

复旦大学上海医学院
《家庭医学全书》编委会

家庭生活必备

THE FAMILY
MEDICINE



家庭 医学全书



卫生保健篇·医学常识篇
常见疾病防治篇·中医中药篇·急救篇
康复与饮食治疗篇

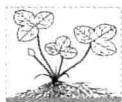
上海科学技术出版社

THE FAMILY MEDICINE

家庭医学全书

第4版
fourth edition

复旦大学上海医学院
《家庭医学全书》编委会



上海科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭医学全书/复旦大学上海医学院《家庭医学全书》
编委会编著.—4版.—上海:上海科学技术出版社,
2012.9

ISBN 978-7-5478-1095-8

I. ①家... II. ①复... III. ①家庭医学—基本知
识 IV. ①R4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 255665 号

上海世纪出版股份有限公司 出版、发行
上海科学技术出版社

(上海钦州南路 71 号 邮政编码 200235)

新华书店上海发行所经销

苏州望电印刷有限公司印刷

开本 889×1194 1/32 印张:33.5 插页:4

字数:1 370 千字

1982 年 1 月第 1 版

1989 年 4 月第 2 版

2000 年 11 月第 3 版

2012 年 9 月第 4 版 2012 年 9 月第 39 次印刷

ISBN 978-7-5478-1095-8/R·355

印数:1 059 451-1 069 500

定价:58.00 元

本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题,
请向承印厂联系调换



内容提要

本书从初版到第4版历经了30年,销量百万余册,是我国医学保健的经典、权威之作。本书一直由复旦大学上海医学院(原上海医科大学)的众多著名专家共同编写。专家们深厚的学术造诣、丰富的临床经验和严谨的创作精神,使得本书内容科学、严谨、朴实而又贴近日常生活。

本书的编写目的是为百姓家庭提供一部值得信赖的医学保健工具书。日常生活中,当遇到医学问题需要了解相关知识时,可查阅本书;同时它也可作为学习医学保健知识以促进健康的读本。

本书内容涵盖了卫生保健与疾病预防、医学基础知识、各系统疾病防治、急救、康复等多个领域,基本能满足家庭对医学知识的需求。同时,也对中医中药进行了精简而实用的介绍,因为中医中药在我国的家庭生活中占有十分重要的地位。

第4版的编写秉承了本书前三版一贯的风格:全、精、新、普。全,指内容涵盖面广,百姓需要的一般的医学知识基本都可在本书中查到;精,指编写简明扼要,重点突出,条目清晰;新,指体现医学理论与技术的发展,适应家庭生活方式和需求的变化;普,指内容贴合生活需要且行文通俗易懂。

不过,本书最大的特点还是科学性、严谨性,这是本书30年来一直受到欢迎的最重要原因。



编委会

名誉主任编委

王卫平 杨秉辉

主任编委

冯晓源

副主任编委(按姓氏笔画排序)

孙兴怀 邹和建 俞卓伟 胡雁 徐丛剑 钱序 阎作勤 黄国英
蒋国樑

编委委员(按姓氏笔画排序)

王文健 王吉耀 孙建琴 朱大年 朱文青 沈稚舟 周梁 季建林
俞立英 洪震 祝培珠 胡永善 徐金华 桂永浩 郭慕依 曾蒙苏
童朝阳 蔡端 薛张纲

学术秘书

刘金也



编写者 (按姓氏笔画排序)

丁小强	于健君	马莉莉	卞 华	方 艺	王 坚	王 亮	王 健
王 薇	王 毅	王 臻	王文健	王吉耀	王传军	王君俏	王侠生
王春芳	王晓川	王桂芳	王赞舜	付建辉	卢家红	卢惠娟	史 静
叶尘宇	左 伋	白玉龙	白春学	乔 凯	刘 红	刘 芳	刘 瑶
吉 俊	向 阳	孙 湛	孙兴怀	孙红英	孙建琴	孙新芬	成文武
朱 敏	朱大年	朱文青	朱玉连	朱国行	江澄川	汤 颖	汤罗嘉
许小平	何更生	余丹菁	吴 志	吴 明	吴 毅	宋 凡	宋伟民
宋振举	应晓华	张 锋	张 瑾	张亚平	张冰峰	张明智	张育红
张继明	李 放	李 铮	李 蕾	李华茵	李远方	李振新	李善群
杜施霖	杨 冬	杨小亮	沈 波	迟放鲁	邵 勉	邵长周	邹建洲
闵 珉	陆 忠	陆志强	陈 斌	陈 瑜	陈向军	陈连军	陈智鸿
陈瑞珍	周 俊	周 梁	周文浩	季建林	宗 敏	林晓莉	林寰东
范文可	郑春泉	金美玲	俞立英	俞卓伟	姚晨玲	姜 红	姜林娣
施东伟	施光峰	洪 震	洪群英	洪慧慧	祝璿珠	胡 予	胡 雁
胡纯达	赵国昌	赵明智	钟一红	项建斌	夏昭林	夏海鸥	奚百顺
徐 秀	徐云洁	徐丛剑	徐金华	秦胜梅	贾守梅	郭卫军	郭红卫
郭起浩	郭慕依	钱 序	钱晓路	陶振刚	顾 沛	顾宇彤	顾国嵘
顾剑勇	顾章愉	高 鑫	曹育玲	章晓燕	黄 琼	黄 雯	黄文彦
黄国英	黄海娟	储以微	曾 玫	程 宽	程训佳	程蕾蕾	童朝阳
葛向煜	葛均波	蒋进军	蒋国樑	虞培敏	褚仁远	管丽华	翟晓文
蔡 端	蔡意达	谭 晖	樊 帆	潘 珏	薛爱民	滕 杰	



前言

《家庭医学全书》是一本供百姓使用的医疗卫生参考书、医学科普知识备查书。第一版于1982年1月问世,此后每十年修订一次,深受广大读者喜爱,至今已印刷数十次、发行百万余册。当今社会经济迅猛发展,生活节奏不断加快,广大群众对生活保健、疾病预防等问题的关注度显著提升;而随着医疗体系的日益变革、科学技术的快速发展,该书的部分概念已不够精准,内容亟待更新。为使该书能够适应时代的发展、满足家庭的需要,再次组织修订工作势在必行。

《家庭医学全书》第4版的修订工作由复旦大学上海医学院组织,聘请基础医学、临床医学、预防医学与公共卫生学、护理学等多学科的知名教授组成编委会。全体编委经过认真反复的商讨,明确修订原则,力求保持原书的科学性和权威性,在不增加整体篇幅的前提下调整章节内容,删旧添新。第4版在内容选择上秉承“全、精、新、普”的特点,在突出家庭性、实用性的同时,与临床医学新进展紧密结合,除诊断治疗知识之外,更加重视预防保健知识,以贴近当代百姓的医疗保健需求。篇章设置方面,保留第3版中的“卫生保健篇”、“医学常识篇”、“常见疾病防治篇”、“中医中药篇”,将原来的“急救康复篇”拆分为“急救篇”和“康复篇”,并对具体内容做了归并、补充等相应调整。此外,该书力求避免使用深奥的术语和缩略语,以详略得当的文字来增加可读性,以期能够帮助更多读者树立预防保健意识,使更多家庭远离疾病困扰,生活得更愉快、更美好。

《家庭医学全书》第4版的修订过程中,要特别感谢原复旦大学常务副校长王卫平教授和原复旦大学附属中山医院院长杨秉辉教授,他们慨然应允担任本书名誉主编,无私地为编写工作奉献心智、出谋划策。感谢副主编及编委通力合作、认真组稿、精心修订,感谢全体编者的不懈努力。此外,还要感谢上海科学技术出版社责任编辑的真诚帮助,其认真负责的精神确保本书修订任务如期完成。

编者水平有限,难免存在错误和缺点,望读者予以指正。

冯波

2012年3月



目录

卫生保健篇

第1章 优生	2	第3章 儿童、青少年保健	22
择偶与优生	2	生理特点与保健	22
婚前保健与优生	2	心理发育与保健	23
妊娠与优生	2	青春期特点与保健	24
胎儿生长发育影响因素	2	青春期性与生殖健康	
产前诊断	3	教育	26
第2章 婴幼儿保健	4	学习与记忆	27
新生儿护理	4	体育与休息	28
早产儿护理	6	常见病预防	30
婴幼儿护理	7	第4章 职业人群保健	31
母乳喂养	9	职业环境中的物理性有害	
混合喂养	10	因素	32
人工喂养	11	职业环境中的化学性有害	
辅助食品的添加	12	因素	33
家庭简易辅助食品制作	12	职业环境中的生物性有害	
幼儿喂养	12	因素	36
婴幼儿生长发育	13	职业活动中的社会心理不良	
牙齿发育和牙齿卫生	15	因素	36
早期教育	16	职业因素和人体衰老	38
婴幼儿安全	16	职业病与职业相关疾病	38
良好生活习惯的培养	17	生活方式与职业危害	38
预防接种	18	工作习惯与职业危害	39
		职业女性保健	39



个人劳动防护措施	40	不滥用药物	61
第 5 章 孕产妇保健	41	平衡营养摄入	61
孕前保健	41	合理膳食搭配	68
孕期保健	43	健康的饮食习惯	71
产时保健	45	保健食品	72
产时卫生	46	积极参加体育锻炼	73
产后保健	46	消除精神紧张	76
哺乳期保健	49	第 8 章 保护健康	77
第 6 章 更年期和老年人保健	50	消毒	77
更年期保健	50	除害	83
老年人各系统的增龄性		机动车尾气的危害和	
变化	51	预防	91
老年保健	55	选择优质饮用水	92
第 7 章 促进健康	59	室内装饰装修卫生问题	94
不吸烟	59	室内空气卫生	94
限制饮酒	60	家用化学品卫生	96
		预防食源性疾病	97

医学常识篇

第 9 章 人体解剖生理	102	神经系统	119
人体构造概述	102	内分泌系统	123
人体的化学物质基础	102	生殖系统	125
人体的细胞、组织、器官		小儿与老人的解剖生理	
和系统	103	特点	128
各系统、器官的解剖生理	103	小儿的解剖生理特点	128
运动系统	103	老人的解剖生理特点	129
皮肤	105	第 10 章 疾病的基础知识	130
循环系统	106	疾病的原因	130
血液系统	109	微生物与疾病	131
免疫系统	110	寄生虫与疾病	133
呼吸系统	112	遗传与疾病	135
消化系统	114	免疫与疾病	137
泌尿系统	117	细胞病变	139
感觉器官	118		

循环障碍	140	呼吸系统疾病护理	169
炎症	142	内分泌疾病护理	170
组织修复	143	消化系统疾病护理	170
肿瘤	144	肾脏疾病护理	171
第 11 章 家庭护理常识及		血液系统疾病护理	172
技能	147	骨科疾病护理	172
家庭居室环境	147	泌尿外科疾病护理	173
家庭病床设备	149	血管外科疾病护理	174
家庭卫生常识	150	精神科疾病护理	175
头发护理	152	痛经的护理	176
口腔护理	152	阴道炎症护理	177
饮食护理	153	小儿住院治疗期间以家庭	
鼻饲护理	153	为中心的照顾	178
皮肤护理	154	老年期痴呆病人居	
压疮的预防与护理	155	家护理	179
排泄护理	155	脑卒中病人的居家	
留置导尿管的护理	157	护理	180
家庭灌肠法	157	第 12 章 医学检查	181
冷、热疗法	158	病史询问	181
热疗	158	体格检查	181
冷疗	158	实验室检查	184
体温测量法	159	X 线检查	199
脉搏测量法	160	造影检查	200
呼吸测量法	160	X 线电子计算机体层	
血压测量法	161	摄影(CT)	203
氧气吸入法	162	磁共振成像	203
家庭消毒法	163	超声波检查	204
一般隔离法	163	心电图	205
手术前准备和手术后		心导管检查	208
护理	164	肺功能测定	208
手术病人出院后的		血液气体分析	209
家庭护理	165	放射性核素检查	209
外科病人留置		第 13 章 诊疗技术	212
导管的护理	166	注射	212
功能锻炼	167	过敏试验	212
循环系统疾病护理	168		



胸腔穿刺	213	洗胃	218
腹腔穿刺	213	导尿	218
肝脏穿刺	213	简易热敷	219
心包穿刺	214	简易冷敷	219
骨髓穿刺	214	换药	220
骨髓活检	214	胸膜腔闭合引流	220
腰椎穿刺	214	辅助呼吸	220
关节穿刺	214	纤维支气管镜检查	221
淋巴结穿刺和活检	215	纤维胃镜检查	221
食管拉网细胞学		乙状结肠镜、纤维结肠	
检查	215	镜检查	221
胃肠减压	215	腹腔镜检查	221
静脉切开	215		
静脉压测定	215	第 14 章 药物治疗	222
压脉带试验	216	家庭常见备用药	222
活组织检查	216	家庭用药注意事项	224
肛门、直肠检查	216	药物的副作用	229
灌肠	216		
排气	217	第 15 章 常用法医学鉴定	230
封闭疗法	217	亲子鉴定	230
蒸汽吸入	217	损伤程度评定	231
氧气吸入	218	伤残程度评定	232
鼻饲	218	尸体解剖	232

常见疾病防治篇

第 16 章 常见症状和体征	236	皮下出血	246
发热	236	水肿	247
肥胖	238	咳嗽和咳痰	248
消瘦	239	胸痛	249
眩晕	239	呼吸困难	250
头痛	240	心悸	250
惊厥	242	咯血	251
晕厥	242	紫绀	252
昏迷	244	恶心呕吐	253
休克	245	吞咽困难	254
淋巴结肿大	245	呃逆	255



腹痛	255	流行性脑脊髓膜炎	281
腹块	256	传染性非典型肺炎	282
肝肿大	257	艾滋病	283
脾肿大	258	白喉	284
腹水	258	百日咳	285
黄疸	259	伤寒和副伤寒	285
腹泻	261	细菌性食物中毒	286
便秘	261	细菌性痢疾	287
呕血、黑便和便血	262	霍乱	288
呕血、黑便	262	回归热	289
便血	263	钩端螺旋体病	289
尿频、尿急、尿痛	264	布鲁菌病	291
第 17 章 传染病和寄生虫病	265	鼠疫	291
基本知识	265	炭疽	292
感冒	266	鼠咬热	293
流行性感冒	267	疟疾	293
甲型 H1N1 流感	267	附:黑尿热	294
人禽流感	268	黑热病	294
麻疹	270	阿米巴痢疾	295
风疹	270	阿米巴肝脓肿	295
脊髓灰质炎	271	卡氏肺孢子菌肺炎	296
病毒性肝炎	272	弓形虫病	297
流行性乙型脑炎	274	华支睾吸虫病	297
散发性病毒性脑炎	274	肺吸虫病	297
森林脑炎	275	姜片虫病	298
登革热和登革出血热	275	血吸虫病	299
黄热病	276	日本血吸虫	299
流行性腮腺炎	276	埃及血吸虫病	300
狂犬病	277	曼氏血吸虫病	300
传染性单核细胞		丝虫病	300
增多症	277	旋毛虫病	301
流行性出血热	278	猪肉绦虫病及囊虫病	302
巨细胞病毒病	278	包虫病	303
斑疹伤寒和恙虫病	279	钩虫病	303
败血症	280	蛲虫病	304
猩红热	281	蛔虫病	304



第 18 章 呼吸系统疾病	305	原发性心肌病	332
急性上呼吸道感染	305	扩张型心肌病	332
急性支气管炎	306	肥厚型心肌病	333
慢性支气管炎	306	限制型心肌病和致心律失常性	
慢性阻塞性肺病	307	右室心肌病	333
支气管扩张	308	心肌致密化不全	334
哮喘	308	感染性心内膜炎	334
过敏性鼻炎和哮喘	309	病毒性心肌炎	335
肺炎	310	心包炎	336
真菌肺炎	310	无脉病	337
肺脓肿	311	心律失常	338
肺结核	312	窦性心律失常	338
胸膜炎	312	过早搏动	339
气胸	313	阵发性心动过速	340
结节病	314	心房颤动	341
肺栓塞	315	房室传导阻滞	342
肺动脉高压	315	病态窦房结综合征	343
肺心病	316	心脏功能不全	344
肺间质病	317	心脏肿瘤	346
急性呼吸衰竭	318	心脏神经症	347
慢性呼吸衰竭	318		
鼾症和睡眠呼吸暂停		第 20 章 消化系统疾病	348
综合征	319	胃食管反流病	348
高原或飞机旅行相关		食管贲门失迟缓症	349
疾病	320	急性胃炎	350
吸烟的危害及对策	321	慢性胃炎	352
		消化性溃疡	353
第 19 章 循环系统疾病	322	肠结核	355
风湿性心脏病	322	结核性腹膜炎	356
高血压病	323	克罗恩病	357
动脉硬化	325	溃疡性结肠炎	357
冠状动脉粥样硬化性		消化道憩室	358
心脏病	327	功能性胃肠病	359
心绞痛	327	非病毒性慢性肝炎	360
心肌梗死	328	肝硬化	363
先天性心脏病	329	肝性脑病	364
肺动脉高压	331	急性胰腺炎	365



慢性胰腺炎	367	减退症	384
第 21 章 血液系统疾病	368	嗜铬细胞瘤	385
贫血	368	库欣综合征	386
缺铁性贫血	369	甲状腺结节	386
巨幼细胞性贫血	370	甲状腺炎	387
再生障碍性贫血	371	甲状腺功能亢进症	388
溶血性贫血	372	甲状腺功能减退症	389
遗传性球形红细胞		甲状旁腺功能亢进症	390
增多症	374	甲状旁腺功能减退症	390
葡萄糖-6-磷酸脱氢酶		糖尿病	391
缺乏症	374	低血糖症	396
丙酮酸激酶缺乏症	374	痛风	396
地中海贫血	375	肥胖症	398
阵发性睡眠性血红蛋白		代谢综合征	399
尿症	375	营养不良和消瘦	401
自身免疫性溶血性		维生素 B ₁ 缺乏症	402
贫血	375	维生素 B ₂ 缺乏症	402
白细胞减少症	376	烟酸缺乏病	403
骨髓增生异常综合征	377	维生素 C 缺乏症	403
类白血病反应	377	维生素 K 缺乏症	403
高球蛋白血症与浆		第 23 章 肾脏疾病	404
细胞病	377	肾小球肾炎	404
血小板减少性紫癜	378	肾病综合征	405
过敏性紫癜	379	IgA 肾病	406
血友病	380	间质性肾炎	407
弥散性血管内凝血	380	尿路感染	408
高凝状态和血栓形成	380	肾小管性酸中毒	409
第 22 章 内分泌及代谢疾病	381	肾动脉狭窄	410
生长激素缺乏性		高血压肾病	411
侏儒症	382	糖尿病肾病	413
产后垂体前叶功能		狼疮性肾炎	414
减退症	382	血管炎相关性肾炎	415
肢端肥大症	383	急性肾损伤(急性	
尿崩症	384	肾衰竭)	416
慢性肾上腺皮质功能		慢性肾脏病	417
		血液透析	418



腹膜透析	420	脂肪瘤	441
血液净化新技术	421	纤维瘤	442
水、电解质和酸碱平衡		神经鞘瘤和神经	
失调	422	纤维瘤	442
第 24 章 风湿系统疾病	425	表皮乳头状瘤	442
类风湿关节炎	425	血管瘤	442
系统性红斑狼疮	426	淋巴管瘤	442
干燥综合征	427	颈部肿块	443
脊柱关节病	428	甲状舌管囊肿	443
多发性肌炎和皮肌炎	429	鳃裂囊肿	443
混合性结缔组织病	430	囊状淋巴管瘤	443
硬皮病	430	甲状腺腺瘤	443
成人斯蒂尔病	431	颈淋巴结结核	443
血管炎	431	急性乳腺炎	444
痛风和高尿酸血症	432	乳腺纤维增生症	444
第 25 章 普外科疾病	433	乳头溢液	445
手术前准备和手术后		乳腺纤维腺瘤	445
护理	433	男性乳房肥大症	445
麻醉	434	腹部损伤	445
损伤	434	急性腹膜炎	446
烧伤	436	脐膨出	446
冷伤	436	脐痿	447
脓毒病	437	腹外疝	447
疖和痈	438	先天性肥厚性幽门	
急性蜂窝织炎	438	狭窄	448
丹毒	438	肠梗阻	448
急性淋巴管炎	439	蛔虫性肠梗阻	449
急性淋巴结炎	439	肠套叠	449
脓性指头炎	439	粘连性肠梗阻	450
甲沟炎	439	肠扭转	450
甲下血肿	440	阑尾炎	450
手指急性化脓性腱鞘炎	440	肠痿	451
破伤风	440	先天性巨结肠	451
气性坏疽	441	直肠脱垂	452
皮脂瘤	441	结肠和直肠息肉	452
		肛门闭锁	453
		肛裂	453
		肛管直肠周围脓肿	454



肛痿	454	关节内骨折	470
痔	454	骨髓部位的损伤	471
胆道闭锁	455	关节脱位	471
胆囊炎	455	手外伤	473
胆管结石和胆管炎	456	膝部损伤	475
胆囊结石	456	断肢(指)再植	476
胆囊息肉	457	化脓性骨髓炎	476
胆道蛔虫症	457	化脓性关节炎	477
门静脉高压	457	骨和关节结核	477
血栓闭塞性脉管炎	459	类风湿关节炎	479
下肢动脉粥样硬化性 闭塞症	459	骨刺	479
急性动脉栓塞	460	骨关节炎	479
动脉瘤	460	骨质疏松症	480
动静脉瘘	461	大骨节病	481
静脉血栓形成	461	小儿麻痹症后遗症	482
下肢静脉曲张	462	多指(趾)	483
慢性小腿溃疡	463	先天性畸形足	483
整形手术	463	跖外翻	483
器官移植	464	平足症	484
		先天性髌脱位	484
		先天性斜颈	485
		落枕	486
		脊柱侧凸	486
		颈肩部疼痛	487
		腰臀部疼痛	487
		髌膝部疼痛	488
		肩关节周围炎	489
		腰椎间盘突出症	489
		梨状肌综合征	490
		臂丛神经血管受压症	490
		肘管综合征	491
		腕管综合征	491
		腱鞘囊肿	492
		滑囊炎	492
		网球肘	492
		骨肿瘤	493
		骨瘤	493
		软骨瘤	494
第 26 章 骨科疾病	464		
骨折	464		
锁骨骨折	466		
肱骨上端骨折	466		
肱骨干骨折	466		
肱骨髁上骨折	466		
前臂骨折	467		
桡骨下端骨折	467		
股骨颈骨折	467		
股骨干骨折	468		
髌骨骨折	468		
胫腓骨骨折	468		
踝部骨折	468		
脊柱骨折	469		
外伤性瘫痪	469		
骨盆骨折	470		



骨软骨瘤	494	男子性功能障碍	512
骨巨细胞瘤	494		
周围神经损伤	495	第 28 章 胸腔外科疾病	512
继发性恶性骨肿瘤	496	胸部损伤	512
截肢	497	创伤性气胸	513
假肢	497	血胸	513
植骨	498	胸壁结核	513
人工关节	499	脓胸	514
		纵隔肿瘤	514
		心脏病的外科治疗	515
第 27 章 泌尿外科疾病	500		
泌尿外科常见症状	500	第 29 章 妇产科疾病	516
排尿困难和尿潴留	500	妇科特殊检查	516
尿失禁	501	盆腔检查	516
血尿	501	阴道脱落细胞检查	516
脓尿	502	宫颈黏液检查	516
肾绞痛	502	基础体温测定	516
阴囊内肿块	502	子宫颈刮片检查	517
肾下垂	503	子宫颈活组织检查	517
多囊肾	503	诊断性刮宫	518
尿道下裂	503	输卵管通液术	518
包茎和包皮过长	503	子宫输卵管造影术	518
睾丸未降	504	阴道后穹穿刺	518
膀胱炎	504	阴道镜检查	519
前列腺炎	504	腹腔镜检查	519
肾性高血压	505	宫腔镜检查	519
泌尿系结石症	505	不孕症	519
泌尿、男性生殖系结核	507	流产	520
肾肿瘤	507	早产	521
肾移植	508	输卵管妊娠	522
膀胱肿瘤	508	妊娠剧吐	523
阴茎癌	509	妊娠期高血压疾病	523
睾丸肿瘤	509	妊娠期肝内胆汁	
前列腺增生	509	淤积症	524
肾脏损伤	510	前置胎盘	524
膀胱损伤	510	胎盘早剥	525
尿道损伤	511	多胎妊娠	525
男子不育症	511		