

现代家庭
现代家庭

XIAN DAI JIA TING SHENG HUO JIN JI SHOU CE

生活禁忌

手册

百病
Bai Bing

Tiao Yang Yu Jin Ji

调养与禁忌

李建华◎编著

哪些病忌哪种水果
哺乳期忌哪几种药物

前列腺肥大忌哪些药物
小儿发烧忌乱用抗生素
经痛忌吃寒冷食物
感冒患者忌剧烈运动

记忆力减退症有哪些饮食宜忌

珠海出版社

百病调养与禁忌

李建华 编

珠海出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

现代家庭生活禁忌手册 / 李建华编. — 珠海: 珠海出版社,
2001. 1

ISBN 7-80607-763-4

I. 现… II. 李… III. 家庭生活—禁忌—手册

IV. TS976.3-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 81506 号

现代家庭生活禁忌手册

◎作者 李建华

策 划: 罗立群

责任编辑: 力 群 帅云

装帧设计: 陈军民

出版发行: 珠海出版社

社 址: 香洲区银桦新村 47 幢 A 座二层

联系电话: 0756-2515348

邮政编码: 519001

印 刷: 番禺新华印刷有限公司

开 本: 850×1168 1/32

印 张: 60 字数: 1125 千字

版 次: 2001 年 3 月第一版

2001 年 3 月第一次印刷

印 数: 1-10000 册

ISBN 7-80607-763-4 / TS·5

定 价: 100.00 元 (分册定价: 10.00 元)

版权所有·翻印必究

如有印装质量问题, 可与承印厂联系

目 录

肾炎者忌性交	(1)
胰腺炎忌饮酒	(2)
心脏病五忌	(3)
谈癌症者的戒口	(5)
眼病三忌	(6)
癫痫病忌突然停药	(8)
癫痫病忌盐和水	(9)
糖尿病四忌	(10)
胃溃疡五忌	(12)
肺病三忌	(13)
哮喘忌过多“气雾”剂	(14)
哮喘者忌口	(15)
肾炎不能“绝对”戒盐	(16)
肝炎带菌者忌酒	(17)
肝炎忌性交过度	(18)
肝炎忌肥肉	(19)

❖ 百病调养与禁忌 ❖

肝炎病忌药多	(20)
肝炎者的饮食禁忌	(21)
青光眼忌发怒	(22)
中风者五忌	(23)
喉炎忌刺激	(24)
哪些病忌哪种水果	(25)
关节炎病者忌肥肉	(26)
肺、气管病者忌酒	(27)
胃病忌啤酒	(29)
肾炎病者忌香蕉	(30)
哪些病忌辣椒	(30)
肝硬化忌沙丁鱼	(31)
经痛忌吃寒冷食物	(32)
皮肤病忌虾蟹	(33)
哮喘病忌多盐	(34)
肚泻忌饮酒	(35)
痛风病人忌海鲜	(36)
肾结石忌菠菜	(37)
发高热忌饮茶	(38)
儿童贫血忌菠菜	(39)
哪些病忌冻品	(39)
酒忌多饮	(40)
哪些病忌饮牛奶	(41)
哺乳期忌哪几种药物	(42)
慢性喉炎忌服“六神丸”	(44)

❖ 目 录 ❖

前列腺肥大忌哪些药	(45)
孕妇忌哪种中西药	(46)
肺气肿忌安眠药	(47)
阳痿忌“春药”	(48)
白癫风忌维生素 C	(49)
高血压病忌消炎药	(50)
什么病忌服避孕丸	(51)
便秘忌滥用大黄	(52)
失眠忌赖安眠药	(53)
高血压病忌“急降”	(54)
咳嗽忌“急止”	(54)
精神病者忌练气功	(56)
胃溃疡忌吸烟	(57)
体质弱者忌用染发水	(58)
经痛忌服止痛药	(59)
婴儿忌服鱼肝油	(60)
脱发者最忌忧虑	(61)
运动忌过量	(62)
哪些病忌拔牙	(63)
四类病者忌乘飞机	(65)
何种病者忌饮食“冻品”	(66)
早泄忌“避医”	(67)
伤口忌“洁癖”	(69)
什么病者忌“大笑”	(70)
手术后的禁忌	(71)

❖ 百病调养与禁忌 ❖

胃手术后禁忌多	(73)
暗疮忌肥肉	(74)
减肥忌过急	(75)
运动三忌	(76)
看病五忌	(77)
冻伤忌火烤	(78)
阳痿忌自己滥服药	(79)
伤口化脓忌涂龙胆紫	(80)
胰腺炎忌饮酒	(80)
心脏病病人忌穿化纤内衣	(81)
痛风病人忌吃鱼肉	(81)
忌忽视打鼾	(82)
脑力劳动者忌忽视肝、脾综合症	(82)
忌空腹慢跑	(83)
打针后忌用手按摩	(84)
忌忽视用冷水洗脸	(84)
肝炎病人忌沿街吃喝	(85)
胃溃疡病人忌少吃多餐	(85)
过敏性疾病病人忌穿羽绒服	(86)
忌忽视鼻子出血	(86)
近视者忌多吃糖	(87)
胆道病患者忌食高脂肪食物	(87)
腹泻病人忌吃鸡蛋	(88)
性功能障碍忌使用安定药	(88)
生疖子忌用冷水洗澡	(89)

忌口吃的好办法	(89)
肝硬化病人忌吃硬食	(90)
忌“怒气盛”	(90)
忌久坐	(91)
青年人忌忽视“早搏”	(91)
急性结膜炎忌戴眼罩	(93)
脑血管病人忌吃狗肉	(93)
哮喘病人忌多食盐	(94)
骨折病人忌吃牛皮菜	(94)
冠心病患者早晨起床忌匆忙	(95)
冠心病忌剧烈运动	(95)
冠心病患者忌早晨锻炼	(96)
心血管病人忌吃螃蟹	(96)
糖尿病患者忌吃西瓜	(97)
冠心病病人忌烟	(97)
忌忽视口腔异味	(98)
心律失常者忌穿合成纤维内衣	(99)
肥胖者忌食巧克力	(99)
肺气肿病人忌用安眠药	(100)
“甲亢”病人四忌	(100)
高血压病人忌降压过快过低	(101)
贫血忌饮茶	(102)
高血压病人忌冷水浴	(102)
肾炎病人忌盲目忌盐	(103)
肝炎病人忌吃蛋黄	(103)

❖ 百病调养与禁忌 ❖

忌吃花生的人	(104)
“甲亢”忌烦恼、劳累	(105)
高血压病人忌吃盐过多	(105)
胆石症病人忌吃高脂食物	(106)
胆囊炎、动脉硬化病人忌多吃花生	(106)
肝硬化病人忌吃皮蛋	(107)
高度近视者忌做剧烈运动	(107)
胆石症病人睡觉时忌左侧卧位	(108)
尿路结石的病人忌多吃糖	(108)
忌营养缺乏症	(109)
小儿发烧忌乱用抗生素	(110)
维生素忌摄入过量	(110)
忌安定诱发青光眼	(111)
外伤手术后忌吸烟	(112)
糖尿病忌酒	(112)
胆囊炎病人忌吃油腻食物	(113)
糖尿病人身体忌受凉	(113)
胆石症病人忌食酸性食物	(113)
流鼻血时忌抬头	(114)
忌“恐癌症”	(114)
高血压病人忌跳舞	(115)
返流性食管炎忌牛奶	(116)
脑血管病忌咖啡	(116)
糖尿病人忌劳累过度	(116)
心绞痛忌烟	(117)

❖ 目 录 ❖

动脉硬化忌花生	(117)
拔牙后忌吸烟	(117)
痔疮忌食辛辣	(118)
甲亢忌刺激性食物	(118)
腹痛、腹泻忌牛奶	(118)
糖尿病忌饮食失控	(119)
脑血管病忌狗肉	(119)
胃、肾下垂者忌跳舞	(119)
胃溃疡病人忌多喝汽水	(120)
脾胃虚寒者忌螃蟹	(120)
肾炎初愈者忌激烈运动	(120)
肝炎病患者忌多吃糖	(121)
感冒患者忌剧烈运动	(121)
冠心病病人忌多吃水果	(122)
胃炎犯病时忌喝浓茶	(122)
高血压患者忌多吃盐	(122)
糖尿病忌感染	(123)
患心肌炎忌劳累	(123)
感冒忌跳迪斯科	(123)
冠心病忌饮食过量	(124)
腹痛时忌早服止痛药	(124)
胆囊炎、胰腺炎忌喝牛奶	(125)
冻伤的四肢忌在冷水中泡浸	(125)
胃病患者忌吃辣椒	(125)
溃疡病人忌多服小苏打	(126)

❖ 百病调养与禁忌 ❖

妇女忌忽视口干·····	(126)
发烧时忌戴隐形眼镜·····	(128)
有冠心病家族史的青年应忌烟·····	(128)
心脏病病人忌玩惊险游乐器械·····	(129)
肾炎病人忌多吃香蕉·····	(130)
肝炎、胃下垂病人忌饭后散步·····	(130)
食管裂孔疝患者忌牛奶·····	(131)
忌忽视脑中风的危险因素·····	(131)
血压偏低忌不防止脑血栓·····	(133)
忌忽视高血压的防治·····	(134)
高血压病人忌情绪激动·····	(136)
高血压病人忌忽视夜间血压升高·····	(137)
高血压病人生活有“六忌”·····	(138)
夏季应慎防大咯血·····	(140)
食欲不振忌大意·····	(141)
糖尿病人应要警惕失明·····	(142)
老年人要防低体温症·····	(144)
癌症治疗上的误区·····	(145)
忌忽视老年急腹症的手术疗法·····	(147)
老年人忌忽视无痛性疾病·····	(148)
忌忽视慢性病酿成危重病·····	(150)
氧气应用要慎重·····	(151)
高血压饮食禁忌·····	(153)
高脂血症饮食禁忌·····	(154)
脑血管意外饮食禁忌·····	(154)

❖ 目 录 ❖

慢性支气管炎食疗禁忌	(154)
支气管哮喘饮食禁忌	(155)
急性肾炎饮食禁忌	(155)
记忆力减退症有哪些饮食宜忌	(156)
风湿性关节炎有何饮食宜忌	(157)
脱肛饮食禁忌	(157)
肛裂饮食禁忌	(158)
软组织挫伤饮食禁忌	(158)
带下病饮食禁忌	(158)
更年期综合症饮食禁忌	(159)
流行性腮腺炎饮食禁忌	(159)
百日咳饮食禁忌	(160)
夜啼饮食禁忌	(160)
疳积饮食禁忌	(161)
婴儿便秘饮食禁忌	(161)
荨麻疹饮食禁忌	(161)
酒糟鼻饮食禁忌	(162)
胃十二指肠溃疡饮食禁忌	(162)
前列腺炎患者性生活禁忌	(163)
癌症病人性行为误区	(164)
患滴虫性阴道炎性生活禁忌	(166)
治疗梅毒要注意的原则	(167)
淋病患者应注意的事项	(168)
淋病患者的治疗误区	(169)
治疗非淋菌性尿道炎应注意的事项	(171)

性病患者的错误倾向·····	(172)
消毒剂不宜过分强调防治性病的作用·····	(173)
忌服抗生素预防性病·····	(175)
对乳房上的“湿疹”忌忽视·····	(176)
精神分裂症人忌结婚·····	(177)
传染病隔离期忌结婚·····	(178)
久服避孕药妇女忌贫血·····	(178)
肺结核病人忌性生活过度·····	(179)

肾炎者忌性交

中医将“肾”的功能与性连在一起,将性无能的人称为“肾虚”,西医则认为这是“牛头不对马嘴”。其实,受过中医正规教育的人都懂得,这只是中医的归纳说法而已,并非不对,事实上,许多情形下,肾的毛病和性的确有着明显的关系。

例如肾炎,本来与性没有直接关系,但性交对本病极不利,是禁忌之一。此因性交时,交感神经出现强烈的兴奋,这兴奋将会令肾血管痉挛,使肾内血流量减少,于是,血中有害物质(如氮质)逐渐增加,这样会令尿中蛋白上升,血压同时升高,使肾炎的病情出现严重恶化。对于急性肾炎者,有时甚至会引起脑出血、眼底出血、血尿等症。

另一方面,肾炎的治疗过程中,最主要的就是休息,不可消耗体力,任何消耗体力和体质的情况,都对本病不利,所以连感染伤风、感冒,医生都大为紧张就是这个原因,而性交,是消耗体力的行为,因此是禁忌之一,中医称“房事过度则伤肾”,也就是这个意思。

对于女性病患来说,更须谨慎。如果肾炎者,体质衰弱的时候性交,很容易感染尿道炎、膀胱炎、肾盂炎,令病情复杂和严重化。

胰腺炎忌饮酒

胰腺炎并不常见,可是一旦出现却非常凶猛,患者会自觉上腹疼痛,续而加剧,左腹最为明显,疼痛迅速向胸、背扩展,继而发热、呕吐,如得不到治疗,会引起四肢抽搐、皮下出血,严重者有死亡的危险。本病若发现得早,治疗并不十分困难,可是,它容易被误诊为胆炎、胆石,往往误了治疗时机。

患有胰腺炎或曾有过但治愈的人,要忌饮酒。事实上,胰腺炎的产生和长期饮酒有很大的关系。

酒对胰的影响非常直接——酒精一进入胰管、血液、淋巴管中,全都对胰腺产生刺激,令胰腺分泌亢进,腺管内的压力增高。如果此时胰腺发炎,胰管阻塞不通,将会造成胰管上皮破裂,令起十二指肠液、胆汁在管内逆流,严重者,最终形成胰腺细胞功能障碍,导致出血、坏死,诱发“坏死型胰腺炎”而致死。

饮酒不单会刺激分泌大量胰液——引起上述种种病变,同时还会引起胃炎、十二指肠炎,也会令括约肌痉挛,这些将造成原有的胰腺炎产生变化,增加医生诊断上的疑点和治疗上的困难。

有过胰腺炎而已治愈的人,也忌饮酒,否则有引起复发的可能,千万不可忽视。

心脏病五忌

直到目前为止,心脏病仍然是死亡率最高的疾病之一,虽然,各种治疗方法都有长足的进步,但其死亡率仍居高不下,主要是它来得急,去得缓,正所谓来如狂风,去似抽丝。所以除治疗方法之外,病人本身的保养与禁忌,仍是十分重要的关键因素。

心脏病患者的禁忌很多,我们只介绍最重要的几点。有心脏毛病的人,当然应小心禁忌;没有心脏病的人,亦可将这些禁忌,当作预防心脏病的方法。生活上处处小心,才是延年益寿之道。

(1)忌烟。香烟中的尼古丁和烟雾中的一氧化碳具有毒性,对冠状动脉血管壁及心肌细胞会造成炎症;同时,尼古丁会刺激肾上腺素分泌,使心跳加快,血管收缩,不单令心脏负担加重,并使血压上升,更加强了其危险性。

一氧化碳则使动脉壁缺氧,血清胆固醇含量升高,这些将明显地令动脉粥样硬化加快形成,使心脏病恶化,因此,戒烟是心脏病人的首要之务。

(2)忌冷。在寒冷的天气中,心脏病发作的机率很高,寒冷能使血管阻力增加,这对心脏正常的人影响不明显,但有心脏病的人即有显著的不同,血管阻力增加,血压随之上升;另外,寒冷也会使身体肾上腺素分泌增加,使心跳加快,

心肌耗氧量于是增加,这些都会诱使心脏病发作。

心脏病者,特别是老年病者,一定要留意保暖,尤其在严寒的冬天,更要特别留意。

(3)忌饱。这里指的饱,是过饱。吃得过饱,胃部胀大,会使横膈肌位置升高,影响心脏正常舒张和收缩的空间,而令心脏负担加重;另一方面,太饱时,全身血液集中在胃中,也会使心脏动脉出现供血不足的现象,而诱发心绞痛,甚至导致心肌梗塞而危及生命。

(4)忌剧动。许多人误以为心脏病必须用运动“锻炼”,加强心脏机能,于是,医生也建议有心脏病的人慢跑。可是,每年都有许多人在慢跑中心脏病发作,更有许多人因此而丧命。

当然,适量的运动是可以也是必要的,但一切剧烈运动对有心脏病的人,则是一大禁忌。因剧烈运动剧增了心肌的耗氧量,而运动时,血液被“抽调”到肌肉中,心脏容易出现心力衰竭和心肌梗塞的现象。因此如长跑、篮球、足球,都是必须避免的。

(5)忌怒。许多心脏病病发都是在情绪大受刺激之下,如大怒、大喜、大怒时发生,这些剧烈的情绪反应会使交感神经兴奋,体内儿茶酚胺等血管活动物质于是增加令心跳加剧、血压升高,使冠状动脉出现痉挛;另一方面,心肌耗氧增加,也令冠状动脉闭塞,造成心室纤颤,严重者会有死亡的危险。

中医认为“怒则伤肝,肝郁则气滞于血瘀”是有其道理的。所以有心脏病的人,切记留意情绪上的安宁。