

民以饮食为天
人以脾胃为本

脾胃病知识问答



主编 张声生 陶琳

脾胃病知识问答

主 编 张声生 陶 琳

编 委 (按姓氏笔画排列)

乔 喆	李 帷	肖 畅	吴 兵
吴义春	汪正芳	沈 晨	张声生
陈剑明	周 滔	赵鲁卿	陶 琳

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

脾胃病知识问答/张声生等主编. —北京:
人民卫生出版社, 2011. 7
ISBN 978-7-117-14468-1

I. ①脾… II. ①张… III. ①脾胃病-防治-问题
解答 IV. ①R256. 3-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 095985 号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com	护士、医师、药师、中医 师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

脾胃病知识问答

主 编: 张声生 陶 琳
出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)
地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号
邮 编: 100021
E - mail: pmph@pmph.com
购书热线: 010-67605754 010-65264830
010-59787586 010-59787592
印 刷: 潮河印业有限公司
经 销: 新华书店
开 本: 850×1168 1/32 印张: 6.5
字 数: 143 千字
版 次: 2011 年 7 月第 1 版 2011 年 7 月第 1 版第 1 次印刷
标准书号: ISBN 978-7-117-14468-1/R · 14469
定 价: 18.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)



前 言

随着社会的发展,人们对健康保健日益重视,对医学科普知识也有了更高的需求。尽管中医和西医理论、治疗等并不相同,但研究的对象却都是人,研究的目的都是解释和防治临床疾病,解决实际问题。有鉴于此,我们组织常年在临床一线工作、同时具有中医和西医知识的消化科医生,针对脾胃病患者在求治过程中最常遇到的问题编写了这本《脾胃病知识问答》。

该书分为中医脾胃理论、脾胃病小知识、常见脾胃病防治三部分。中医脾胃理论部分主要从脾胃的生理功能、脾胃脏腑与其他脏腑的关系、脾胃病发生的病因和特点等方面深入浅出地解释说明,使读者在最短的时间内对中医脾胃基本知识有大致地了解;脾胃病小知识部分则从普通百姓日常最常遇见的脾胃病小问题入手,着重对饮食起居、养生调护、简单处理等进行指导;常见脾胃病防治部分则以消化科常见病病种为条目,分别对疾病的症状、诊疗、预后、中医调护等方面解答患者及其家属最关心的问题,帮助他们了解所患疾病的发病特点及变化规律以及中医治疗特色、灵验小偏方等。

民以饮食为天,人以脾胃为本,“脾胃衰则百病由

生”。所以我们应该时常不忘呵护脾胃，脾胃一旦发生了疾病，也一定要及时了解疾病的症状，并及时予以治疗、调护，使脾胃尽早恢复正常状态，这也正是本书的宗旨所在。本书编写是一种尝试，强调中医，但并不回避西医，一切以求医者最关心的问题出发，着力回答问题、解决问题。

由于时间仓促，错误在所难免，敬请读者指正。

中华中医药学会脾胃病分会主任委员 张声生

2011年5月



目 录

◎ 第一部分 中医脾胃理论

1. 中医的脾胃是怎么回事？	1
2. 为什么说脾胃为后天之本？	1
3. 脾和胃的功能是一样的吗？	2
4. 脾胃不和指的是什么？	3
5. 脾胃虚弱指的是什么？	3
6. 脾胃虚寒指的是什么？	4
7. 脾胃湿热是怎么回事？	4
8. 脾胃和肝有什么关系？	5
9. 脾胃和肾有什么关系？	5
10. 肝胃不和都有什么症状？	6
11. 脾肾两虚有什么表现？	6
12. 脾胃和面色有联系吗？	7
13. 脾虚易生“湿”，这个“湿”是什么？	7
14. 为什么说“思伤脾”、“怒伤肝”？	8
15. 脾胃虚弱该如何调理？	8
16. 脾胃虚寒有哪些食补方法？	8
17. 哪些中药容易伤脾胃？	9
18. 治疗脾胃病的中药应在餐前还是餐后服？	9

19. 通过饮食调护脾胃应注意哪些问题? 10
20. 如何根据不同季节调理脾胃? 11

◎ 第二部分 脾胃病小知识

1. 嘴唇干燥是脾胃的原因吗? 12
2. 面部起痘和脾胃有关系吗? 12
3. 口腔里有甜、咸异味是怎么回事? 13
4. 口臭就一定是口腔疾病吗? 14
5. 口臭就是上火吗? 14
6. 脾胃与口臭有何关系? 14
7. 情绪不好会导致口臭吗? 15
8. 吃肉多与口臭有关吗? 15
9. 抽烟与口臭有关吗? 16
10. 为什么老人多有口臭? 16
11. 口臭与鼻炎有关吗? 17
12. 怎样保持口腔卫生,让你的口气芬芳? 18
13. 怎样知道是肝胆湿热还是脾胃湿热导致的
口臭? 19
14. 家庭生活中如何预防口臭? 19
15. 有治疗口臭的中医偏方吗? 20
16. 喝茶能除口臭吗? 20
17. 祛口臭有什么食疗方法吗? 21
18. 为什么会口中反酸? 22
19. 烧心是有胃火吗? 22
20. 反酸烧心与情绪有关吗? 23
21. 反酸烧心与胖瘦有关吗? 23
22. 垫高枕头睡觉真的能抗反酸吗? 23
23. 吃西瓜能败胃火治烧心吗? 24
24. 什么是五味,过食五味会引起胃病吗? 24
25. 中医认为什么体质的人饮酒易诱发胃病? 25

26. 常吃甜食会得胃病吗？	25
27. 胃病患者为什么不能常喝咖啡？	26
28. 吸烟会引起胃病吗？	26
29. 为什么经常熬夜会得胃病？	27
30. 脾胃虚寒的人季节变换时更容易发病吗？	27
31. 夏天“暑湿”会伤脾胃吗？	28
32. 中医说思伤脾，这会引发胃病吗？	28
33. 早饱、恶心、呃逆、暖气、呕吐都是哪里出毛病了？	29
34. 常吃干果会引起消化不良吗？	29
35. 一到夏天就变得食欲差该怎么办？	30
36. 经常拉肚子是消化不良吗？	31
37. 为什么吃完就睡后经常胃不舒服？	31
38. 吃完饭后就犯困是得了什么病吗？	32
39. 明明晚上休息的很好，为什么还是感觉疲倦、精力下降？	32
40. 一家人胃都不好，是父母遗传给孩子的吗？	33
41. 消化不良仅仅是脾胃出问题了吗？	33
42. 更年期女性为什么经常消化不良？	34
43. 吃山楂就一定能治疗消化不良吗？	35
44. 醪糟能养胃吗？	35
45. 面食是比米饭更养胃吗？	36
46. 香砂和胃丸究竟是怎么和胃的呢？	37
47. 哪些小药能治疗消化不良？	37
48. “健胃消食”能解决所有消化不良的症状吗？	39
49. 坚持体育锻炼能让胃也“动”起来吗？	39
50. 为什么胃病要“三分治，七分养”？	40
51. 为什么中医强调患胃病的人要睡子午觉？	40
52. 保持心情愉快，有助于保持消化功能正常吗？	41
53. 瘦人吃什么都不长肉，怎样能长胖点？	41
54. 小孩总是胃口不好，中医怎么治疗？	42
55. 为什么小孩入秋后易腹泻？	42

56. 经常说小孩“停食着凉”是什么意思？	43
57. 不同季节怎样调整孩子的饮食？	43
58. 家庭中怎样给孩子进行捏脊治疗？	44
59. 中药泡脚可以调理脾胃吗？	44
60. 中药泡脚有什么经验方？	45
61. 哪些治疗仪可以调理脾胃，家庭中适用吗？	46
62. 凉茶类饮料适合所有人饮用吗？	47
63. 腹泻就一定是肠炎吗？	48
64. 腹泻就是因为吃了不干净东西吗？	48
65. 为什么贪凉饮冷易致腹泻？	49
66. 为什么抗生素既能治疗腹泻又能导致腹泻？ ...	49
67. 为什么有的患者晨起就泻？	50
68. 为什么有的患者吃完饭就泻？	50
69. 为什么服用清热泻火药后易出现腹泻？	51
70. 哪些病易并发腹泻？	51
71. 长期腹泻会造成营养不良吗？	51
72. 脾胃虚寒病人为什么不宜过多食用水果？	52
73. 肠道益生菌有什么作用？	52
74. 旅游者该怎样防治腹泻？	53
75. 为什么肠镜检查是慢性肠炎而中医大夫说是脾 不好？	54
76. 不管什么腹泻先服易蒙停止泻，对吗？	54
77. 腹泻次数越多越应该多用补药吗？	55
78. 为什么藿香正气水能治夏季腹泻？	55
79. 长期服用山药和生薏米能治腹泻吗？	55
80. 中医外治法如何治疗慢性腹泻？	56
81. 慢性腹泻如何食物调理？	56
82. 为什么多吃大蒜能防治急性腹泻？	57
83. 脾胃与慢性便秘有关吗？	57
84. 便秘会影响脏腑功能吗？	58
85. 慢性便秘会影响性功能吗？	58
86. 为什么女人易患便秘？	59

87. 老年人慢性便秘与脾肾虚弱有关吗?	59
88. 为什么说没有“脾劳”才能不“疲劳”?	60
89. 怎么知道自己是否存在“脾劳”?	62
90. 怎么才能预防“脾劳”?	62
91. 如何调治“脾劳”?	64

◎ 第三部分 常见脾胃病防治

1. 口腔溃疡是怎么引起的?	66
2. 中医是怎么认识口腔溃疡的?	66
3. 控制口腔溃疡需要培养哪些生活习惯?	67
4. 小儿口腔溃疡为什么会反复发作?	67
5. 吃药会引起口腔溃疡吗?	68
6. 精神压力大会引起口腔溃疡吗?	69
7. 为什么有些女性的口腔溃疡发作与月经有关? ...	69
8. 为什么天热了,口腔溃疡容易发作?	70
9. 口腔溃疡不能吃哪些食物?	70
10. 哪些食物可以防治口腔溃疡?	70
11. 两人同样都是口腔溃疡,为什么大夫开的药方 不同?	71
12. 有预防口腔溃疡的药膳吗?	72
13. 哪些中药外用可以治口腔溃疡?	73
14. 口腔溃疡可以吃些什么中成药?	74
15. 胃食管反流病是一种什么病?	75
16. 中医怎么认识胃食管反流病?	75
17. 什么人易患胃食管反流病?	76
18. 想明确诊断胃食管反流病一定要做胃镜吗? ...	76
19. 喝咖啡会导致胃食管反流病吗?	77
20. 哪些不良饮食习惯易导致胃食管反流病?	77
21. 胃食管反流病会癌变吗?	78
22. 胃食管反流病会遗传吗?	78
23. 奥美拉唑治疗胃食管反流病疗程需要多久? ...	79

24. 治疗胃食管反流病时须注意什么？	79
25. 食疗怎样治胃食管反流病？	79
26. 中医治疗胃食管反流病有什么特色？	81
27. 除汤药外中医治疗胃食管反流病还有什么小招？	81
28. 中医是怎么认识胃下垂的？	82
29. 胃下垂为什么引起腹胀？	83
30. 胃下垂的患者日常起居应注意什么？	83
31. 为什么胃镜检查没什么问题，胃疼却很严重？	84
32. 慢性胃炎就是胃里有细菌感染吗？	84
33. 脾胃不和就是胃炎吗？	85
34. 萎缩性胃炎是怎么发生的？	86
35. 萎缩性胃炎会发展成胃癌吗？	86
36. 得了萎缩性胃炎该怎样治疗？	87
37. 糜烂性胃炎和胃溃疡有什么区别？	88
38. 溃疡病通常包括哪些疾病？	89
39. 消化性溃疡的病因有什么？	89
40. 消化性溃疡有什么检查方法？	91
41. 消化性溃疡有什么危害？	92
42. 消化性溃疡会遗传吗？	93
43. 消化性溃疡会癌变吗？	93
44. 为什么消化性溃疡在饥饿时痛？	94
45. 消化性溃疡疼痛，能吃止痛药或解痉药缓解症状吗？	95
46. 幽门螺杆菌与消化性溃疡是什么关系？	95
47. 治疗消化性溃疡的疗程是多久？	96
48. 中医怎样认识消化性溃疡？	96
49. 中医治疗消化性溃疡有什么优势？	97
50. 治疗消化性溃疡中医有什么药膳方？	98
51. 患消化性溃疡能喝牛奶吗？	99
52. 生活中怎样调理能避免消化性溃疡复发？	100
53. 幽门螺杆菌有传染性吗？	101

54. 幽门螺杆菌感染会遗传吗?	102
55. 吸烟、饮酒会加重幽门螺杆菌的感染吗?	102
56. 幽门螺杆菌感染与口腔溃疡有关吗?	103
57. 幽门螺杆菌感染与口臭有关吗?	103
58. 幽门螺杆菌感染与玫瑰痤疮有关吗?	104
59. 幽门螺杆菌的检验方法有哪些?	104
60. ^{13}C -UBT 的数值越高表示幽门螺杆菌的感染 程度越重吗?	105
61. 幽门螺杆菌感染会导致胃癌吗?	105
62. 感染了幽门螺杆菌,一定要把它根除吗?	106
63. 哪些疾病感染了幽门螺杆菌必须根除?	106
64. 西药根除幽门螺杆菌治疗,疗程是多长 时间?	107
65. 根除幽门螺杆菌治疗后应多长时间复查?	107
66. 为什么幽门螺杆菌清除干净后,有的人仍会 胃疼?	107
67. 幽门螺杆菌已经根除,还会再次感染吗?	108
68. 反复根除幽门螺杆菌治疗失败应该怎么办? ...	108
69. 吃中药治疗幽门螺杆菌有效吗?	109
70. 治疗幽门螺杆菌期间应该避免食用什么食物和 药物?	109
71. 为什么夏季易患急性肠炎?	110
72. 家庭应该常备哪些小药防治急性肠炎?	110
73. 为什么慢性肠炎总是时好时坏?	111
74. 慢性肠炎有哪些食疗方?	112
75. 银杏果可以治肠炎腹泻吗? 能多吃吗?	112
76. 大便中带脓血是怎么回事?	113
77. 溃疡性结肠炎是一种什么病?	113
78. 口腔溃疡也是溃疡性结肠炎的表现吗?	114
79. 溃疡性结肠炎会遗传吗?	114
80. 患溃疡性结肠炎有生命危险吗?	115
81. 溃疡性结肠炎会变成结肠癌吗?	115

82. 中医治疗溃疡性结肠炎有什么特点?	116
83. 中药灌肠怎样治疗溃疡性结肠炎?	116
84. 溃疡性结肠炎都是“肠道湿热”吗?	117
85. 为什么脾肾两虚会导致溃疡性结肠炎?	117
86. 中药用活血药治疗溃疡性结肠炎不会加重 便血吗?	118
87. 溃疡性结肠炎患者何时才能停药?	118
88. 溃疡性结肠炎什么情况下考虑手术治疗?	119
89. 溃疡性结肠炎患者怎样调理饮食?	119
90. 我为什么一紧张或生气就腹痛腹泻?	120
91. 有的人腹泻,有的人便秘,为什么都属肠易激 综合征?	121
92. 确诊肠易激综合征需要做哪些检查?	122
93. 肠易激综合征会遗传吗?	122
94. 肠易激综合征的危害严重吗?	122
95. 为什么中青年人更易患肠易激综合征?	123
96. 为什么有的腹痛腹泻医生说是焦虑造成的? ...	123
97. 肠易激综合征与中医的“肝”、“脾”、“肾”有什么 关系?	124
98. 抗抑郁药能治疗肠易激综合征吗?	124
99. 中医怎样治疗肠易激综合征?	125
100. 针灸能治疗肠易激综合征吗?	125
101. 肠易激综合征患者饮食应注意什么?	126
102. 心理调整对治疗肠易激综合征有影响吗? ...	126
103. 慢性便秘需要做哪些检查?	127
104. 中医是如何治疗慢性便秘的?	127
105. 中医如何治疗小儿慢性便秘?	128
106. 慢性便秘老人如何选用缓泻剂?	128
107. 胆结石更钟情于男人还是女人?	129
108. 补钙会得胆结石吗?	130
109. 喝浓茶会得胆结石吗?	130
110. 胆结石会遗传吗?	130

111. 经常不吃早饭的人,更容易得胆结石吗?	131
112. 胆结石也会导致黄疸吗?	131
113. 胆结石病人不能吃鸡蛋吗,怎样兼顾营 养呢?	131
114. 得了胆结石还能喝酒吗?	132
115. 胆结石怎么是“五彩斑斓”的呢?	132
116. 听说中药排石很神奇,真的吗?	133
117. 得了胆结石能不做手术吗?	133
118. 胆囊炎和胆结石是一对“孪生兄弟”吗?	134
119. 瘦人和胖人谁更容易得胆囊结石?	134
120. 中医认为痰湿体质的人易得胆囊炎吗?	134
121. 照B超查出胆囊炎,并没有感觉,该怎么 办呢?	135
122. 既有胃炎又有胆囊炎,到底是哪个在作痛? ...	135
123. 胆囊炎患者应该选择喝红茶还是绿茶?	136
124. 得了胆囊炎只能吃素吗?	136
125. 慢性胆囊炎会传染吗?	137
126. 为什么有人吃消炎利胆的中药会拉肚 子呢?	137
127. 胆囊炎如何用中药控制?	137
128. 胆囊炎病人日常怎样保养?	138
129. 胆囊炎一定要手术吗?	138
130. 胆囊炎手术后饮食怎样调理?	139
131. 脂肪肝需做什么检查?	139
132. 患有脂肪肝但没有不适,需要治疗吗?	140
133. 为什么脂肪肝患者越来越多?	141
134. 脂肪性肝炎有传染性吗?	141
135. 肝区痛是脂肪肝的表现吗?	142
136. 脂肪肝一定会血脂高吗?	142
137. 患脂肪肝是胖子的专利吗?	142
138. 脂肪肝病人能多吃糖吗?	143
139. 脂肪肝病人经常口苦是肝火旺吗?	144

140. 为什么脂肪肝患者要戒酒?	144
141. 脂肪肝患者总是“乏力”,需要吃补药吗?	145
142. 得了脂肪肝,中医大夫为什么说是“肾虚”呢?	145
143. 脂肪肝患者有人腹泻有人便秘,都是脾虚吗?	146
144. 肥胖的脂肪肝患者,该怎么减肥呢?	146
145. 脂肪肝能治好吗?	147
146. 有“保肝健肝”药保驾,脂肪肝患者还用控制饮食吗?	147
147. 慢性传染性肝炎有哪些?	148
148. 肝炎都具有传染性吗?	148
149. 吃药也会得肝炎吗?	149
150. 同事中有乙肝患者,该怎么办?	149
151. 查体发现得了乙肝,怎么治疗?	150
152. 黄疸和肝炎是什么关系?	150
153. 转氨酶升高就是得了传染性肝炎吗?	151
154. 什么是肝功能,都有哪些指标?	151
155. 什么是大三阳和小三阳?	152
156. 大三阳转小三阳是表示病情好转吗?	152
157. 乙肝病人都有湿热吗?	153
158. 为什么得了肝炎后总爱生气发脾气?	154
159. “阳黄”、“阴黄”是怎么回事?	154
160. 乙肝疫苗怎样接种,能维持多长时间?	155
161. 乙肝和丙肝能治愈吗?	155
162. 老人说肝病是“富贵病”,怎么进行调养呢? ...	156
163. 肝炎患者需要绝对卧床吗?	157
164. 慢性肝炎患者怎样调整情绪?	158
165. 慢性肝炎患者饮食应注意什么?	159
166. 得了肝硬化要警惕哪些问题?	159
167. 肝硬化患者怎么吃了鸡鸭鱼肉就容易犯糊涂?	160

168. 便秘为什么会致肝硬化病人头脑不清? ...	161
169. 肝硬化会导致贫血吗?	162
170. 肝硬化的病人为什么会牙龈出血?	162
171. 肝硬化腹水的病人肚子里都是水为什么还叫 口渴?	163
172. 从外在表现能看到肝硬化患者的哪些蛛丝 马迹?	163
173. 得了药物性肝损伤,现在还能吃药吗?	164
174. 肝硬化能逆转吗?	165
175. 肝硬化会癌变吗?	166
176. 肝硬化患者应该如何过冬?	166
177. 喝酒能导致胰腺炎吗?	167
178. 胆囊结石与胰腺炎有关系吗?	168
179. 暴饮暴食是怎样诱发胰腺炎的?	168
180. 为什么说血脂高可以导致胰腺炎?	169
181. 突然肚子疼,会是胰腺炎吗?	169
182. 为什么有的老人患胰腺炎肚子不疼呢?	170
183. 怎样才能知道自己患急性胰腺炎呢?	171
184. 血糖高,为什么大夫说是胰腺炎引起的?	171
185. 急性胰腺炎可怕吗,会有生命危险吗?	172
186. 胰腺炎有慢性的吗?	172
187. 胰腺炎缓解后饮食应该注意什么?	173
188. 急性胰腺炎治好后会再复发吗?	174
189. 中医治疗胰腺炎有什么特色?	174
190. 什么是消化道出血?	175
191. 怎么能知道发生消化道出血了?	175
192. 为什么要小心消化道出血?	176
193. 如果发现自己或家人消化道出血怎么办? ...	176
194. 消化道出血危险吗?	177
195. 为什么有时医生找不到消化道出血的原因? ...	177
196. 为什么现在心脏病人消化道出血发生率 增加?	178

197. 中医怎样治疗消化道出血？	178
198. 头发烧成灰能止血，是真的吗？	179
199. 大黄是泻药，怎么能用来止血呢？	179
200. 消化道出血止住后该怎么调理呢？	180
201. 出血后恢复期间怎么食补？	180
202. 血虚证有哪些表现，什么食物可以补血？	181
203. 消化道恶性肿瘤有特殊表现吗？	181
204. 为什么老年人要注意观察大便颜色？	182
205. 为什么体重突然下降是消化道肿瘤的危险 信号？	183
206. 为什么说吞咽困难是食道恶性肿瘤的信号？ ...	183
207. 为什么说辛辣、油腻食物是结肠的天敌？	184
208. 中医“怒伤肝、思伤脾”与肿瘤的发生有 关吗？	184
209. 消化道的癌前疾病和癌前病变有何区别？ ...	185
210. 为什么说吃的太好易得肠癌？	185
211. 胃息肉会恶变吗，怎样治疗？	186
212. 消化道肿瘤家族史是指肿瘤会遗传吗？	187
213. 消化道肿瘤患者怎样选择中医治疗时机？ ...	187
214. 为什么说肿瘤术后调理脾胃至关重要？	187
215. 肿瘤患者应如何调理脾胃？	188