

- 常见疾病的症状与鉴别
- 常见疾病的防治知识
- 危重病征的扼要提示
- 突发性疾病的自我处理

常见病



健康生活保健指南

自诊自疗手册

一本安全实用的医学宝典
一个家庭必备的保健药箱

李
滕文英
赫
主编

教您掌握防治疾病的知识，使您懂得
疾病的发生、发展规律，做到有病早发现，
应用适当有效的方法进行治疗。



华南理工大学出版社

常见病自诊自疗手册

李 赫 滕文英 主编

华南理工大学出版社
·广州·

图书在版编目 (CIP) 数据

常见病自诊自疗手册/李赫, 滕文英主编. —广州: 华南理工大学出版社, 1998. 3

ISBN 7-5623-1266-4

I. 常…

II. ①李…②滕…

III. 常见病—诊疗—普及读物

IV. R4-49

华南理工大学出版社出版发行

(广州五山 邮编: 510641)

责任编辑: 丁春玲 詹志青

各地新华书店经销

广州市番禺印刷厂印装

开本: 850×1168 1/32 印张: 18.25 字数: 467千

1998年3月第1版 1998年3月第1次印刷

印数: 1—5000册

定价: 30.00元

前 言

人生活在自然界中,诸多因素都在影响着人们的健康,生病是难免的,因而掌握一些防治疾病的知识,懂得疾病的发生、发展规律,做到有病早期发现,自己动手采用各种有效方法进行治疗,防微杜渐,这对战胜疾病,保持健康是十分有益的。为满足社会的这一需求,我们编写了此书,力求以简单明了、深入浅出的语言,阐述望、闻、问、切四诊辨证等诊疗基本知识;以主要症状和体征为导向,向读者介绍一些常见多发病证早期轻浅阶段的家庭自我诊断和调治,并对危重难治的病证的诊断要旨作出扼要的提示,以免延误病情。全书务求简明、实用、有效,可作为生活保健指南之用。

(本书收录了内、外、妇、儿、皮肤、五官、肿瘤、男科等医学科目中 150 余种常见病的自诊和自疗要点、具体的治疗方法、生活调理及注意事项等。)

本书介绍的治疗方法操作简单,使用方便,安全实用,能在就医不便的条件下,读者可以根据自己的实际病情选择应用。特别需要说明的是,对于难以自己诊断的疾病,应先到医院确诊;危症、急症应在医院治疗缓解后,再选用本书所介绍的方法治疗、调理。

在本书编写的过程中,我们参考了大量有关资料,同时请教了许多有临床经验的中西医专家,听取了他们的宝贵意见,并力求内容通俗易懂,简明扼要,切合实际,既适合广大家庭使用,也可供基层医务人员参考。书中不足之处,敬请广大读者不吝赐教。

编 者

1997年7月

目 录

第一章 疾病常见症状与鉴别

第一节	发热	(1)
第二节	头痛	(3)
第三节	眩晕	(5)
第四节	咳嗽	(6)
第五节	胸痛	(7)
第六节	咯血	(9)
第七节	呼吸困难	(10)
第八节	紫绀	(12)
第九节	心悸	(14)
第十节	腹痛	(15)
第十一节	恶心和呕吐	(18)
第十二节	呕血和黑粪	(20)
第十三节	腹泻	(21)
第十四节	便秘	(23)
第十五节	便血	(25)

第十六节	黄疸	(26)
第十七节	水肿	(28)
第十八节	肝肿大	(30)
第十九节	脾肿大	(33)
第二十节	腹腔肿块	(34)
第二十一节	表浅淋巴结肿大	(36)
第二十二节	尿频和尿急	(38)
第二十三节	紫癜	(39)
第二十四节	皮疹	(40)

第二章 内科疾病

第一节	传染病和寄生虫病	(43)
一、	伤风(普通感冒)	(43)
二、	流行性感胃	(47)
三、	急性病毒性肝炎	(50)
四、	慢性乙型病毒性肝炎	(54)
五、	肺结核	(59)
六、	细菌性痢疾	(64)
七、	肠道寄生虫病	(68)
第二节	呼吸系统疾病	(72)
一、	急性支气管炎	(72)
二、	慢性支气管炎	(76)
三、	肺炎	(81)

四、支气管扩张	(85)
五、支气管哮喘	(88)
第三节 循环系统疾病	(93)
一、原发性高血压	(93)
二、低血压症	(98)
三、病毒性心肌炎	(101)
四、风湿性关节炎	(106)
五、风湿性心脏病	(110)
六、冠心病	(114)
七、病态窦房结综合征	(120)
八、肺心病	(124)
九、慢性心力衰竭	(128)
十、心律失常	(132)
十一、脑血管意外	(137)
第四节 消化系统疾病	(142)
一、急性胃肠炎	(142)
二、慢性胃炎	(146)
三、消化性溃疡	(151)
四、胃下垂	(155)
五、慢性非特异性溃疡性结肠炎	(159)
六、肝硬化	(164)
第五节 泌尿系统疾病	(169)
一、泌尿系感染	(169)
二、肾盂肾炎	(170)
三、泌尿系结石	(174)
四、急性肾小球肾炎	(179)
五、慢性肾小球肾炎	(182)

六、肾病综合症·····	(188)
第六节 血液系统疾病 ·····	(192)
一、缺铁性贫血·····	(192)
二、再生障碍性贫血·····	(196)
三、原发性血小板减少性紫癜·····	(200)
四、白细胞减少症·····	(205)
第七节 内分泌、代谢、营养性疾病 ·····	(209)
一、糖尿病·····	(209)
二、甲状腺机能亢进症·····	(213)
三、高脂血症·····	(218)
四、单纯性肥胖症·····	(221)
第八节 神经系统疾病 ·····	(224)
一、神经衰弱·····	(224)
二、偏头痛·····	(227)
三、癫痫·····	(231)
四、震颤麻痹·····	(234)
五、重症肌无力·····	(237)

第三章 外科疾病

第一节 一般外科疾病 ·····	(241)
一、疖·····	(241)
二、痈·····	(244)
三、丹毒·····	(246)
四、急性淋巴管、淋巴结炎·····	(248)
第二节 周围血管疾病 ·····	(250)

一、下肢静脉曲张·····	(250)
二、静脉血栓形成·····	(252)
三、血栓闭塞性脉管炎·····	(255)
第三节 颈部与乳房疾病 ·····	(259)
一、颈淋巴结结核·····	(259)
二、急性乳腺炎·····	(262)
三、乳腺增生病·····	(265)
第四节 腹部外科疾病 ·····	(268)
一、阑尾炎·····	(268)
二、慢性胆囊炎·····	(270)
三、胆石症·····	(274)
四、胆道蛔虫症·····	(278)
第五节 肛门直肠疾病 ·····	(281)
一、痔·····	(281)
二、肛裂·····	(284)
三、直肠脱垂·····	(286)
第六节 骨与软组织疾病 ·····	(288)
一、落枕·····	(288)
二、颈椎病·····	(289)
三、肩关节周围炎·····	(292)
四、网球肘·····	(293)
五、急性腰扭伤·····	(295)
六、腰椎间盘突出症·····	(296)
七、类风湿性关节炎·····	(297)

第四章 妇产科疾病

第一节 妇产科常见症状的鉴别诊断	(303)
一、白带	(303)
二、腹痛	(305)
三、阴道出血	(307)
四、腹部肿块	(309)
第二节 妇科疾病	(310)
一、痛经	(310)
二、月经不调	(315)
三、闭经	(319)
四、功能性子宫出血	(322)
五、经前期紧张综合征	(328)
六、更年期综合征	(331)
七、不孕症	(335)
八、阴道炎	(339)
九、盆腔炎	(343)
十、女阴白斑	(346)
十一、子宫脱垂	(349)
第三节 妊娠病	(352)
一、妊娠恶阻	(353)
二、先兆流产	(358)
三、妊娠高血压综合征	(361)
第四节 产后疾病	(364)
一、产褥感染	(364)
二、产后缺乳	(368)

第五章 男科疾病

第一节 男子性功能障碍与不育	(371)
一、阳痿	(371)
二、早泄	(376)
三、遗精	(380)
四、不射精症	(384)
五、男子不育症	(388)
第二节 其他男科疾病	(394)
一、急性前列腺炎	(394)
二、慢性前列腺炎	(397)
三、前列腺肥大	(400)
四、男子更年期综合征	(404)

第六章 儿科疾病

第一节 传染病及感染性疾病	(409)
一、急性上呼吸道感染	(409)
二、支气管肺炎	(415)
三、流行性腮腺炎	(421)
四、水痘	(424)
五、百日咳	(427)
第二节 儿科其他疾患	(431)
一、高热惊厥	(431)
二、小儿肾炎	(434)
三、幼儿腹泻	(438)

- 四、小儿厌食症····· (443)
- 五、维生素D缺乏性佝偻病····· (446)
- 六、小儿营养缺乏性贫血····· (450)
- 七、脊髓灰质炎····· (454)
- 八、小儿遗尿····· (458)

第七章 皮肤科疾病

- 第一节 皮肤病常见症状**····· (463)
- 第二节 霉菌性皮肤病**····· (465)
 - 一、手足癣····· (465)
 - 二、甲癣····· (468)
 - 三、体癣····· (469)
 - 四、股癣····· (471)
 - 五、花斑癣····· (472)
- 第三节 过敏性皮肤病**····· (474)
 - 一、湿疹····· (474)
 - 二、荨麻疹····· (477)
 - 三、神经性皮炎····· (480)
 - 四、皮肤瘙痒症····· (482)
- 第四节 色素障碍性皮肤病**····· (485)
 - 一、白癜风····· (485)
 - 二、黄褐斑····· (486)
- 第五节 其他皮肤病**····· (488)
 - 一、痤疮····· (488)
 - 二、扁平疣····· (490)

三、接触性皮炎·····	(491)
四、银屑病·····	(494)
五、烧烫伤·····	(496)
六、冻疮·····	(499)

第八章 眼科疾病

第一节 眼科疾病的常见症状 ·····	(501)
一、红眼·····	(501)
二、眼痛·····	(501)
三、流泪·····	(502)
四、视力减退·····	(502)
五、飞蚊症·····	(503)
六、视物变形·····	(503)
七、夜盲·····	(504)
八、复视·····	(504)
九、偏盲·····	(505)
第二节 外眼病 ·····	(505)
一、睑缘炎·····	(505)
二、急性结膜炎·····	(507)
三、角膜炎·····	(509)
第三节 内眼病及眼底疾病 ·····	(511)
一、白内障·····	(511)
二、青光眼·····	(514)
三、玻璃体混浊·····	(517)
四、视神经炎·····	(519)
五、视神经萎缩·····	(521)

六、近视眼·····	(523)
------------	-------

第九章 耳鼻喉及口腔科疾病

第一节 耳鼻喉及口腔疾病的常见症状·····	(527)
------------------------	-------

一、鼻塞·····	(527)
二、鼻涕·····	(527)
三、鼻出血·····	(528)
四、咽喉痛·····	(528)
五、声哑·····	(528)
六、吞咽困难·····	(529)
七、耳痛·····	(529)
八、耳流脓·····	(529)
九、耳鸣·····	(530)
十、耳聋·····	(530)
十一、眩晕·····	(530)
十二、牙痛·····	(531)
十三、牙龈出血·····	(531)
十四、口臭·····	(531)

第二节 耳鼻咽喉疾病·····	(532)
-----------------	-------

一、外耳道炎·····	(532)
二、外耳道疖·····	(534)
三、急性化脓性中耳炎·····	(535)
四、慢性化脓性中耳炎·····	(538)
五、美尼尔氏病·····	(539)
六、过敏性鼻炎·····	(543)
七、慢性鼻炎·····	(545)

八、鼻窦炎·····	(547)
九、慢性咽炎·····	(551)
十、咽异感症·····	(553)
第三节 口腔疾病 ·····	(555)
一、牙龈炎·····	(555)
二、牙周病·····	(557)
三、复发性口疮·····	(559)
四、牙本质过敏症·····	(562)

第一章 疾病常见症状与鉴别

第一节 发 热

凡口温高于 37.3°C 或肛温高于 37.6°C ，或一日间的体温变动超出 1.2°C 时，即可称为发热。

发热的原因可分为感染性和非感染性两大类。感染性发热最为常见。凡细菌、病毒、真菌、螺旋体、原虫（如疟原虫）、蠕虫（如血吸虫）等病原体侵入人体后，由于病原体本身、病原体的毒素或代谢产物与人体的相互作用，皆可引起发热。发热也可见于非感染性疾病，如血液病、恶性肿瘤、系统性红斑狼疮等疾病；甲状腺机能亢进、抽搐、癫痫持续发作；广泛的皮肤病、皮肤瘢痕使身体散热障碍；脑部体温调节中枢直接受损（中暑、中风、颅骨骨折、颅内肿瘤）；植物神经功能紊乱等，均可导致非感染性发热。

发热有高热（ 39°C 以上）和低热（ 38°C 以下）之分。高热主要见于各种传染病（如肺炎、败血症）、血液病（如白血病）、胶原病（如系统性红斑狼疮）、恶性肿瘤（如肝癌）及中暑、脑溢血、颅骨骨折等导致体温调节中枢受损的疾患。引起低热的原因很多，如慢性肝炎、结核病、风湿热、慢性肾盂肾炎、慢性盆腔