

YILIAOGAIGESHOUCE

医疗改革手册

百病无忧

常见疾病的自我诊治

BAIBINGWUYOU

陈效锋 编著

四川人民出版社

BAIBINGWUYOU

百病无忧

常见疾病的自我诊治

陈效锋 编著
阿·桂 绘图

四川人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

百病无忧 / 陈效锋编著. — 成都: 四川人民出版社,
2002.2

(医疗改革手册)

ISBN 7-220-05762-8

I. 百... II. 陈... III. 常见病-诊疗-普及读物
IV. R4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 086310 号

BAI BIN WU YOU

百病无忧

陈效锋 编著

责任编辑
封面设计
技术设计
责任校对

徐 英
周靖明
古 蓉
伍登富

出版发行
网 址

四川人民出版社 (成都盐道街 3 号)
<http://www.bookss.com>
E-mail: scrmcbsf @ mail.sc.cninfo.net

防盗版举报电话

(028) 86679239

印 刷
开 本
印 张
字 数
版 次
印 次
书 号
定 价

成都金龙印务有限责任公司
850mm×1168mm 1/32
7.125
148 千
2002 年 5 月第 1 版
2002 年 5 月第 1 次印刷
ISBN 7-220-05762-8/R·21
15.00 元

■ 著作权所有·违者必究

本书若出现印装质量问题, 请与工厂联系调换



医学博士后、南京中医药大学
第一附属医院副主任
医师、中国中西医结合
学会福建省分会常务理事

由于“人类中心主义”的作祟，人类对自然的征服欲变成对自然界的任意欺凌和掠夺，造成了诸如千百万年苍海桑田形成的矿藏资源迅速走向枯竭、大气污染日趋严重、森林锐减、土地沙漠化、水资源污染并严重匮乏、温室效应等等全球性生态危机。目前人类病种之多、病类之杂及其疾病谱、死亡谱变化之大，实为旷古未闻。随着社会竞争日趋激烈，人们生活节奏加快，工作紧张，商战四起，为追求最大的经济利益，人们谋略筹划、巧取豪夺无不用至其极，故当今社会人们的思想负担及精神压力并没有随着经济的繁荣而有丝毫消减。而当前食品添加剂的广泛使用，蔬菜、水果等农作物中化肥、农药、激素严重残留，家禽肉蛋大量人工繁殖、工业化生产，催生、催产、催熟手段的大量使用，也在日益对我们的健康构成严重的威胁。正如有位学者所说的那样，中青年也许能“用健康换取财富”，但到了老年时再“用财富换取健康”却是不可能的。健康与财富，健康毕竟更重要。健康是“1”，事业、家庭、爱

情、财富等都是“0”，只有放在健康这个“1”之后才有意义。事业有成，获得了“10”，家庭幸福，获得了“100”，财富增加，又增加一个“0”，得到“1000”。但若没有了健康，便什么也没有了。可见，对我们人类来说没有什么比健康更为重要，也没有什么比健康更为值得我们留恋与珍惜。

仁者自爱，如何“认识疾病、善待自己、珍惜生命”便成为摆在我们每个人面前的重要话题。而健康水平的提高是以自我保健的意识的增强及随时注意对健康的呵护为前提，同时掌握必要的医疗、护理知识是达到这一目的的关键。在日常生活中，人们很需要了解与疾病有关的护理保健知识，这些知识看起来简单，其中却包含着许多高深的医学理论和长期的临床实践经验的积累。《百病无忧——常见疾病的自我诊治》一书，旨在帮助广大读者提高自我保健水平及对常见疾病的防治能力，达到增进健康、提高生命质量的目的。该书以常见病、多发病为线索，以实用为主，通俗易懂，并采用表格及插图形式，直观而又简明。该书按照疾病系统分类，内容丰富，并从疾病诊断、疾病性质、治疗方案、专家建议等方面条陈缕析，详加介绍，具有较丰富的理论知识和很强的针对性。尤其是对人们在疾病防治过程中存在的一些误区，谆谆告诫，用心良苦。该书以现代医学理论为指导，以现代医学最新研究成果为基础，并结合多年临床实践经验，针对常见病、多发病防治问题，进行了深入浅出的阐述，它不仅能帮助人们增加卫生保健知识，纠正不正确的认识，减少盲目性，也可供从事基层和社区医疗保健工作者学习参考。本人深信该书的出版，定将为读者朋友提高自我保健意识和自我防治疾病能力做出积极贡献。有鉴于此，故乐为之序。

2002年3月2日

目 录

一 传染病和寄生虫病	(1)
1. 疾病诊断: 伤风(上呼吸道感染)	(1)
2. 疾病诊断: 流感	(3)
3. 疾病诊断: 水痘	(5)
4. 疾病诊断: 病毒性肝炎	(7)
5. 疾病诊断: 流行性腮腺炎	(9)
6. 疾病诊断: 狂犬病	(11)
7. 疾病诊断: 细菌性食物中毒	(12)
8. 疾病诊断: 细菌性痢疾	(13)
9. 疾病诊断: 霍乱和副霍乱	(16)
10. 疾病诊断: 军团病	(19)
11. 疾病诊断: 钩端螺旋体病	(21)
12. 疾病诊断: 疟疾	(23)
13. 疾病诊断: 钩虫病	(24)
14. 疾病诊断: 蛔虫病	(26)
15. 疾病诊断: 蛲虫病	(28)
16. 疾病诊断: 绦虫病与囊虫病	(29)
二 呼吸系统疾病	(31)
1. 疾病诊断: 急性支气管炎	(31)

2. 疾病诊断:慢性支气管炎	(34)
3. 疾病诊断:肺气肿	(37)
4. 疾病诊断:肺心病	(39)
5. 疾病诊断:哮喘	(42)
6. 疾病诊断:支气管扩张	(45)
7. 疾病诊断:肺结核	(47)
8. 疾病诊断:细菌性肺炎	(50)
9. 疾病诊断:肺脓肿	(52)
10. 疾病诊断:肺癌	(54)
11. 疾病诊断:胸膜炎	(56)
三 循环系统疾病	(57)
1. 疾病诊断:风湿热	(57)
2. 疾病诊断:风湿性心脏病	(60)
3. 疾病诊断:高血压病	(62)
4. 疾病诊断:冠状动脉硬化性心脏病与心肌梗塞 ...	(65)
5. 疾病诊断:心肌炎	(67)
6. 疾病诊断:心包炎	(68)
7. 疾病诊断:心神经官能症	(69)
8. 疾病诊断:心律失常	(71)
9. 疾病诊断:心力衰竭	(74)
四 消化系统疾病	(78)
1. 疾病诊断:反流性食道炎	(78)
2. 疾病诊断:食道贲门失弛缓症	(80)
3. 疾病诊断:食道裂孔疝	(81)
4. 疾病诊断:食道癌	(83)
5. 疾病诊断:急性胃炎	(83)

6. 疾病诊断:慢性胃炎	(85)
7. 疾病诊断:消化性溃疡	(87)
8. 疾病诊断:胃癌	(90)
9. 疾病诊断:食道贲门黏膜撕症(Mallory - Weiss 综合征)	(91)
10. 疾病诊断:克隆病	(92)
11. 疾病诊断:结肠癌和直肠癌	(94)
12. 疾病诊断:胃肠道功能紊乱	(95)
13. 疾病诊断:肠结核	(97)
14. 疾病诊断:结核性腹膜炎	(100)
15. 疾病诊断:肠梗阻	(102)
16. 疾病诊断:疝	(103)
17. 疾病诊断:阑尾炎	(104)
18. 疾病诊断:痔	(105)
19. 疾病诊断:肛裂	(107)
20. 疾病诊断:肛瘘	(107)
21. 疾病诊断:肝硬化	(108)
22. 疾病诊断:肝癌	(109)
23. 疾病诊断:胆囊炎	(110)
24. 疾病诊断:胆结石与胆管炎	(111)
25. 疾病诊断:急性胰腺炎	(113)
26. 疾病诊断:慢性胰腺炎	(114)
27. 疾病诊断:胰腺癌	(115)
 五 内分泌、代谢、营养、肾脏和血液疾病	 (116)
1. 疾病诊断:贫血	(116)
2. 疾病诊断:甲状腺机能亢进	(118)
3. 疾病诊断:甲状腺机能减退	(119)

4. 疾病诊断:糖尿病	(120)
5. 疾病诊断:低血糖症	(122)
6. 疾病诊断:维生素 B ₁ 缺乏病	(123)
7. 疾病诊断:维生素 B ₂ 缺乏病	(124)
8. 疾病诊断:坏血病(维生素 C 缺乏病)	(125)
9. 疾病诊断:肾炎	(125)
10. 疾病诊断:泌尿道感染	(128)
11. 疾病诊断:痛风	(131)
六 性传播疾病	(134)
1. 疾病诊断:梅毒	(134)
2. 疾病诊断:淋病	(137)
3. 疾病诊断:非淋菌性尿道炎	(139)
4. 疾病诊断:尖锐湿疣(尖圭湿疣、生殖器疣、性病疣)	(141)
5. 疾病诊断:生殖器疱疹	(143)
七 皮肤科疾病	(145)
1. 疾病诊断:病毒性皮肤病	(145)
2. 疾病诊断:皮肤、皮下组织化脓性感染	(147)
3. 疾病诊断:皮肤真菌感染	(148)
4. 疾病诊断:动物性皮肤病	(150)
5. 疾病诊断:皮炎湿疹类皮肤病	(152)
6. 疾病诊断:物理性皮肤病	(154)
7. 疾病诊断:银屑病	(156)
8. 疾病诊断:结缔组织病	(157)
9. 疾病诊断:色素性疾病	(159)
10. 疾病诊断:痤疮	(160)

- 11. 疾病诊断:酒渣鼻 (161)
- 12. 疾病诊断:脂溢性皮炎 (162)

八 妇科儿科疾病 (163)

- 1. 疾病诊断:滴虫性阴道炎 (163)
- 2. 疾病诊断:霉菌性阴道炎(念珠菌性阴道炎) (164)
- 3. 疾病诊断:宫颈炎 (165)
- 4. 疾病诊断:盆腔炎 (168)
- 5. 疾病诊断:更年期综合征 (171)
- 6. 疾病诊断:痛经 (172)
- 7. 疾病诊断:白带异常 (173)
- 8. 疾病诊断:小儿口腔炎 (175)
- 9. 疾病诊断:小儿急性上呼吸道感染 (177)
- 10. 疾病诊断:小儿肺炎 (180)
- 11. 疾病诊断:小儿贫血 (182)
- 12. 疾病诊断:小儿急性肾炎 (184)

九 眼耳鼻咽喉口腔疾病 (186)

- 1. 疾病诊断:睑缘炎 (186)
- 2. 疾病诊断:睑腺炎与睑板腺囊肿 (188)
- 3. 疾病诊断:泪囊炎 (190)
- 4. 疾病诊断:急性结膜炎 (191)
- 5. 疾病诊断:沙眼 (192)
- 6. 疾病诊断:电光性眼炎 (193)
- 7. 疾病诊断:鼻炎 (193)
- 8. 疾病诊断:鼻出血 (195)
- 9. 疾病诊断:鼻窦炎 (196)
- 10. 疾病诊断:急性咽炎 (199)

11. 疾病诊断:急性扁桃体炎	(201)
12. 疾病诊断:扁桃体周围脓肿	(203)
13. 疾病诊断:鼻咽癌	(205)
14. 疾病诊断:外耳道疖与外耳道炎	(205)
15. 疾病诊断:化脓性中耳炎	(207)
16. 疾病诊断:美尼尔氏病	(210)
17. 疾病诊断:龋齿	(211)
18. 疾病诊断:牙髓炎	(212)
19. 疾病诊断:牙龈炎	(212)
20. 疾病诊断:智齿冠周炎	(213)
21. 疾病诊断:复发性口疮	(215)
后记	(216)



传染病和寄生虫病



“对不起,你们可以亲口告诉他们我得的
是关节炎吗?自从你们上次来出诊,我的邻
居们见到我都躲得很远。”

1. 疾病诊断:伤风(上呼吸道感染)

►疾病简介:

感染性疾病,急性上呼吸道感染,绝大多数(90%以上)为
病毒感染,少数为细菌感染,多于寒冷季节发病,往往在受凉之后。

疾病症状	治疗方案	专家建议
①头痛、咽痛、全身酸痛	抗病毒治疗	利巴韦林含片(病毒唑含片)、金刚烷胺、新博林等,孕妇忌用,因为有影响胎儿正常发育的危险。对本类药物过敏者禁用(包括中成药)。使用利巴韦林含片(病毒唑含片)必须在发病3天以内,方有良好效果,超过3天以后,则无效。
①+②流鼻涕、打喷嚏	对症治疗	本类药物通常含有扑尔敏等抗组织胺药物,服用后常使人感到困倦、嗜睡、乏力,因此,不适用于驾驶车辆、高空作业和需要保持头脑高度清醒的工作人员服用。
①+②+③发热、咳嗽、咳黄痰	抗菌治疗	药物过敏者禁用对其过敏的药物。
抗病毒治疗	利巴韦林含片(病毒唑含片)、金刚烷胺、新博林、板蓝根冲剂、抗病毒冲剂	
对症治疗	泰诺、康必得、力克舒、感康、银得菲、雷蒙欣、克感欣、白加黑、泰克、感诺、感冒通、速效伤风胶囊等	
抗菌治疗	阿莫西林、青霉素V钾、琥乙红霉素(利君沙)、罗红霉素(严迪、罗德迈克)、螺旋霉素、麦迪霉素、克林霉素、复方新诺明等	

▶误区一：

以为感冒治与不治一周后都可以自愈,于是忽略治疗。

其实,治疗不仅是针对病因,更多时候是针对症状。因此,即便是对于自愈性疾病,治疗也是必要的。更何况感冒若不治疗,往往会合并细菌感染,有可能导致很严重的后果。

▶误区二：

过量或频繁地使用解热镇痛药物。

解热镇痛药物的使用目的是为了减轻症状,这类药物多是通过发汗而退热,过量使用有可能造成病人虚脱,所以不能无节制地使用。

▶误区三：

滥用抗生素类药物。

90%以上的上呼吸道感染是由病毒引起的,在没有合并细菌感染之前滥用抗生素不仅不起作用,还有可能造成体内菌群失调,带来比感冒本身更严重的后果。

2. 疾病诊断:流感

▶疾病简介：

流行性感(简称流感)是由流感病毒引起,通过呼吸道传播的急性传染病。主要症状是发热、全身酸痛、头痛、鼻和咽部疼痛,比伤风严重。本病潜伏期约1~2天。起病大多突然,全身症状明显而呼吸道症状较轻。本病主要通过呼吸道传播。

▶疾病性质：

感染性疾病

▶病原体：

流感病毒

疾病症状	治疗方案	专家建议
畏寒、发热,体温可达 39℃ ~ 40℃;头痛、全身酸痛、软弱无力	(1)抗病毒治疗 (2)解热镇痛	利巴韦林以滴鼻和在口腔中含服的疗效最好。在发病初期即服用,可以改变自然病程。
眼干、咽干、喉痛、喷嚏、流涕、鼻塞、咳嗽、恶心、呕吐、腹泻	对症治疗	本类药物通常含有扑尔敏等抗组织胺药物,服用后常使人感到困倦、嗜睡、乏力,因此,不适用于驾驶车辆、高空作业和需要保持头脑高度清醒的工作者服用。
高热等症状持续 5~6 天不退,咳嗽、咳黄痰时,应该考虑存在并发细菌感染	抗菌治疗	没有合并细菌感染之前滥用抗生素不仅不起作用,还有可能造成体内菌群失调,带来比感冒本身更严重的后果。
抗病毒治疗	利巴韦林(三氮唑核苷、病毒唑):广谱抗病毒药,能干扰 DNA 合成,阻止病毒复制。用于病毒性上呼吸道感染、小儿病毒性肺炎、病毒性角膜炎、结膜炎、疱疹性口腔炎及带状疱疹等。剂量过大时口干、稀便、白细胞减少。疾病初期时应用疗效佳,3 日以后再用无效;滴鼻疗效可靠;妊娠初 3 个月内忌用。金刚烷胺、新博林、板蓝根冲剂、抗病毒冲剂	
解热镇痛	安乃近(诺瓦尔经)、对乙酰氨基酚(扑热息痛、醋氨酚、必理通)、阿司匹林(乙酰水杨酸、醋柳酸)、布洛芬(异丁苯丙酸、芬必得)、克感敏	
对症治疗	泰诺、康必得、力克舒、感康、银得非、雷蒙欣、克感欣、白加黑、泰克、感诺、快克、轻克、感冒通、速效伤风胶囊、藿香正气液(水、丸)、银翘解毒丸(片)、桑菊感冒丸、九味羌活丸等	
抗菌治疗	(1)青霉素类:青霉素钠(钾)(苄青霉素)、青霉素 V 钾片、氨苄青霉素(氨苄西林、安必仙、安比先)、羟氨苄青霉素(阿莫西林、阿莫仙、阿莫灵) (2)头孢菌素类:头孢氨苄(头孢菌素 IV、头孢力新)、头孢羟氨苄(欧意)、头孢唑啉钠(头孢菌素 V)、头孢拉定(头孢雷定、头孢环己烯、头孢菌素 VI、菌必清、君必青) (3)氨基糖甙类:硫酸庆大霉素(艮他霉素、正泰霉素)、硫酸卡那霉素、硫酸阿米卡星(硫酸丁胺卡那霉素)、妥布霉素、硫酸小诺霉素(沙加霉素) (4)大环内酯类:红霉素(含琥乙红霉素)、麦迪霉素(米地加霉素)、美欧卡霉素(乙酰麦迪霉素)、乙酰螺旋霉素、柱晶白霉素(吉他霉素)、交沙霉素、阿奇霉素(泰力特、欣匹特)、罗红霉素(严迪、迈克罗德)、克拉霉素(科曼欣) (5)磺胺类:磺胺嘧啶(SD)、磺胺二甲嘧啶(SM ₂)、磺胺异恶唑(茵得清、SIM)、复方磺胺甲恶唑(复方新诺明、SMZco)	

►用药注意事项:

(1)青霉素类:对青霉素过敏者忌用。

(2)头孢菌素类:恶心、呕吐、腹痛、腹泻、食欲减退。肝肾功能不全者慎用;对青霉素过敏者慎用,对头孢菌素类过敏者忌用;避免与肾毒性药、强利尿药合用。

(3)氨基糖甙类:具有肾毒性和耳毒性,可引起蛋白尿、管型尿、血尿、头晕、眩晕、恶心、耳鸣、麻木、耳聋。肾功能不全者忌用;不宜与同类药及第一代头孢菌素合用,不宜与速尿合用;疗程不宜超过十天。

(4)大环内酯类:恶心、呕吐、腹痛、腹泻、食欲减退、肝功能损害。肝功能不全者慎用。

(5)磺胺类:血尿、蛋白尿、尿闭、头痛、眩晕、食欲减退、恶心、呕吐、药物热、皮疹,偶见溶血性贫血、粒细胞减少、紫癜等。口服应加等量碳酸氢钠,用药期间应多饮水;肝肾功能不全、脱水者、妊娠后期、早产儿、新生儿慎用或忌用,对磺胺过敏者忌用。

►误区:

误认为流行性感冒和普通感冒(伤风)差不多,拖一拖就好了。

流行性感冒的症状比普通感冒(伤风)要重得多,且传染性极强,对老年人、儿童、体弱者、原有慢性病(如心脏病、肺结核、慢性支气管炎等)可以造成生命威胁,1918年的流行性感冒在世界范围大流行所造成的死亡,就比第一次世界大战所造成的死亡人数还要多。

3. 疾病诊断:水痘

►疾病简介:

水痘是由水痘-带状疱疹病毒引起,主要发生在小儿的急

性传染病。一般全身症状较轻,皮肤黏膜出现迅速发展的斑疹、丘疹、疱疹与结痂,并伴有发热。本病主要通过呼吸道传播。

►疾病性质:

感染性疾病

►病原体:

水痘-带状疱疹病毒

疾病症状	治疗方案	专家建议
发热、全身不适、食欲不振、咳嗽、轻度腹泻	由于此时疾病的特殊症状尚未表现,故只能采用: (1)一般治疗 (2)对症治疗	(1)注意休息,勿受凉,勿吃刺激性食物,勿吃油腻性食物,多饮水。 (2)如果患者症状较重,可给予对乙酰氨基酚、阿司匹林等对症治疗。
皮肤出现红色斑疹、丘疹、疱疹,并有瘙痒感	(1)抗病毒治疗:阿昔洛维(无环鸟苷)、万乃洛维(明竹欣、丽珠威) (2)对症治疗 (3)一般治疗	有肾毒性,也可引起震颤、幻觉、精神错乱、嗜睡、头痛、出汗、药疹、低血压、恶心、腹痛等。对本药过敏者忌用;孕妇、乳母、精神病者、严重肝肾疾病患者慎用。
并发水痘性肺炎、水痘性脑炎,或并发细菌感染	(1)抗病毒治疗 (2)抗生素治疗	(1)抗病毒治疗:阿昔洛维(静脉给药)、万乃洛维。 (2)抗生素治疗:青霉素类、头孢菌素类、大环内酯类等。
阿昔洛维(无环鸟苷)	对单纯疱疹病毒Ⅰ、Ⅱ型效果最好,对水痘-带状疱疹病毒、巨细胞病毒、E-B病毒、乙型肝炎病毒也有抑制作用。口服吸收差。	
万乃洛维(明竹欣、丽珠威)	阿昔洛维的赖氨酸复合物,口服吸收比阿昔洛维好。服药次数少、使用更方便,疗效与阿昔洛维相当。	