

# HARVARD MEDICAL SCHOOL

FAMILY HEALTH GUIDE



上册

# 哈佛 家庭医学全书

[美] 安东尼·L. 科马罗夫 主编  
李 政 黄 琳 吴卉卉 李 梅 译

本书由世界知名的美国哈佛医学院 160 多位专家共同精心编写，是众多著名专家多年医学工作经验的总结和智慧的结晶。

- 解答不同人群的健康问题
- 症状图清晰指示，家庭疾病预防与及时就医相结合
- 介绍安全用药知识、急救方法和护理技巧

Harvard Health Publications



时代出版传媒股份有限公司  
安徽科学技术出版社

上册

# 哈佛 家庭医学全书

【美】安东尼·L.科马罗夫 主编  
李政 黄琳 吴卉卉 李梅 译

Harvard Health Publications



时代出版传媒股份有限公司  
安徽科学技术出版社

[皖] 版贸登记号: 1211999

图书在版编目(CIP)数据

哈佛家庭医学全书. 上册/(美)科马罗夫(Komaroff A. L.)主编;李政等译. —合肥:安徽科学技术出版社, 2014. 2

HARVARD MEDICAL SCHOOL FAMILY HEALTH GUIDE

ISBN 978-7-5337-6146-2

I. ①哈… II. ①科…②李… III. ①家庭医学  
IV. ①R1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 229252 号

Copyright © [1999, 2005] by Harvard University. All rights reserved.  
Used with permission of StayWell

哈佛家庭医学全书. 上册 [美]科马罗夫(Komaroff A. L.)主编 李政等译

出版人: 黄和平 选题策划: 张楚武 责任编辑: 陈芳芳 余登兵  
责任校对: 张枫 陈会兰 责任印制: 李伦洲 封面设计: 王艳  
出版发行: 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>  
安徽科学技术出版社 <http://www.ahstp.net>  
(合肥市政务文化新区翡翠路 1118 号出版传媒广场, 邮编: 230071)  
电话: (0551)63533330

印制: 安徽新华印刷股份有限公司 电话: (0551)65859128  
(如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂商联系调换)

开本: 787×1092 1/16 印张: 37.5 插页 4 页 字数: 820 千  
版次: 2014 年 2 月第 1 版 2014 年 2 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5337-6146-2

定价: 88.00 元

版权所有, 侵权必究

## 主 编

安东尼·L.科马罗夫

哈佛医学院博士、内科教授,布莱根妇科医院  
主任医师

## 副主编

斯图尔特·B.木什林

哈佛医学院博士、内科助理教授,布莱根妇科  
医院医师

艾萨克·希夫

哈佛医学院博士,麻省总医院文森特妇产科  
主任

亨利·H.伯恩斯坦

哈佛医学院博士、小儿科副教授,儿童医院初  
级护理中心主任

## 编委会成员

杰里·阿旺

哈佛医学院博士、内科副教授,布莱根妇科医  
院药物流行病学和药物经济学科主任医师

亨利·H.伯恩斯坦

哈佛医学院博士、小儿科副教授,普通小儿科  
副主任医师,儿童医院初级护理中心主任

爱丽丝·Y.常

哈佛医学院博士、临床内科讲师,哈佛朝圣者  
医疗保健院医师

萨拉·福尔曼

哈佛医学院博士、小儿科讲师

穆里尔·R.吉利克

哈佛医学院博士、内科助理教授,希伯来老年  
康复中心成员,贝斯伊萨莉尔执事医疗中心  
成员

苏珊·哈斯

哈佛医学院博士、组织行为学硕士,妇产科、  
生殖生物学助理教授;哈佛先锋医疗联盟主  
席;布莱根妇科医院妇产科主任

塞丽娜·P.科尼格

哈佛医学院博士、内科讲师,布莱根妇科医院  
医师

爱德华·马肯托尼欧

哈佛医学院内科讲师,希伯来老年康复中心  
质量保证和结果研究部主任

马丽卡·乔伊·马歇尔

哈佛医学院博士、内科及临床小儿科研究员,  
麻省总医院医师,布莱根妇科医院医师

维多利亚·麦埃维

哈佛医学院博士、小儿科助理教授,西马萨诸  
塞州总医院医疗主任,综合医学联盟小儿科  
主任,麻省总医院医师

西尔维娅·麦基恩

哈佛医学院博士、内科讲师,布莱根妇科医院  
医师、服务部医务主任

芭芭拉·优子

哈佛医学院博士、内科讲师,剑桥医院医师

苏珊·波克尔

医学博士,美国医学遗传学院专家委员,哈佛

医学院临床小儿科助理教授, 哈佛先锋医疗联盟遗传科主任医师, 麻省总医院遗传临床科主任

**南希·A.里戈蒂**

哈佛医学院博士、内科助理教授, 麻省总医院医师

**罗伯特·H.什莫灵**

哈佛医学院博士、内科助理教授, 贝斯伊萨莉尔执事医疗中心主席及副主任医师

**哈维·B.西蒙**

哈佛医学院博士、内科副教授, 麻省总医院医

师, 麻省理工学院健康科技学院成员

**威廉·C.泰勒**

哈佛医学院博士、内科副教授, W. B.城堡学会副研究员, 贝斯伊萨莉尔执事医疗中心普通内科医师及初级护理

**罗恩·M.沃斯**

哈佛医学院博士、急诊医学系内科副教授, 布莱根妇科医院急诊科主任

**罗伊·D.威尔克**

哈佛医学院博士、内科讲师, 布莱根妇科医院第一内科医务主任

在此,我自豪地向读者介绍《哈佛家庭医学全书》一书。两百多年来,哈佛医学院一直为新英格兰地区及全世界数百万民众提供最先进的卫生保健服务。

首先,哈佛医学院7 000名教授与职工为患者提供了周到的医疗服务。我们为世界知名医院及保健机构工作。我们指导患者如何保持健康。只要患者出现健康问题,大到紧急外科手术,小到感冒,我们都时刻准备为他们提供医疗服务。

其次,我们也在着力培养新一代医学人才,开展世界重大医学项目研究。哈佛医学院的研究人员:

◎发明了麻醉剂。能想象重大手术中没有麻醉剂的情景吗?

◎发现了引发脊髓灰质炎的病毒,促进了该病疫苗的研发。

◎首创恶性贫血的治疗方法。

◎实施了世界首例器官移植手术。

◎是利用人工肾治疗技术的先驱。

◎开创脑外科手术新领域。

哈佛医学院是著名的护理及健康研究基地。能让大众身体更健康,延长寿命,我们感到十分自豪。

我们还为世界各地患者提供出诊服务。多年来,本院一直以简报形式为大众提供及时的健康资讯。如今我们将出版相关书籍。

本书编写人员均长年工作在医疗第一线,为患者提供医疗服务。我们知道,面对纷繁复杂的医疗选择和健康资讯,人们简直无所适从。而医生和患者面对面交谈的时间却越来越短。

面对纷繁复杂的医药资源,读者需要借助便捷易懂、清楚准确的信息来选择合适的资源。

本书将以其独特的方式呈现这些信息。这些方式有如下特征:

**症状图** 出现如腹痛等特殊症状时,该怎么做?有没有什么家庭疗法,有效的替代疗法或者非处方药进行治疗?什么时候得去看医生?约30年前,笔者和其他同事曾提出,要用症状图来描述就诊流程。若读者或家人出现一种新的病症,本书的症状图就可以指导读者了解在什么情况下可以进行自我护理,在什么情况下必须看医生。

**如何问诊** 如今,大家更要知道在问诊时,要问什么问题,要了解医生该为自己做些什么。我们要得到最好的医疗和护理。对于常见病,本书将让读者了解在问诊时,该向医生说些什么、该接受哪种常规身体检查和实验室检测。在问诊前,思考一下要问的问题,记下来。知道在问诊时要了解的情况,也有助于患者了解医生是否为其提供了全方位的医疗服务。

**如何了解所用药物** 医生也许很忙,不能向患者详细介绍所用药物的治疗作用以及可能引发的副作用。在与药物相关的章节,笔者详细介绍了主要的常用处方药及其对应的病症。

**药物间相互作用** 与药物相关的章节使用大量篇幅介绍了药物间的不良反应。如果同时服用几种药,就需要了解它们之间是否会产生不良反应。

**家庭治疗** 有些病不需要看医生。本书向读者介绍了一些家庭治疗方法,让读者自己能处理一些常见病症,如感冒的家庭治疗方法。

**替代疗法** 哈佛医学院和其他研究所对许多替代疗法都进行了认真的研究,证实不少疗法确实有效,因此本书也介绍了这些

有效的替代疗法。尽管几千年来治疗师和患者对替代疗法深信不疑，但主流医学对这些疗法的研究过于缓慢。其实不假思索地拒绝接受替代疗法是错误的。我们对待替代疗法，就应该像对待新的常规疗法一样，用科学的方法进行研究，找出它们的益处和不足。本书介绍了有关慢性腰痛的替代疗法。

**了解诊断检测** 现代医学采用许多检测来诊断病情。在诊断检测的相关章节，作者将向读者介绍各种诊断性检测及其用途。在造影的相关章节中，作者将向读者展示成熟有效的造影技术。本书介绍了一些神奇的成像检查，它们可以在不引起任何疼痛的情况下，照出我们身体内部的图像。本书还介绍了其他一些可在医生办公室或在家也能做的检测。

**益处与风险评估表** 我们能获得大量与健康有关的信息，且一种病症通常有多种治疗的方法。如何选择？本书将以通俗易懂的图表方式，向读者介绍各种诊断性测试和治疗方法的益处及风险以及采取某些健康生活方式的益处。本书还有血液稀释疗法的益处和风险的介绍。

**哈佛医生的建议** 本书还搜集了哈佛医学院许多医生的建议。这些建议都是基于医生多年的临床及研究经验，为其患者提供的。如本书有布雷寿顿医生对幼儿发育关键期的建议；利普生医生有关背部手术的建议；萨缪尔医生有关预防脑卒中的建议；班森医生有关

放松反应的建议；法伯医生有关如何培养幼儿健康睡眠习惯的建议。

**患者自述** 本书记录有患者的自述，有些还包括他们对抗疾病的过程。例如，作家约翰·厄普代克描述了牛皮癣的症状，演员帕蒂·杜克介绍了她患抑郁症的经历，还有普通患者描述痛风治疗后的生活。

**人体如何工作** 大部分医学科普书籍会向读者介绍人体的构造，而本书则用图片介绍人体的工作流程。因此读者将会清楚地了解人体视觉、听觉、运动、消化、血液循环系统等工作过程。要了解身体如何出现不适而得病，就必须知道身体健康时，各器官系统是怎么工作的。

拥有《哈佛家庭医学全书》，能帮助我们保持健康、应对疾病、处理医疗保健等相关问题。毫不夸张地说，笔者与同事为完成本书，花费了很长时间。本书每幅插图和图片的文字及图注均为笔者亲自撰写、加工。

作者希望能给读者提供最清楚、最准确、最详实的信息。如果读者面临危急病症或采用新的诊断方法，在使用某些治疗措施尚存在风险时，这些信息可以帮助他们做出正确的判断。

*Anthony L. Komaroff*

安东尼·L.科马罗夫

# 致谢 ZHI XIE

哈佛医学院 超过165名哈佛医学院教员参与了本书的编写工作。非常感谢本书副主编，感谢他们将本书各章节汇编成册。同时感谢本书的特约编辑，他们为本书的出版奉献了宝贵的时间、经验以及智慧。

在此，还要特别感谢哈佛医学院院长丹尼尔·托斯特森博士和约瑟夫马丁博士，执行院长大卫·伯雷和保罗·李维，同事丹尼尔·莫里亚蒂主任、伊丽莎白·艾莉森博士、罗伯特·多宁、辛西娅·格洛特。如果没有他们的帮助，《哈佛家庭医学全书》出版计划将不可能成为现实。

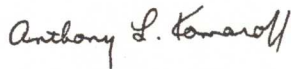
笔者还要感谢自己的妻

子，同时也是哈佛医学院的同事——莉迪亚·维拉·科马罗夫女士。笔者为编写本书，错过了许多家人的活动。科马罗夫女士了解本书编写工程巨大繁杂，费时耗力，因此并没有太多异议。感谢她对笔者的体谅。

西蒙舒斯特公司 在本书开始成形时，能与西蒙舒斯特公司和斯通森出版社合作，笔者感到很荣幸。在此，要特别感谢西蒙舒斯特公司的罗斯林·西格尔和威廉·罗斯，感谢他们不断的支持和专业的建议；感谢斯通森出版社和马丁·鲁宾平面设计工作室的保罗·法吉斯、艾伦·斯哥达多、马丁·鲁宾以

及他们的同事们，感谢他们设计制作出如此漂亮的书籍；感谢罗宾·哈塞格对本书细致入微的审阅。

最后要感谢海蒂·哈夫联合有限公司编辑主任海蒂·哈夫。为了本书，她毫不吝啬自己丰富的专业知识，不知疲倦地工作，力求本书的每个细节知识点都清晰易懂。如果没有每位工作人员的努力，尤其是海蒂·哈夫的努力，本书就无法完成。



安东尼·L.科马罗夫  
于波斯顿马萨诸塞州



## 1 自我保健

### 1 健康检查与医学研究

- 1 如何保持健康
- 1 对医学研究的解释
- 1 研究规模
- 3 控制偶然性
- 3 研究期限
- 3 研究的类型
- 6 预防措施的选择性益处
- 7 筛查:阳性和阴性

### 8 饮食与营养

- 8 水
- 9 碳水化合物
- 9 纤维素
- 11 脂肪
- 11 蛋白质
- 11 维生素和矿物质
- 14 补充剂
- 14 婴幼儿
- 14 处于经期的女性
- 14 孕期或准备怀孕的女性
- 14 哺乳期妇女
- 14 更年期妇女
- 15 60岁以上的老年人
- 15 素食者
- 15 普通成年人
- 18 抗氧化剂

### 19 健康和不健康的体重和体型

- 19 我超重了吗?
- 19 我是“苹果”还是“梨子”?
- 19 为什么美国人越来越胖?
- 19 减肥

### 20 胆固醇和饮食

### 21 锻炼与健康

- 21 锻炼如何预防疾病
- 24 开始某项锻炼计划
- 24 养成每天锻炼的习惯
- 24 热身和放松运动
- 25 锻炼的种类
- 25 补充水分

### 27 吸食成瘾物质

- 27 烟
- 27 我们吸烟时会发生什么?
- 28 损害和影响
- 28 其他健康风险
- 28 戒烟的好处
- 29 戒烟的阻力
- 30 戒烟的方法
- 32 酒
- 33 酒精的影响
- 35 酗酒的征兆
- 35 对身体的影响
- 35 治疗酗酒
- 36 其他成瘾药

### 39 避孕及安全性行为

- 39 激素类避孕药
- 39 激素注射
- 40 激素植入
- 40 避孕药
- 41 迷你避孕药
- 41 事后避孕药
- 42 阻隔避孕法
- 42 男用安全套

- 42 女用安全套
- 42 子宫帽
- 44 避孕膜
- 44 其他避孕方法
- 46 安全性行为
- 47 体检和筛查
  - 47 自我检查
- 49 家庭医学检查
  - 49 血液胆固醇检测
  - 49 大便隐血检测
  - 54 测试马桶中的水是否有血
  - 54 妊娠测试
  - 54 排卵测试
  - 54 血糖测试
  - 54 血压测量
- 55 保护人身安全及预防受伤
  - 55 居家安全
  - 56 食品安全
  - 57 保证料理食品的安全
  - 57 处理食材
  - 57 儿童安全
  - 57 工作安全
  - 58 行车安全
- 58 压力
  - 58 “战或逃”反应
- 59 疫苗接种及旅行健康
  - 60 计划出行
  - 60 预防疾病感染或受伤
- 61 预防感染
  - 63 饮食和饮水安全

## 66 我们的身体如何工作

- 66 我们如何进行阅读和记忆
- 67 我们如何说话及理解他人的话语
- 68 我们如何识别物体
- 69 视觉
- 70 听觉
- 71 如何感知疼痛
- 72 如何感知味道
- 73 我们如何运动
- 75 我们的生命功能和自主神经系统
- 77 血液如何循环
- 78 如何造血
- 79 我们如何呼吸
  - 79 吸气
  - 70 呼气
- 80 激素如何工作
- 81 我们如何消化食物
- 82 消化过程
  - 82 吸收过程
- 83 如何排出体内废弃物,保持体液平衡
- 84 肾脏如何工作
  - 84 肾单位
- 85 我们如何繁衍后代
  - 86 生长的胚胎
  - 86 生产
- 87 我们如何对抗细菌感染
- 88 我们如何对抗病毒感染
- 89 伤口如何愈合

## 90 疾病诊断

- 90 我们和医生
  - 90 病史
  - 91 症状描述
  - 91 体检

- 92 体检后
- 93 诊断性化验
- 94 第一次见全科医生前要做的准备
- 94 帮助医生治疗我们的慢性疾病
- 95 了解遗传
  - 95 基因是什么?
  - 95 基因如何工作?
  - 96 基因突变
  - 96 显性和隐性等位基因
  - 97 常染色体和性染色体携带的遗传性疾病
  - 97 多因素条件
  - 97 遗传性疾病
  - 97 收集家族病史
  - 99 基因咨询
  - 100 基因检测
  - 101 伦理和社会问题
- 103 造影指南
  - 103 心电图
  - 103 脑电图
  - 104 核医学扫描(放射性核素扫描)和单光子发射计算机断层显像
  - 107 多普勒超声波检查
  - 107 功能性磁共振成像
  - 108 正电子发射计算机断层显像
  - 109 手术室磁共振成像
  - 110 内镜检查
  - 112 显微镜检查
  - 113 常规 X 线检查
  - 114 血管造影检查
  - 115 磁共振血管造影
  - 116 常规超声波检测
  - 116 计算机 X 线断层扫描
  - 119 磁共振成像检测
- 121 诊断性检测
  - 121 验血
  - 126 尿检
  - 127 细胞化验
  - 127 大便隐血
  - 128 微生物学检测
  - 129 其他微生物学检测
  - 129 活组织切片检查
  - 129 穿刺检查
  - 129 骨密度检测
  - 130 测压法
  - 130 电研究
  - 130 皮肤测试
  - 130 染色体检测
- 131 去医院
  - 131 去医院之前
  - 131 选择医院
  - 133 住院后
  - 134 麻醉
  - 137 住院费用
  - 138 预先提示

## 139 症状图

- 139 如何使用症状图
  - 139 分类
  - 139 找到正确的图
  - 139 如何使用
- 140 症状图分类
  - 140 焦虑感
  - 142 抑郁症
  - 145 眩晕
  - 149 犯困
  - 151 头痛
  - 155 听觉受损
  - 157 耳鸣
  - 160 耳痛或耳部压力
  - 162 牙痛

- |     |            |     |                 |
|-----|------------|-----|-----------------|
| 164 | 腺体肿胀       | 239 | 月经不调            |
| 166 | 咽喉痛        | 242 | 经期之间出血          |
| 168 | 眼部疼痛及其他眼疾  | 245 | 更年期后出血          |
| 172 | 视力减退       | 246 | 乳房肿瘤            |
| 176 | 眼睛分泌物      | 248 | 乳房疼痛            |
| 178 | 脱发         | 250 | 尿中带血(女性)        |
| 180 | 背部疼痛       | 252 | 尿失禁(女性)         |
| 184 | 臀部疼痛       | 254 | 尿痛或尿频(女性)       |
| 186 | 膝盖疼痛       | 256 | 外阴溃疡、肿块或疼痛      |
| 188 | 手腕或手臂疼痛    | 259 | 阴道分泌物、阴道发痒或刺痛   |
| 190 | 脚踝或脚部疼痛    | 261 | 婴儿啼哭            |
| 192 | 肩膀痛        | 264 | 婴儿发热            |
| 194 | 颈部疼痛       | 267 | 婴儿腹泻            |
| 197 | 麻木或刺痛      | 269 | 婴儿呕吐            |
| 199 | 指甲病变       | 272 | 婴儿和儿童皮疹         |
| 201 | 咳嗽         | 274 | 婴儿和儿童便秘         |
| 204 | 呼吸短促       | 275 | 婴儿和儿童咳嗽         |
| 207 | 喘息         | 278 | 婴儿和儿童耳痛         |
| 208 | 胸部疼痛       | 280 | 婴儿和儿童呼吸短促       |
| 210 | 复发性腹部疼痛    | 283 | 儿童腹痛            |
| 213 | 严重或突发性腹部疼痛 | 286 | 尿床和训练儿童使用厕所的习惯  |
| 216 | 便秘         | 288 | 儿童腹泻            |
| 218 | 嗝气、腹部鸣响或嗝气 | 290 | 儿童恶心或呕吐         |
| 220 | 腹泻         | 292 | 儿童发热            |
| 222 | 恶心或呕吐      | 296 | 儿童易怒或经常生病       |
| 224 | 直肠出血       | 298 | 男性生殖器疼痛、溃疡或有分泌物 |
| 226 | 直肠疼痛或发痒    | 300 | 尿失禁(男性)         |
| 228 | 无缘由体重增加    | 301 | 尿痛或尿频(男性)       |
| 231 | 无缘由体重减轻    | 303 | 排尿困难            |
| 234 | 痛经         | 304 | 尿中带血(男性)        |
| 236 | 经量过多       |     |                 |

## 305 药品

### 305 基本药品

- 305 为什么人们对药物产生的反应会不同
- 306 药物与食品之间的相互作用

### 308 安全

- 308 非处方药的不良反应
- 309 处方药的不良反应
- 311 药物相互作用

- 312 药物过敏
- 312 药物治疗与日照
- 312 替代疗法
- 312 药物成瘾
- 313 管理好自己的药品
- 313 用药错误
- 314 遵循医生的指导
- 316 常见药物类别
- 319 药物索引
- 323 药物相互作用表

## 346 急救和急诊护理

- 347 紧急救助大全
  - 347 过敏反应
  - 348 哮喘
  - 348 后背和颈部受伤
  - 350 动物叮咬
  - 351 流血
  - 353 呼吸困难
  - 353 骨折
  - 354 烧伤
  - 356 心肺复苏术
  - 356 孕妇临盆
  - 360 窒息
  - 362 糖尿病急救
  - 362 脱臼
  - 362 溺水
  - 362 耳朵中有异物
  - 363 电击
  - 363 眼部受伤
  - 364 晕厥
  - 364 头晕
  - 365 手指受伤
  - 365 摘下戒指
  - 365 渔钩钩伤
  - 365 冻伤
  - 365 严重冻伤
  - 366 中度冻伤
  - 366 生殖器受伤
  - 366 头部受伤
  - 366 头皮受伤
  - 366 心脏病
  - 367 热衰竭
  - 367 中暑
  - 367 低体温症
  - 367 鼻子受伤
  - 367 中毒和服药过量
  - 370 刺伤
  - 370 抓伤和擦伤
  - 370 断肢
  - 370 处理断肢
  - 370 休克
  - 371 撕裂伤
  - 371 脑卒中
  - 371 牙齿被打落
  - 371 意识丧失

## 373 婴幼儿及儿童健康

- 374 接种疫苗和预防疾病
  - 376 研究中的疫苗
  - 376 水痘
  - 376 白喉
  - 376 B型流感嗜血杆菌
  - 376 肝炎
  - 377 流行性感冒
  - 377 麻疹

- 378 腮腺炎
- 378 百日咳
- 378 肺炎球菌
- 378 小儿麻痹症
- 378 风疹
- 379 破伤风
- 379 两岁以下儿童的健康与发展**
- 379 生长与发育
- 381 母乳喂养
- 389 婴儿的健康睡眠习惯
- 390 噩梦及觉醒障碍
- 391 儿童安全
- 393 牙齿发育
- 395 儿童健康体检:新生儿至两岁  
儿童
- 396 儿童护理
- 397 自闭症
- 397 胎记
- 398 毛细支气管炎
- 398 唇裂及腭裂
- 399 畸形足
- 399 痉挛性肠痛
- 400 便秘
- 400 乳痂
- 401 哭闹
- 401 髋关节发育不良
- 402 尿布疹
- 403 膈疝
- 403 食管闭锁
- 403 胎儿酒精综合征
- 403 发热
- 404 胃肠炎
- 405 胃食管反流
- 408 心脏疾病
- 408 疝气
- 409 巨结肠
- 409 阴囊积水
- 409 脑积水
- 410 尿道下裂
- 410 甲状腺功能减退
- 410 肛门闭锁
- 411 黄疸
- 411 梅克尔憩室
- 411 苯丙酮尿症(PKU)
- 412 早产
- 412 幽门狭窄
- 413 皮疹
- 413 幼儿急疹
- 413 癫痫发作及癫痫
- 414 脊柱裂(神经管缺损)
- 414 婴儿猝死综合征
- 415 头部水肿
- 415 鹅口疮
- 415 吮拇癖及吮吸奶嘴癖
- 416 两岁以上儿童的健康与发展**
- 416 营养
- 416 睡眠
- 418 训练
- 418 大小便训练
- 419 儿童健康体检:3~10岁
- 419 腹痛
- 419 艾滋病
- 421 过敏
- 423 贫血
- 423 哮喘
- 424 尿床
- 425 癌症
- 428 乳糜泻
- 428 蜂窝织炎
- 428 脑性瘫痪
- 429 感冒
- 430 便秘
- 430 咳嗽
- 431 柯萨奇病毒感染及埃可病毒感染
- 431 格鲁布性喉头炎
- 432 囊胞性纤维症

- 432 糖尿病
- 433 唐氏综合征
- 434 耳部感染
- 434 湿疹和接触性皮炎
- 434 扁桃体和腺样体增生
- 436 热性惊厥
- 436 第五疾病
- 437 生长痛
- 437 成长问题
- 438 头 痛
- 439 疱 疹
- 440 肠套叠
- 440 幼年型类风湿关节炎
- 441 川崎病
- 441 乳糖不耐症
- 441 学习障碍
- 443 脑膜炎
- 443 智力缺陷
- 444 单核细胞增多症
- 444 肌肉萎缩症
- 445 肾炎和肾病综合征
- 446 肥胖症
- 446 骨髓炎
- 446 蛲 虫
- 447 肺 炎
- 447 瑞氏综合征
- 447 风湿热
- 448 咽喉痛
- 448 口 吃
- 449 腺体肿大
- 449 结核病
- 449 隐睾症
- 450 尿路感染
- 450 外阴阴道炎

## 451 青少年健康

- 451 父母:要了解你们青春期的孩子
  - 452 与你的孩子交流
  - 452 了解你孩子的朋友
  - 452 帮助青少年获得他们所需要的  
    医疗救助
  - 453 关于性的讨论
  - 453 青少年的问题
  - 453 滥用药物
  - 453 青少年自杀
  - 454 学校问题
  - 454 饮食失调
  - 454 营 养
  - 454 暴 力
  - 455 运动和体能
  - 455 从孩子中脱离
- 455 青少年:要了解你们自己
  - 460 青少年需要定期检查
  - 461 第一次做盆腔检查
  - 463 性
  - 463 手 淫
  - 463 同性恋
  - 463 性传播疾病
  - 464 避 孕
  - 464 怀 孕
  - 465 来自朋友的压力
  - 466 烟酒和毒品
  - 466 厌食和贪食
  - 467 饮食均衡
  - 467 安全驾驶
  - 467 抑 郁
  - 467 瘰 疬

- 468 女性生殖系统
- 470 女性需要做的检查
  - 470 宫颈活检
  - 470 阴道镜检查
  - 470 子宫内膜活检
  - 470 卵泡刺激素和黄体生成素血液测试
  - 471 宫腔镜检查
  - 471 乳房 X 射线照片检查
  - 471 宫颈刮片检查和人类乳头状瘤病毒检查
  - 471 盆腔、阴道及胸部的超声波
  - 471 真菌和毛滴虫试验
- 472 月经
  - 473 经期卫生
  - 473 经期暂停
  - 474 月经过多
  - 474 月经不规律
  - 474 痛经
  - 475 经前综合征
- 476 绝经期
  - 478 激素疗法
- 486 乳房
  - 486 乳腺炎和乳腺脓肿
  - 492 乳房肿块
  - 493 乳腺癌
  - 493 乳头疾病
- 495 外阴
  - 495 前庭大腺囊肿和脓肿
  - 495 外阴癌
- 496 阴道
  - 496 阴道感染
  - 496 阴道炎
- 497 子宫颈
  - 497 异常的宫颈刮片检查结果
  - 498 宫颈癌
  - 501 宫颈息肉
  - 501 宫颈腺囊肿
- 502 子宫
  - 502 子宫内膜癌
  - 503 子宫内膜异位症
  - 504 子宫肌瘤
  - 506 子宫脱垂
  - 507 后倾的子宫
  - 507 盆腔炎
- 508 卵巢和输卵管
  - 508 卵巢癌
  - 510 卵巢囊肿
  - 511 多囊卵巢综合征
  - 512 原发性卵巢功能衰竭
- 512 性
  - 512 避孕及性病
  - 512 性治疗
  - 513 同性恋和双性恋
- 513 女性性功能问题
  - 513 性欲缺失
  - 513 性高潮问题
  - 514 性交疼痛
- 514 女性和暴力
  - 514 家庭暴力



## 516 男性健康

### 517 阴茎

- 517 阴茎癌
- 518 龟头炎和包茎
- 518 阴茎疣
- 518 阴茎损伤

### 519 睾丸和阴囊

- 519 睾丸损伤
- 519 睾丸炎
- 519 睾丸扭转
- 520 鞘膜积液、精液囊肿和精索静脉曲张
- 520 附睾炎
- 521 隐睾症
- 521 睾丸癌

### 521 性行为

- 521 避孕和性传播疾病

- 522 性疗法
- 522 同性恋和双性恋

### 522 男性性功能问题

- 522 正常勃起
- 522 阳痿
- 526 阴茎异常勃起症和阴茎硬结症
- 526 早泄
- 526 延迟射精
- 526 血性精液

### 527 前列腺

- 527 前列腺炎
- 528 前列腺增生
- 532 前列腺癌

### 541 中老年男性

- 541 男性是否有更年期
- 541 男性激素的替代治疗

## 542 老年人健康

- 544 酗酒
- 545 认知障碍
- 545 便秘
- 545 抑郁症
- 546 大便失禁
- 546 低体温症

- 546 药物治疗
- 547 性行为
- 547 皮肤疾病
- 547 睡眠变化
- 548 三叉神经痛
- 548 尿失禁

## 549 看护和老年人护理

### 549 家庭看护

- 549 准备一个房间
- 549 药物
- 551 饮食和营养
- 551 讲究卫生

- 551 如厕需要
- 553 预防并治疗褥疮
- 553 量体温
- 554 运动和疾病康复
- 555 安全问题