

C O N G S H U

最新家庭健康
生活丛书

周 荣 陆阁才 编著

危险年龄



与危险症状

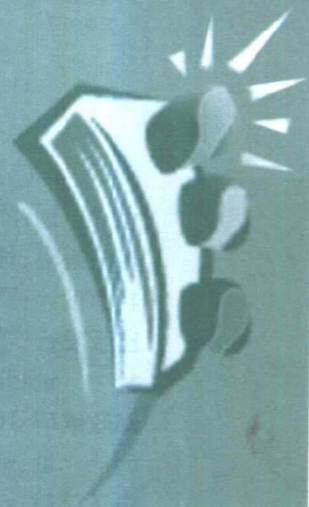
不同年龄段人群的健康警示

学苑出版社

荣 陆阁才 编

最新家庭健康
生活丛书

危险年龄 与危险症状



不同年龄段人群的健康警示

学苑出版社

图书在版编目(CIP)数据

危险年龄与危险症状/周荣 陆阁才 编著. - 北京:学苑出版社,2004(最新家庭健康生活丛书)

ISBN 7-5077-2222-8

I. 危… II. ①周…②陆… III. 保健 - 普及读物 IV. R161-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 096224 号

总策划:陈 辉

责任编辑:林 霖

封面设计:贾臻臻

出版发行:学苑出版社

社 址:北京市丰台区南方庄2号院世纪星1号楼

邮政编码:100078

网 址:www.book001.com

电子信箱:xueyuan@public.bta.net.cn

销售电话:010-67665512、67602949、67678944

经 销:新华书店

印 刷 厂:北京市广内印刷厂印刷

开本尺寸:787×960 1/16

印 张:15.5

字 数:256千字

版 次:2004年4月北京第1版

印 次:2004年4月北京第1次印刷

印 数:0001-3000册

定 价:28.00元



在现实生活中,也许你不懂医学,也许你对疾病产生的规律还一无所知。但是,你千万不可忽视各种危险的症状。比如,30岁以上淋巴结肿大、经常性涕血,40岁左右出现性交后出血、上腹部不规则疼痛,50岁出现指甲呈现横纹、咯痰太多,60岁左右出现轻微疼痛、一次性麻木,尿流变细、滴尿、血尿……,它们可能都暗示着你的身体内存在着危险疾病。

为了给这些不同年龄的人群提出不同的健康警示,我们编写出版了《危险年龄与危险症状》一书。旨在使广大读者能密切关注疾病产生的信号与危险症状的自测与预防。

危险年龄与危险症状既是独立的个体,又是统一的整体。危险年龄是特别容易发生或产生危险病症的年龄,危险症状是指哪些表现最危险。两者之间的关系是相辅相成的。临床实践表明,危险年龄与危险症状就如潜伏的洪水猛兽,时刻都有暴发的可能。

本书分上下两篇,上篇以年龄作为大框架,下篇以症状作为小标题。科学、详细地罗列了上百种危险年龄中的危险症状。涉及了人体几乎全部内脏器官和近百种疾病的潜在危险表现,提醒人们只有未病先防,防微杜渐,从人体极小的症候表现开始进行自我保健,才有可能真正达到祛病强身,健康长寿的目的。

不仅如此,本书还从自我保健的角度,系统而全面的介绍可能影响人体生命的100种疾病的危险症候,通过深入浅出的语言,简明易懂的道理,向人们介绍了生活中最易掌握的医学科普

危险年龄与危险症状

和养生保健知识,具有很强的实用性、针对性和科学性。能满足不同年龄段的人群对各种危险症状的自测与预防,是老、中、青年的良师益友,更是一本适合于初中以上文化程度读者及广大养生爱好者阅读的、实用的科普著作,相信阅读本书对你的健康大有益处。



上篇 一生中的危险年龄

危险症状的自测与预防,关键靠自己。任何疾病的产生总有它的信号,而第一个得到这种信号的人就是你自己。无论是20岁、30岁、40岁还是50岁、60岁,都会有着各自的危险时期和危险症状,要想将它们消灭于萌芽状态,就得自测自诊,及时发现,及早治疗。

疾病四伏——我们一生中哪些年龄段最危险…………… (3)

人生如一棵树。从萌芽开始,就会遭受不同的“风雨”。在这些“风雨”中,最危险的便是疾病。不论你是老年人、中年人,还是青年人,都难免会遇到各种各样的疾病。哪些年龄最危险?读过本章后,你将豁然明了。

男性一生中最危险的四个年龄段…………… (3)

女性一生中最危险的三个年龄段…………… (5)

而立难立——三十前后勿麻痹…………… (8)

三十岁,正是人生的壮年,身心发育已趋于成熟。可是,三十岁的人更应注意身体的健康,不要因为血气方刚而麻痹大意。如,淋巴结肿大、经常性涕血、月经增多、运动后胸痛等等都是危险症状发出的危险信号,切不可掉以轻心。

危险年龄与危险症状

记忆力减退——30 岁左右大脑出现早衰的表现	(8)
避免过度刺激——30 岁后要防猝死	(9)
运动系统逐渐衰退——30 岁后出现的必然现象	(11)
月经增多且伴有疼痛——30 岁以后要怀疑子宫肌瘤	(12)
淋巴结肿大、低热、消瘦——30 岁要小心何杰金氏病	(12)
肺活量下降——35 岁你的呼吸功能开始减弱	(12)
运动后胸痛——35 岁时应警惕心绞痛的发生	(13)
未育妇女——35 岁以后警惕乳腺癌	(14)
多事之秋——36 岁起身体出现衰退变化	(14)
经常性涕血——35 岁左右可能是鼻咽癌	(15)

不惑之惑——四十左右要注意

(18)

孔子曰：四十不惑。意指四十岁的人对于社会、人生以及各种各样的事情都有了一个较为理智的认识。可是，四十岁左右的人随着身体器官渐渐衰退，各种各样的疾病却纷至沓来。是以，四十岁的人千万不要为“不惑”而惑，以免影响晚年的幸福与健康。

40 前后是危险的阶段	(18)
性激素分泌改变——从 40 岁开始要注意生殖系统疾病	(19)
人到中年防肾虚——40 岁要防泌尿系统疾病	(20)
性欲和热情减退——40 岁左右小心糖尿病	(21)
性生活及用化妆品过度——40 岁应小心你的生活方式	(22)
性交后出血——45 岁时小心宫颈癌	(23)
记忆减退，反应开始迟钝——40 岁是神经衰弱的门槛	(24)
皮肤出现乌青紫块——40 岁以后可能为血小板减少症	(25)
烟瘾、酗酒——40 岁以后应注意的危险习惯	(25)
上腹部不规则疼痛——40 岁以后可能是溃疡病的表现	(26)
动作笨拙、震颤——40 岁以后可能是帕金森氏症的表现	(26)
疲劳、皮肤瘙痒——40 岁人要注意糖尿病	(27)
呆滞面容、畏寒少汗——40 岁左右易发甲状腺功能减退症	(28)
咳嗽、咯血——40 岁须小心防范肺癌	(29)
声音嘶哑、喉部不适——40 岁以上者应警惕喉癌	(31)
下腹胀满，伴有恶心——40 岁以上女性要防卵巢癌	(31)

肩臂痛,伴有肢体麻木——40岁左右要小心肺癌	(33)
淋巴肿大,伴有出血——40岁以上的人小心血癌	(33)
下肢水肿、心悸——40岁以后要防心力衰竭	(34)
唠唠叨叨、健忘恍惚——40岁的人不要忽视精神老化	(36)
吞咽困难,伴有闷胀感——40岁吞咽困难应想到食管癌	(36)
原因不明音哑或咽喉异物感——40岁以上警惕声带息肉	(37)
右上腹疼痛,放射到肩胛部——45岁左右警惕胆囊炎和胆石症	(38)
胃痛加剧伴消瘦——40岁的中年人应防治胃癌	(39)
心前区发作性疼痛——40岁要防心绞痛	(40)
关节退化,伴有畸形——40岁以上易出现创伤性关节炎	(40)
45岁后突然减视——老年白内障的开始	(41)
顽固厌食、全身发黄——40岁小心胰腺癌	(41)
上腹饱胀、厌肉食——40岁要注意胃癌的早期表现	(42)
妇女出现阴痒、外阴变白——40岁的女性小心外阴白斑	(42)
不规则阴道出血——40岁妇女要警惕子宫肌瘤	(43)
倦怠、食欲减退——45岁以后小心男性更年期综合症	(43)
老之将至——五十上下应小心	(44)

五十岁是人生步入晚年的开始。五十岁左右的人,一边承载着几十年来遭受磨损的躯体,一边准备着迈向金色的暮年。五十岁的人内分泌功能开始下降,五官开始衰老,力不从心的感觉已接踵而至。这时,就更需要预防疾病,珍爱自己的健康。

耳目不聪——50岁以上五官开始衰老	(44)
免疫下降——50岁以后内分泌功能开始下降	(46)
看不见的危险——50岁以后不可忽视预防癌前病	(46)
记忆下降、突然头痛——50岁以上应注意脑健康	(47)
起病急、头昏眩晕——50岁左右要预防中风	(48)
头痛、头晕——50岁左右的人要注意脑出血	(49)
月经紊乱,五心潮热——50岁左右注意更年期综合症	(50)
绝经后出血——50岁女性要警惕生殖系统肿瘤	(50)
痛经、月经过多——50岁左右的妇女要警惕子宫内膜癌	(51)
口干喝水不解渴——50岁的糖尿病征兆	(52)
咳嗽、有痰、声音沙哑——50岁心脏恶化的重要表现	(53)

危险年龄与危险症状

气喘、胸口憋——50岁要注意心脏老化	(53)
指甲呈现横纹——50岁肾脏开始出现硬化症	(54)
咯痰太多——50岁左右要警惕呼吸病	(54)
小心骨折——50岁要防骨质疏松症	(56)
耳鸣、耳聋——55岁以上要谨防动脉硬化	(57)
口腔硬块,伴有黏膜白斑——50岁左右的人可能为舌癌的早期表现	(58)
皮肤表面突起小结节,颜色污秽——50岁要小心皮肤癌	(59)

渔舟唱晚——六十开外需警惕

(60)

俗话说:人老百病生。人生到了六十岁以后,生理机能和免疫力急剧下降,疾病丛生。如果这时不加以积极的治疗和预防,就很难与形形色色的疾病相抗衡。如何警惕疾患的信号、如何锻炼身体对保护老年人的健康起着很重要的作用。

肌体劳损、状态下降——60岁进入人体疾病多发期	(60)
积极预防,小心保健——60岁应警惕的八种危险病症	(61)
对人冷淡,以自我为中心——60岁不要忽视早期老年痴呆症	(69)
心气始衰,血气懈惰——60岁循环系统开始衰老	(70)
眩晕发作,伴有恶心——60岁可能是心脑血管病的重要表现	(71)
手脚发颤,时快时慢——60岁要防震颤麻痹及动脉硬化	(71)
突然晕倒,神志不清——60岁的人要注意排尿性低血压	(72)
轻微疼痛、一次性麻木——60岁不要忽视隐性疾病症状	(72)
轻度咳嗽,呼吸困难——60岁以上的老人要谨防肺炎	(73)
血尿、疼痛——60岁左右的男性应警惕膀胱癌	(74)
尿流变细,滴尿、血尿——60岁以上小心前列腺癌	(75)
大便习惯改变,直肠胀满——60岁以上老人要特别警惕直肠癌	(75)
尿频、子宫脱垂——60岁的妇女常出现的病症	(76)
阴道出血、白带增多——60岁是子宫颈癌的高发区	(77)
功能下降,局部抵抗力减弱——60岁以上的妇女不要忽视阴道炎症	(77)
多尿、皮肤瘙痒——60岁最常见的糖尿病表现	(78)
眼球胀痛、头晕眩——60岁时要防治青光眼	(79)

下篇 一生中的危险症状

一个人的健康状况必然会通过生理病理的变化反映到人体的体表,人体的皮肤、头部、耳部、面部五官、舌体、口腔、手足、毛发等,都是疾病危险信号最容易发生的部位。因此,作为一个养生爱好者一定要学会用医学的常识武装自己的“火眼金睛”,敏锐而准确的抓住人体各部位的细微变化,准确全面的判断疾病的转归。本篇通过人体危险症候的分析,提醒人们要从生活中屡见不鲜、司空见惯的症候中去把握生命的规律。

疼 痛 (83)

俗话说:不通则痛,通则不痛。人体的各种疼痛症状是由于气血、经络不得畅通所导致的。而根据现代医学理论,各种癌症、炎症及心脑血管病症都会出现程度不同的疼痛,这种疼痛有的是由于病灶受压迫所引起,有的是因为炎性物质刺激所导致,有的是因为气血不通瘀血所致,尽管疼痛性质各不相同,但在疼痛的背后都有着危险病症的发生,因此,不能不提高警惕。

- 持续性疼痛——所有癌症必然会出现的症状 (83)
- 头痛、颈痛——危险的脑瘤及甲状腺癌症状 (84)
- 顽固性头痛——一种可能危及生命的症状 (85)
- 头痛头昏,记忆力下降——可能是脑卒中先兆 (85)
- 剧烈头痛、对光敏感——注意脑内出血的可能 (86)
- 头痛、头昏、肢体麻木——小心要发生中风病 (86)
- 咳嗽引起头痛——可能是脑部肿瘤征象 (87)
- 头痛、发作有时——可能是神经紧张或炎症 (87)
- 头痛发烧、大便脓血——乃细菌性痢疾 (88)
- 疼痛、眼花、阴道流血——妊娠的危险症状 (89)
- 突发面部疼痛——可见于三叉神经痛 (90)
- 眼睛痛——可能是外感或鼻炎所引起 (90)

危险年龄与危险症状

喉咙痛——可能是病毒或淋球菌所引起	(91)
咽下刺痛——食管癌的早期症候	(91)
牙痛——也可能是冠心病的表现	(92)
颈部疼痛——甲状腺或颈椎的炎症在作怪	(93)
背痛——脊椎一定出现了疾病	(93)
肩膀疼痛——心脏病和颈椎病都可导致	(93)
肩臂痛——可能是肺癌的指征	(94)
胸痛——胸部危险病症的重要特征	(94)
胸痛伴干咳——应警惕胸部脏器病症	(96)
胸骨上段紧痛——可见于冠心病和动脉硬化	(96)
持续性胸骨后痛——可能是心肌梗塞的重要症候	(97)
心前区疼痛——第一考虑是冠心病	(98)
胸部隐痛——不是肺癌就是心梗	(100)
上腹疼痛——可见于急性胰腺炎	(100)
腹痛——可见于空腔脏器炎症	(101)
中上腹疼痛——可见于胃黏膜脱垂症	(103)
右腹疼痛、消瘦发黄——肝癌	(104)
右下腹疼痛伴有包块——可见于结肠癌早期	(104)
右下腹痛伴有发热——可见于急性阑尾炎	(105)
突然出现胃痛——可能是胃癌的表现	(106)
胃痛、呕吐——警惕有急性心肌梗死	(106)
背痛、黄疸——有可能是胰腺癌	(106)
频尿而且疼痛——可见于尿路感染	(107)
重症月经痛加剧——应疑为子宫内膜症	(107)
痛经、月经过多、不孕——为子宫内膜癌的三大症候	(108)
阴囊坠痛——可见于精索静脉曲张	(108)
直肠及肛门疼痛——是胃肠或者是前列腺的病变	(109)
关节僵硬和疼痛——骨关节炎	(109)
关节疼痛——可见于老年痛风、肾功能不全	(109)
脚后跟痛——可能是足部疾病及肥胖病表现	(110)
肿 块	(111)

人体的绝大多数肿块都标志着疾病的发生,根据医学专家研究发

现,凡身体两侧对称性部位出现了不对称性肿物或异常表现,应想到肿瘤的可能。而质地坚硬、固定不移、边缘不清晰的肿块大多是恶性的,而质地柔软、移动不定、连续清晰的肿块大多是良性的,无论恶性良性都要求我们有判断、分辨的常识和能力。

不对称性肿物——应想到肿瘤的可能	(111)
淋巴结肿大——极大可能是危险病症引起的	(111)
皮肤损伤后出现突起、质硬——为皮肤癌表现	(112)
口唇表皮肥厚硬结——可能是口唇癌	(113)
颈部肿物——与癌瘤大有关系	(113)
直肠肿块——可能是癌症或痔疮的表现	(114)
乳房肿块成“酒窝”状——肯定是乳腺癌	(114)
睾丸肿大、不适、生长迅速——睾丸精原细胞瘤	(116)
阴茎头部小结节、糜烂——可能是阴茎癌	(117)
外阴丘疹、溃疡及结节肿块——女性警惕外阴癌	(117)
出 血	(119)

所谓出血,是当人体血管受到破坏时产生的一种病理症状,它分局部出血和全身出血两种,局部出血常是由于局部器官病变所引起的,而全身出血则意味着人体重要系统的整体病变,更值得指出的是,内脏出血往往是恶性病变的重要症状,像消化道出血、泌尿道出血、生殖器出血,都是十分严重的表现,必须引起充分的注意。

出血——众多肿瘤病的早期表现	(119)
全身无力伴有出血及淋巴肿大——白血病的危险症候	(120)
下眼睑背面有小出血——是否出现心内膜炎	(121)
痰中带血——多种危险病症的表现	(121)
吸烟者干咳、痰中带血——应高度怀疑肺癌	(122)
咯血——隐藏在背后的十三种疾病	(123)
呕血——通常是上消化道出血的表现	(126)
大便出血——可见于痔疮、癌症及痢疾	(127)
便血——可能与直肠癌有关	(128)
便血——背后的十三种消化道危重病症	(129)
便血——大肠癌的早期症状	(130)

危险年龄与危险症状

尿频尿急血尿——泌尿系统的严重症候	(131)
无痛性、间歇性尿血——肾盂癌或膀胱癌的首发症候	(132)
血尿频频——泌尿生殖系统病象	(133)
阴道出血伴白带增多——子宫颈癌的危险症候	(134)
白带异常带血——应警惕女性生殖器癌症	(136)
阴道出血——可能有多种危险病症出现	(137)
阴道不规则出血——应注意子宫病变	(139)
产后不规则出血——绒毛膜癌的可能性很大	(141)
停经后阴道出血——葡萄胎	(142)
发 热	(143)

每个人都有过发烧的体验,而这也是感染性疾病的重要特征。发烧原因复杂,有纯粹外感引起的,也有严重病症所引起的并发症,通常情况下,发烧如不及时处置,会带来严重后果。因此,对发烧的早期诊断十分重要,不仅要注意全面分析病史、症候和体征,而且要了解患者原来有哪些疾病,分析这次发烧是否是原有疾病的加重或发生了并发症。

发热——众多危险病症的共同表现	(143)
发烧不可小看——感染性疾病的重要晴雨表	(146)
发热、怕热、多汗——甲状腺功能亢进症	(148)
发热合并炎症——多种恶性肿瘤病人的重要症状	(149)
咳 喘	(150)

哮喘和咯痰是人体内的一种防卫反应。而持续性的哮喘和咯痰则是病变的信号。许多较严重的疾病,如肺炎、肺癌、肺结核、支气管炎等都可能隐藏于貌似平常的哮喘和咯痰中。特别值得注意的是,哮喘的声音、咯痰的颜色以及哮喘所伴随的其他症状,这些问题搞清楚了,对疾病的性质也就会有一个明确的判断了。

咳痰异常——是呼吸道疾病的危险症候	(150)
干性咳嗽——可能有严重的呼吸系统疾病	(152)
长期的咳嗽——不是老肺病就是有肿瘤	(154)
咳嗽咳痰伴有声哑——危险症状不可小视	(154)

长期咳嗽和咯痰——可能是慢性阻塞性肺病	(155)
---------------------------	-------

疲 乏	(157)
-----------	-------

疲乏是人体常见的症状,它最多出现在由于各种病变所导致的虚弱患者身上,尤其常见的是在肿瘤、感染性发热、贫血、失血、严重的炎症及较严重的神经、内分泌疾病中都会出现疲乏,这就要求我们透过疲乏这一表面症状去分析引起疲乏的原因,从而尽早争取到治疗疾病、恢复健康的时间。

乏力、消瘦——可能是恶性肿瘤的发展	(157)
-------------------------	-------

疲乏、面色苍白——暗示有严重贫血	(158)
------------------------	-------

脸黄、无力、易疲劳——可能是严重肝病的表现	(158)
-----------------------------	-------

皮肤异常	(160)
------------	-------

正如人们所知道的,皮肤黏膜是人体的天然屏障,也是疾病表现最充分的器官,通过皮肤黏膜的颜色、形状的变化,很容易推及内脏的病表现,这就是中医所说的“有病于内,必形于外”的道理。从这个角度来说,对于皮肤表面的任何异常,都要有细致科学的态度,以避免错过危险疾病的蛛丝马迹。

皮肤黏膜的白斑、增生——人体危险病症的重要表现	(160)
-------------------------------	-------

皮肤颜色改变——多种皮肤危症的表现	(162)
-------------------------	-------

瘙痒、鱼鳞癣、红皮及黑皮病——内脏恶性肿瘤的危险症候	(162)
----------------------------------	-------

色素痣突然增大伴有颜色加深——可能恶变为皮肤癌	(163)
-------------------------------	-------

面色异常	(165)
------------	-------

我们知道,中医一向认为面部神色的表现是机体生命活动的反映,也是脏腑气血盛衰的外露征象,通过望神色的晦、明、露、藏可推断预后的顺、逆、吉、凶,很快了解疾病的性质及部位。如面现隐黑的多为肾色外观,隐黄多为脾色外现,色青多主肝病,色白为肺虚,色赤为心火等……因此,色诊在疾病的定性、定位方面有很大意义。

面部色泽异常——体内必有危险病症	(165)
------------------------	-------

五官颜色形状异常——内脏危象不可小看	(168)
--------------------------	-------

鼻、口、人中异常——反映人体内脏精气衰竭	(171)
----------------------------	-------

危险年龄与危险症状

面色与脉象不相对应——人体生命可能受到威胁 (173)

脉象异常 (175)

“望、闻、问、切”是中医的四大诊法,而脉象是中医诊法中的重要内容,中医认为,任何一种脉象都是人体内脏病变的表现,而诊脉之法简便易行,随时随地就可以进行,因此,对本章所介绍的三十种病理脉象如果有所了解,就会对我们诊察危险病症有极大的帮助。

- 浮脉——可能见于急性炎发热期 (175)
- 沉脉——可见于各种充血性心力衰竭 (175)
- 迟脉——可见于各种心肌病引起的传导迟缓 (176)
- 数脉——可见于心肌病的危险症状 (176)
- 滑脉——可见于人体水液代谢疾病 (177)
- 涩脉——可见于心功能不全的病症 (177)
- 虚脉——可见于各种虚弱症及心衰症 (177)
- 实脉——可见于体内痰热积聚的疾病 (178)
- 长脉——可见于各种实热内结症 (178)
- 短脉——可见于主动脉狭窄等病症 (178)
- 洪脉——可见于各种急性热病和实病 (179)
- 微脉——可见于各种气血虚衰的病症 (179)
- 紧脉——可见于各种重寒证和痛症 (179)
- 缓脉——可见于各种气血不足的虚弱症 (180)
- 弦脉——可见于严重的肝胆症和高血压 (180)
- 芤脉——可见于大出血和失精症 (180)
- 革脉——可见于再生障碍性贫血及高血压 (181)
- 牢脉——可见于体内各种肿块及疝气 (181)
- 濡脉——可见于严重的亡血和湿证 (181)
- 弱脉——可见于心源性休克及心力衰竭 (181)
- 散脉——可见于心房纤颤及心力衰竭 (182)
- 细脉——可见于高血压及动脉硬化危症 (182)
- 伏脉——可见于各类昏厥及剧痛症 (182)
- 促脉——可见于风湿性心脏病及房室传导阻滞 (183)
- 结脉——可见于各种肿瘤及疝气症 (183)
- 代脉——可见于冠心病和风湿性心脏病 (183)

疾脉——可见于心肌炎及严重性肺结核	(184)
屋漏脉——可见于风湿性心瓣膜病	(184)
弹石脉——可见于桡动脉粥样硬化合并冠状动脉粥样硬化	(184)
解索脉——可见于肾与元气亡脱的危险病症	(184)
鱼翔脉——可见于心脏实质严重损害的疾病	(185)
虾游脉——可见于低血钾症、冠心病、房室传导阻滞	(185)
釜沸脉——可见于甲状腺功能亢进性心脏病	(185)
偃刀脉——可见于肾性高血压等动脉硬化症	(185)
转豆脉——常见于再生障碍性贫血、急性白血病	(186)
麻促脉——常见于濒死病人,严重低血钾	(186)
真脏脉——可见于人体内脏脏气已绝的危症	(186)
大小便异常	(187)

大小便是人体常见的排泄物,中医学认为他们的形成及排泄与肺、肾、脾、胃、大肠、小肠、膀胱三焦等脏腑有密切的关系,大小便的异常反映了以上诸脏的病变,而现代医学也证明多种危险疾病可以导致大小便异常,因此,掌握观测大小便的知识,可以帮助自己早日诊断疾病,赢得健康。

大便形状、颜色均异常——是许多疾病的重要标志	(187)
见食生厌伴大便失常——可能是消化道的炎症或肝炎的症状	(189)
黑便——隐藏着十二种消化道危险病症	(189)
大便习惯改变——男性应警惕结肠癌	(191)
尿液异常——泌尿系统大有问题	(192)
小便出现分叉——尿路是否出现炎症	(193)

体检生化指标异常	(195)
-----------------------	-------

现在几乎所有疾病的诊断都要依靠实验室生化检查来作为依据,而无论是血液、尿液、粪便、还是痰液、精液和前列腺液都对诊断人体危险病症有着重要的帮助,有的还是唯一的诊断依据,因此,作为养生爱好者不可不了解人体各项检查指标异常的重要意义。

血液检查异常——可见于全身重要病症的不同时期	(195)
尿液检查异常——可见于各类泌尿系统疾病	(208)

危险年龄与危险症状

- 粪便异常——可见于各类消化系统疾病 (211)
- 痰液检查异常——可见于各类呼吸系统疾病 (212)
- 精液和前列腺液检查异常——可见于各类男性生殖系统疾病 (213)

其 他 (217)

不可否认,所谓危险症状都与人体的内脏病变有着密切关联,除了本书下卷所叙述的那些典型表现之外,水肿、气味异常、晕厥、出汗异常、突发视力下降等都说明了人体的重要病理变化,这就要求我们以一种警惕而积极的心态去关心这些异常表现的发展,并主动去寻找相应的原因,从而及早治疗。

- 水肿——十有八九是心肾有病 (217)
- 气味异常——多种危险病症的重要症状 (218)
- 晕厥——一切急、慢性病可能导致的危症 (220)
- 出汗异常——可能是危险病症的表现 (221)
- 突发视力下降——眼和脑可能出现恶化倾向 (224)