白癜风	(79)
狐臭	(80)
软组织损伤	(80)
骨质增生	(81)
脊髓灰质炎（小儿麻痹后遗症）	(81)
肩周炎	(81)
颈椎病	(82)
腰椎间盘突出症	(82)
超声刀	(83)
激光刀	(84)
射频切除术	(85)
生化检验	(86)
γ 刀（伽马刀）	(88)

中子刀	(89)
超微诊疗	(90)
CT	(91)
染色体染色	(93)
DNA 鉴别法	(94)
激光清除术	(96)
磁共振成像术	(97)
内窥镜	(99)
微型技术	(101)
电子视觉技术	(103)
X 光结晶学	(104)
基因疗法	(106)
活细胞疗法	(107)
脑磁图	(109)
三维超声波扫描	(109)
试管婴儿	(111)
器官移植	(112)
心脏移植	(114)
肾脏移植	(116)
肝脏移植	(117)
骨髓移植	(118)
脑移植	(119)
肺脏移植	(120)
胰脏移植	(120)
肠脏移植	(121)
异种移植	(121)

造血组织移植	(123)
人工心脏及心脏瓣膜	(124)
人工肾脏	(126)
核医学	(127)
下肢静脉曲张	(129)
饮酒会诱发高血压	(130)
儿童多动症	(131)
常吃钙片也会缺钙	(132)
音乐治病	(133)
全身麻醉不会损伤智力	(134)
大手术前要禁食	(135)
血型相同也要谨慎输血	(136)
输血的利弊	(137)
术后早活动	(138)
腹部手术易发肠粘连	(139)
小肠气	(140)
阑尾炎	(141)
骨折的治疗	(142)
尿结石	(143)
破伤风	(145)
不开颅脑部手术	(146)
不开胸心血管病手术	(146)
烧伤病人要防感染	(147)
断肢再植	(148)
“21 世纪的瘟疫”——艾滋病	(149)
人体免疫系统	(151)

●中国自然百科全书

中医看病要观察舌头	(153)
药片要用温开水送服	(154)
要在规定的时间服药	(155)
维生素不宜滥服	(156)
青霉素与皮试	(157)
吃药、打针治疾病	(158)
不要乱吃补药	(160)
口服抗菌药物不能无故“升级”	(161)
滥用止痛药有大害	(162)
外用药严禁内服	(164)
抗生素治胃炎和溃疡病	(165)
中西药不能随意合用	(167)
腰穿对身体无害	(168)
针灸治病	(170)
按摩的保健治疗作用	(171)
煎中药的讲究	(173)
乙肝表面抗原化验	(174)
“两对半”检验	(176)
三、传统医学	(179)
中国医学起源	(179)
医生称“大夫”的由来	(181)
古代的酒店	(182)
中药之乡集锦	(183)
中药命名	(184)
“中药”一词的由来	(184)
中药得名趣谈	(185)

中药药理	(188)
中医学里的精气神	(189)
中医源流三字经	(190)
中医术语	(192)
古老神奇的藏医药	(193)
灵芝为什么灵	(194)
人参古今谈	(195)
端午三药	(196)
“行军散”的来历	(198)
食疗的渊源	(198)
中国的第五大发明	(200)
炼丹术与化学药物	(202)
中医独特的舌诊技术	(204)
古代的人体解剖学	(206)
音乐与养生	(208)
孙思邈养生长寿歌	(208)
陆游的养生经	(209)
乾隆养身十六字诀	(210)
十叟长寿歌	(211)
健身养生歌	(211)
养生长寿“十乐”	(212)
益寿三字经	(213)
十种人最容易早死	(213)
常见的癌症	(214)
中西医的区别	(215)
中医治疗的基本原则	(216)

中医治病的整体观	(216)
中医的“望、闻、问、切”	(217)
人体经络	(218)
经络穴位	(219)
中医“补药”	(219)
冬病夏治	(220)
夏病冬治	(221)
急救穴位“人中”	(222)
人体重要穴位	(222)
药引	(224)
中成药	(224)
君臣佐使	(225)
炮制	(225)
丸散膏丹	(225)

一、健康知识

人体的九种报警

据德国学者研究：大多数疾病并非一夜之间就会出现。它们经常经过数年时间，通过一些典型的报警信号宣告它们的存在。

皮肤干燥 干燥的皮肤缺乏防止霉菌、细菌和环境毒素侵袭的能力。其主要原因是：荷尔蒙失去平衡。雌酮片有助于治疗这种疾病。

头痛 经常头痛是一种严重的警告信号。头痛最常见的原因是：身体和精神过度紧张和身体痉挛。头痛也可能预示眼睛屈光不正。如果突然出现头痛，这可能是三叉神经受到损伤。

掉头发 一个人每天掉 30—60 根头发是正常现象。如果每天掉 100 多根头发，那么，就必须请医生对头发进行分析。

口臭 某人如果呼吸时闻到丙酮的气味，那么，他就有患糖尿病的嫌疑。某人如果有“粘土味”的口臭，那么，他也许患有肝硬变或肝炎等疾病。某人的口臭如果像尿味，那么，他也许得了肾病。某人如果在呼吸时呼出腐烂气味，那么，这大多是牙齿发炎或者牙龈发炎。

耳鸣 某人耳朵里有嗡嗡声或叮叮咚咚声，这经常是他可能患了中耳炎的最初迹象。如果某人耳内有叩击声，这预示他患有高血压病。糖尿病、食物过敏反应和循环障碍也能引起

耳鸣。

眩晕 某人如果耳朵突然失聪或者四肢里有蚁走感，那么，这多数是他得中风病的先兆。如果某人突然严重头晕，并伴有头痛、恶心、呕吐或者意识障碍，那么，他也许患了脑溢血病。眼睛不适也经常引起头晕，如眼镜不合适，或者患了白内障病。

肝痣 平均每 40 个人中，就有一个有肝痣。如果某人突然有新的肝痣出现，或者肝痣增多和扩大，肝痣疼痛、肝痣的边缘不清晰、结痂或者开始流血，这个人有患皮肤癌的嫌疑。

小腿肚痉挛 直接原因是肌肉的血液供应量减少。身体内水分和盐分含量不均也经常会导致人们患此疾病。此外，是患者体内缺少镁的缘故。如果某人由于大量出汗而缺水，要大量喝水，并服用镁剂药片。

体重减轻 人的体重增加或者减轻 2 到 3 公斤，这是正常现象。但是，原因不明的体重减轻就说明可能患了疾病。如果某人的体重减轻，并伴有咳嗽，那么，他可能患了肺病或者肺炎。某人的体重突然急剧下降，那么，他可能得了癌症。

世界性流行病

不久前世界卫生组织抨击有害健康的生活方式，告诫人们警惕世界性流行病。

世界卫生组织指出：与生活方式相联系的疾病主要有：心脏病、心血管病、癌症、肺病、糖尿病等。在世界一些发达国家，每年的死亡人数中，就有 70—80% 的人死于这些疾病，发展中国家也有 40—50% 的人死于这些疾病。

世界卫生组织指出：在某些拉丁美洲国家，由于繁荣和经济增长，死于这些疾病的人数 30 年内已增加了一倍。

肺结核 尽管这种传染病在五六十年代已得到控制，但现在却每年感染 800 万人，已使 300 多万人死亡，其中第三世界国家占死亡人数的 95%。

世界卫生组织已宣布肺结核病的重新爆发为“全球紧急事件”。为此，我国卫生部制订了实施控制肺结核病计划；1993 年起在山西、河南等 9 省市（区）展开，首批 50 个试点县率先驶入“快车道”。据全国抽样调查估算，我国现有肺结核病人 593 万例，传染性肺结核 151 万例。实施控制肺结核病的计划指标是：新发病人治疗覆盖率、完成治疗率、痰菌阴转率分别达到 95%、85% 和 90%。

据悉，这项计划在 1994 年扩大到 200 个县。

霍乱 据世界卫生组织公布的统计，1991 年霍乱病在全球空前猖獗，到年底为止共导致 2 万人死亡。在南美洲，霍乱从秘鲁开始迅速蔓延到大多数中、南美洲国家。与此同时，非洲大陆也遭到霍乱的大规模侵袭，一年内先后在 21 个国家共发现霍乱病例 15.3 万余起，死亡人数达 1.4 万名左右，其数量之众创 1970 年非洲发现霍乱病以来的最高记录。

据世界卫生组织报告，目前，孟加拉国和印度正在流行一种新型霍乱；并且，该病已开始向其他国家蔓延，尤其是东南亚地区，其中中国的南部省份也面临着威胁。

鼠疫 世界卫生组织在日内瓦发表公报指出，目前，世界上仍有鼠疫，1992 年在 9 个国家造成 200 人死亡。发生鼠疫的国家是扎伊尔、越南、缅甸、马达加斯加、巴西、秘鲁、中国、蒙古和美国（13 例，其中 2 人死亡）。

最常见的鼠疫有 3 种：腺鼠疫、败血鼠疫和最危险的肺鼠疫。

糖尿病 近十余年，糖尿病已从所谓的“富贵病”演变为全球性流行性疾病。它以生活方式不当为“媒介”而悄然“流行”。据有关材料，目前全世界糖尿病患者至少已达 6000 万人，加上未被发现的隐性部分，总计高达约 1.2 亿人。

10 年前我国的糖尿病患病率为 0.67%，远较欧美的 2—5% 为低，但随着我国经济发展，生活水平提高及人口老龄化，糖尿病患病率明显上升。据上海、北京等地区统计，平均每年新增的糖尿病患病率为 1%，目前我国患病率已达 1—2%，50 岁以上人群接近 10%。由此可见，把糖尿病的发病比作现代流行病似不为过。1989 年 5 月第 42 届世界卫生大会通过了一项预防和控制糖尿病的决议，并将 1991 年 6 月 27 日定为世界糖尿病日。

高血压 据全国第三次高血压抽样调查结果显示：我国 15 岁以上人口高血压患病率为 11.19%，与 1979 年调查相比，升高率约 25%。

科研人员对全国 274 个点的 95 万多人做调查分析，结果显示：高血压患病率随年龄增长而增加，35 岁以后增加幅度较快，表明应加强对 35 岁前人群高血压发病因素的预防。另一方面，城市的高血压患病率显著高于农村，有自东北向西南递减趋势。在患者职业分析上表明，非在业人员显著高于在业人员，在业人员中患病排序依次为机关企事业单位人员、牧业劳动者、专业技术人员、办事人员、商业服务性人员、农林业劳动者、生产运输工人及渔业劳动者。文盲与半文盲发病率高达 20%。

艾滋病 在疯狂地蔓延。1981年，世界上仅有5名艾滋病患者。一年以后，数字上升到1132人。1985年，增加到1.3万人。1989年12月的世界卫生组织统计表明，全世界152个国家和地区中，艾滋病案已达20万宗。因为有许多患者未检验出来或不肯向当局报告，世界卫生组织估计，实际的艾滋病患者可能超过60万。

1992年12月1日是“世界艾滋病日”。据世界卫生组织当时统计，全世界已有1300万人感染了艾滋病毒，其中200万人已患了艾滋病。

1993年12月1日，世界卫生组织指出，现在每天有5000多人感染上艾滋病毒，全世界艾滋病毒携带者总数已超过1400万，如果照目前的速度发展下去，到本世纪末，总人数将达4000万，其中女性为1300万。

自从1985年我国发现首例艾滋病毒感染者至1993年11月，已有22个省报告1159例艾滋病病毒抗体阳性者（其中外国人和海外华人212例，大陆居民947例），他们中的19人被确诊艾滋病（已死亡14人）。应当说明的是，这几个数字仅是从230万人次中查出的。推断的实际感染者，估计为5000至1万例。

从现在起，若不采取果断预防和控制措施，到2000年，按中度流行估计，我国艾滋病感染者将达10万左右，艾滋病病人可达2万左右。那时我国将从低感染国变成为高感染国。

全球致命的十大疾病

如今威胁人类生命最为严重的疾病有以下十种：