

第二辑

小症状 大隐患

李定国◎编著



在第一辑畅销情况下，再接再厉

李定国医师临床40余年

又总结100个常见病的日常小症状，
明明白白让你筛遍全身，
将“未病之病”扼杀在萌芽中

极具操作性的自我诊断科普健康读物，你也可以做“扁鹊”

早治疗，花钱少，痛苦少

的“蔡桓公”

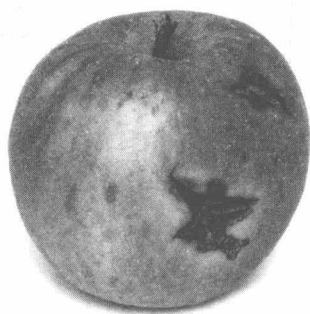
技出版社



第二辑

小症状 大隐患

李定国◎编著



中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书是讲述如何识别“小症状”的科普读物。在日常生活中，可能会出现某些不为人注意和重视的“小症状”，像怕冷、怕热、头晕等。这些看似无关紧要的身体不适和征象，在多数情况下，可能只是一时的、局部的小伤小病的表现。但是，也可能是某些严重疾病的症候。

本书着重揭示一些常见“小症状”的潜在危险，让读者了解它们也有“善”“恶”之分，提醒人们有时“小鱼也会翻大浪”，认清“来者不善”的小病症，及时进行检查和就医，避免耽误病情而造成不良后果。全书（第一辑、第二辑）就110种“小症状”进行讲解，有的还结合具体病例来说明。阅读这本书，有助于读者对寻常症状进行“透视”和“扫描”，从而提高对“小病微恙”的识别能力。本书可供各界人士阅读。

图书在版编目（CIP）数据

小症状 大隐患. 第二辑 / 李定国编著. -- 3版. 北京：中国医药科技出版社，2015.5

ISBN 978-7-5067-7253-2

I. ①小… II. ①李… III. ①常见病—防治 IV. ①R4

中国版本图书馆CIP数据核字（2015）第005120号

美术编辑 李彦生

版式设计 张文艺

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲22号

邮编 100082

电话 发行：010-62227427 邮购：010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 720×1000

印张 14.5

字数 175千字

版次 2009年12月第1版

2014年1月第2版

2015年6月第3版

印次 2015年6月第3版第1次印刷

印刷 三河市兴达印务有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-7253-2

定价 32.00元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

目录

CONTENTS

全身症状

002 突然消瘦

胖老总“消渴”致“脱形”

——羸弱太突然，顽症在纠缠

005 无菌之“炎”

张会计坐“肿”前列腺

——无菌可“发炎”，理化是病原

009 高枕之忧

王老伯“加枕”报心衰

——高枕岂“无忧”，切勿不在乎

013 特殊形体

“矮脚虎”三病常“伴舞”

——形体不寻常，生病没商量

017 怪异“体味”

鼠尿味发现遗传病

——身体有怪味，真相需揭示

021 “癌症性格”

“林妹妹”闷出乳腺癌

——郁闷忍憋让，癌症便盯上

024 醉酒

叶老兄斗酒“命归西”

——干杯令“肝悲”，乐极易生悲

皮肤症状

028 眩晕

王义夫眩晕“失金牌”

——眩晕来困扰，就怕来自“脑”

032 晨间不适

陈大叔告别“早上好”

——早上不舒服，体内有“埋伏”

036 无痛性肿块

“不吠狗”更会乱咬人

——肿块若不痛，后果更严重

042 皮肤瘙痒

皮肤痒却非皮肤“恙”

——瘙痒肤无恙，查肾查血糖

045 皮下青紫块

青紫块并非“鬼”作怪

——出现青紫斑，应查血小板

049 荨麻疹

“风疹块”来快去也快

——“风团”会“伤心”，老人应当心

四肢症状

054 步态异常

观步态可知病所在

——步态见异常，“举足”判病恙

面部症状

059 鼓槌状指

杵状指示心肺问题

——手指鼓槌状，心肺有灾殃

063 双手变色

“变色指”苍白→紫→潮红

——雷诺综合征，病因待厘清

068 满面红光

罗教授惨遭“红颜计”

——满面泛红光，未必真健康

070 病态“脸谱”

秀丽女变脸显“病相”

——人不可貌相，病却可貌相

075 蝴蝶斑

“红蝴蝶”警报“狼来了”

——蝴蝶停“窗口”，肾脏将受苦

078 战“痘”失策

战“痘”员误闯“百慕大”

——面部有“禁区”，痘痘不能挤

眼、耳、鼻、 咽喉部症状

084 视力骤降

眼模糊源于垂体瘤

——视物骤如雾，脑瘤压视“路”

086 眼前飞蚊

飞蚊症“善”“恶”要分清
——“蚊子”眼前飞，别忘查眼底

089 眼睑下垂

“眼难睁”往往有顽疾
——睑垂难睁开，病因在眼外

092 眼皮跳

眼皮跳岂是“凶吉兆”
——眼皮持续跳，医院去挂号

096 耳鸣

咳得“怪”源自耳屎块
——咳嗽颇蹊跷，耳屎凑热闹

100 流鼻血

鼻出血勿忘鼻外病
——鼻衄虽寻常，寻因要周详

104 声音嘶哑

女主播成了“沙奶奶”
——出现“鸭公声”，不可不当心

109 骨鲠（食管异物）

小鱼刺常常当“刺客”
——进食太着急，当心卡骨刺

口腔症状**116 嘴唇色素斑**

唇“色斑”暴露肠息肉
——嘴唇色素斑，肠道息肉满

118 智齿

“智慧齿”最好早拔除
——智齿无用处，牙中“钉子户”

122 舌痛

舌头痛警报脑卒中
——贫血较严重，可伴舌头痛

125 牙龈异常

牙龈肿原因有多种
——牙龈见蓝线，“铅毒”便露馅

心血管系统症状**130 发绀**

指甲蓝显示身发绀
——发绀非小恙，警示太缺氧

134 伤风

“嗜心毒”引起心肌炎
——“伤风”会伤“心”，不可不留心

139 老年低血压

别忽视老年低血压
——老人血压低，风险可不低

呼吸系统症状**144 干咳**

干咳声警报肺“遇险”
——长期患干咳，肺中有“黑客”

消化系统症状

146 咳痰

病不同痰色也不同

——痰色能“报信”，察痰可辨症

150 小儿气管异物

堵气管面临“生”“死”“残”

——异物堵气管，生死一瞬间

154 老年自发性气胸

胸膜破引起肺“漏气”

——老年肺气肿，胸膜易破孔

160 酒量急降

“酒英豪”为何“三杯倒”

——酒量骤然降，肝脏有“情况”

163 食欲亢进

“薛大胃”源于内分泌

——三餐食欲旺，糖尿与甲亢

165 便秘

“一坨粪”撂倒“何老汉”

——便秘令人愁，岂止后“股”忧

171 大便形状异常

大肠癌压迫“便”变样

——大便呈“异状”，大肠有“情况”

174 蜘蛛痣与肝掌

蜘蛛痣肝掌报肝病

——肝掌蜘蛛痣，肝病亮标志

泌尿生殖系统症状

178 酱油色尿

酱油尿常见蚕豆病

——尿呈酱油色，血管内容血

181 尿线分叉

尿分“线”多因前列腺

——排尿两股线，查查前列腺

183 夜尿多

起夜频尿量“一大盆”

——老人夜尿多，肾功能滑坡

185 隐睾

生精“巢”赴任却抛锚

——睾丸未“报到”，阴囊成“空巢”

妇科疾病症状

190 野蛮“好友”

“大姨妈”也会“逗你玩”

——有时“来好事”，也会变坏事

194 经期气胸

“深宫女”流浪到远方

——“宫女”“打工”去，惹起肺“漏气”

197 少女泌乳

大姑娘泌乳可寻因

——少女泌乳汁，有奶不是娘

毛发异常**202 脱发**

“烦恼丝”凋落添烦恼

——“顶峰”不长草，戏称“电灯泡”

206 眉毛脱落

“稀疏眉”查查“内分泌”

——眉毛渐渐稀，麻风或“甲低”

209 胎毛疯长

“假毛孩”多系“内脏癌”

——胎毛遍身长，恶瘤暗中藏

小症状

大隐患

全身症状

突然消瘦

无菌之“炎”

高枕之忧

特殊形体

怪异“体味”

“癌症性格”

醉酒

眩晕

晨间不适

无痛性肿块

突然消瘦

胖老总“消渴”致“脱形”

——羸弱太突然，顽症在纠缠

年近花甲的唐总，本来就长得腰圆膀粗，从40岁起就开始“发福”，而且能吃能喝，身上不断长“膘”，裤腰带的扣眼节节后退，大家都称他为胖总。可近半年来，他的胃口比以往还好，但体重却不断下降，而且精神也比过去差。本来油光满面的脸瘦了一大圈，裤腰带的扣眼已经系到最前面的那一个了。经常在一起的员工见老总日见“苗条”，以为他在“减肥瘦身”。久未见面的同学是医生，一见面看他“将军肚”不见了，瘦得有些认不出来了，叫他赶快上医院检查检查，看看是否得了什么病。果然不出所料，到医院一查，他患了糖尿病。

我国有句俗语曰：千金难买老来瘦，这句话现在看来也不一定完全是正确的。首先，让我们来“分解”这个“瘦”字。汉字之“瘦”是由“疒”与“叟”两部分组成，前者乃“患病”的意思，后者乃指“老人”（老叟）。可见，古代“造字”者早就发现有病的老人往往显得特别“瘦”，因此，老年人消瘦，特别是突然消瘦多系病患所致。当然这也不能一概而论。比如，一贯精瘦的人未必都是患者，而且有不少是“老来瘦”的寿星，如相声泰斗马三立享年90岁，著名剧作家夏衍享年95岁，他们就是“老来瘦”“瘦而康”的“代言人”和“形象大使”——“瘦星”兼“寿星”。据我国建筑大师梁思成说，他曾经当过“瘦协”的副会长。所谓“瘦

协”乃“老来瘦”协会，夏衍是会长，只有44公斤，梁思成和考古学家夏鼐是副会长，一个45公斤，一个47公斤，他们虽然“精瘦”却无何痼疾。不过，话又说回来，关于“千金难买老来瘦”这句俗语改为“千金难治突然瘦”更为科学，因为突然消瘦必有“险情”，千万不可大意。

身体是否消瘦不能以目测（视觉效果）为标准，应根据身高体重之比测出体质指数（BMI）来判断。BMI的正常范围为18.5~25，<18.5为过瘦，18.5~20为偏瘦，20~25为正常，>25为肥胖。其计算方法是体重（千克）除以身高（米）的平方。

突然消瘦应该注意，它可能预示下面几种疾病，有一口诀作了归纳：“千金难治突然瘦”，突然消瘦有缘故；甲亢糖尿肝硬化，体内癌魔已“落户”。

（1）**糖尿病**：糖尿病的早期表现便是“三多一少”，即多食、多尿、多饮，同时伴有消瘦（体重减少），中医称为“消渴”。这是由于患者体内没有足够的胰岛素（1型糖尿病是胰岛素缺乏，2型糖尿病是胰岛素相对不足），无法充分利用血液中的葡萄糖。由于身体总是需要能量的，不能利用葡萄糖就只有消耗脂肪，所以就会出现消瘦。

（2）**癌症**：如大肠癌、胰腺癌、胃癌等。癌症早期症状并不明显，但消瘦却是其中之一。比如大肠癌，当出现突然消瘦的同时还可能伴有无痛性便血等，但是由于“无痛”而未引起重视。因此，对于突然消瘦者，特别是50岁以上的人，突然消瘦就要提高警惕。应该特别提醒的是，肿瘤一旦被确诊就可能是晚期了。因此如果生活中发现自己体重不明原因地下降，或周围有人惊奇地说你怎么突然变得那么瘦，那就要上医院去查个究竟。由于肿瘤生长需要营养，它会和身体其他器官争夺营养，这样一来就易消瘦。

(3) 肝硬化、肝腹水：突然消瘦很容易让人联想到是慢性肝病，但不少患者却碍于面子或工作太忙没有及时就医。有些人一两个月内瘦了二三十斤，眼眶都凹陷下去了，一检查，结果是肝硬化。患肝硬化、肝腹水等必然造成人体合成代谢下降、消耗代谢上升，人也会在短期内消瘦。而肝硬化的另一个标志则是在体重减轻同时，伴有乏力、腹泻等症状。

(4) 甲状腺功能亢进（甲亢）：如果食量没有下降，但体重却一再减轻，同时伴有脖子粗大或出现心慌、失眠等，就可能患上了甲亢。老年人患甲亢不如年轻人容易识别，约1/3的患者无甲状腺肿大，其主要表现就是越来越瘦。

可见，突然消瘦是一个危险信号，如果在1个月内，体重不明原因地下降了10公斤以上，即使没有感到身体异样，也要及时就医。老年人突然消瘦，常见于糖尿病及癌症，但特别要注意癌症偷袭。

无菌之“炎”

张会计坐“肿”前列腺

——无菌可“发炎”，理化是病原

在银行工作的张会计，由于长期有久坐不动的习惯而出现尿频、尿急和尿道灼烧等症状，而且尿道口还溢出白色透明的分泌物。开始他怀疑自己是不是出差不注意而被旅店的洗浴用具传染了性病。可到医院去就诊，经过前列腺液检查，诊断为“无菌性前列腺炎”。听到自己患了前列腺炎，便要求医生给他用抗生素治疗。医生告诉他，他患的前列腺炎不是由于细菌感染所引起，所以，不需要使用抗菌药物。医生进一步向他做了详细的解释：无菌性前列腺炎又称慢性前列腺充血或前列腺溢液。一般认为，能使前列腺经常反复地充血的各种因素皆可能引起发病，比如，忍精、过度的手淫、久坐、饮酒和常吃辣椒等刺激性食物等都是诱发本病的原因。他平日坐的时间过长，而且骑摩托车上下班，引起发病的因素主要是久坐，是把前列腺坐“肿”了。因此，他的病不需要用抗生素或其他抗菌药物。今后要改变久坐不动的习惯，上下班改坐公交车，避免喝酒和吃辣，如有忍精和手淫的坏习惯则应改正。

不少人一听说身体某个部位发炎，就以为是病原微生物所引起的。病原微生物包括细菌、病毒、支原体、立克次体、原虫等，多数人都会把发炎（医学上称为“炎症”）和细菌感染画等号，认为引起发炎的“元凶”就是细菌。其实，炎症分为生物性炎症和非生物性炎症。当然，人们所患的炎症，以生物性炎症为主，因此，我

们可以说，病原微生物特别是细菌是引起炎症的“惯犯”。但是，不是“惯犯”引起的非生物性炎症也并非罕见，如药物性胃炎、日光性皮炎等非生物性炎症，即不是“惯犯”引起的炎症。可以引起非生物性炎症的因素包括物理因素、化学因素和人体自身免疫因素等。

吃药吃出的炎症——药物性胃炎

药物性胃炎也是化学因素引起的炎症。许多药物都可对胃黏膜产生不同程度的损伤而引发药物性胃炎，比如解热镇痛药、抗风湿药，以及某些抗菌药、皮质激素等。

药物之所以会引起胃炎，在于药物的“攻击”作用攻克了胃屏障的防御作用。药物在引发胃炎中有4“招”：第一招是药物本身对胃黏膜的直接刺激和损伤；第二招是抑制胃黏膜分泌各种防御物质；第三招是促进胃酸、胃蛋白酶的分泌，为“攻击”助战；第四招是减慢胃黏膜上皮细胞的更新速度。不同的“伤胃”药物各有不同的招数，有的一种药有两三招。攻击作用“得势”的结果，便引起药物性胃炎甚至导致胃黏膜糜烂和出血。

药物还可以引起某些器官的炎症，如利福平、异烟肼等引起的药物性肝炎，呋喃呋啉等引起的间质性肺炎，非那西丁等引起间质性肾炎；布洛芬、复方新诺明等引起的药源性脑膜炎等。

喝酒喝出的炎症——酒精性肝炎

喝酒伤肝，人所共知。酒精性肝炎是化学因素引起的炎症。酒精对肝脏的危害按照“酒精性脂肪肝→酒精性肝炎→酒精性肝硬化