

家庭医学全书

上海科学技术出版社

家庭医学全书

(第二版)

上海医科大学
《家庭医学全书》编委会

上海科学技术出版社

家庭医学全书

上海医科大学

《家庭医学全书》编委会

上海科学技术出版社出版

(上海瑞金二路450号)

新华书店上海发行所发行 上海新华印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 37.75 字数 1,853,600

1989年4月第2版 1989年4月第7次印刷

印数 436,501—460,500

ISBN 7-5323-0899-5/R·242

定价: 13.40元

主任编委 金问涛

副主任编委 孟承伟 诸骏仁

编委委员(以姓氏笔画为序)

许胜文	陈汉白	陈 淑	沈自尹
吴学愚	李学祥	李树莱	余赛妹
张镜如	胡善联	徐俊冕	徐肇玥
盛丹青	稽训传		

特约编辑 史伊凡

第二版前言

本书的前身是《医学卫生普及全书》。当时的读者对象，除医务人员广大读者外，也可供初中级医务人员参考。但后者与前者的需要，不尽相同：后者所需的一些理论与技术，前者并不需要这类内容。况且几年中供初中级医务人员阅读的书籍，陆续出版了不少。因此我们决定统一读者对象，面向家庭，以一家一户的需要为准。自1982年改名为《家庭医学全书》后，在提高我国人民健康水平，起到了一些积极作用。

我们争取使本书实现全、精、新、普四个特点。“全”指齐全。凡属医学领域内各科内容，本书基本上都可找到。“精”，本书作者100余人，全属长期从事各该专科的专家，做什么才写什么，因此具有一定的权威性，而且精简扼要，极少废话。“新”有两个含义：一指科学内容新，二指出书意图新。希望通过本书，展开一个不是医生也要学些医学的局面，借以达到改进全民体质的新貌。普，就是普及。不仅易懂，也易于实用。要使大家都来看，把医学科学送进每一个家庭去。

为了加强这四个特点，我们在第二版中，增加和删节了不少内容。删去了“人口和疾病统计”、“牲畜饲养场卫生”等不必要的章节；增加了“爱滋病”、“关节内骨折”、“情感性交叉动作”等许多新的病症和“独生子女的教养”。同时尽量做到“家庭化”和“通俗化”。防治兼顾，身心兼顾，使知识性与实用性并存。

我们修订本书的目标，仍按第一版的宗旨：希望每一对夫妇都和谐美满；每一个婴幼儿都茁壮聪慧；每一个男女青年都健康愉快；每一个中年人都精力充沛；每一个老年人都永葆青春。系统地普及卫生医学知识，提高人民的健康水平，为建设强大的社

2/第二版 前 言

会主义祖国,实现四个“现代化”,建设两个文明,增添一份力量。

由于编写人员较多,组织工作的水平有限,在编写、修订过程中,缺点和错误想必难免,敬请读者多予指正。

编 者

1987年8月

目 录

卫生保健篇

1. 婴幼儿卫生 2
 - 新生儿的类型 2
 - 新生儿护理 4
 - 早产儿护理 6
 - 母乳喂养 7
 - 混合喂养 10
 - 人工喂养 10
 - 辅助食品的添加 12
 - 幼儿喂养 13
 - 小儿生长发育 14
 - 婴幼儿保健 17
 - 托儿所(幼儿园)卫生 20
 - 预防接种 21
 - 〔附〕常用生物制品接种
 参考表 26
2. 儿童少年卫生 29
 - 儿童少年的身心发育 29
 - 生理特点与保健 29
 - 心理发育与教育 30
 - 学习与记忆 31
 - 体育与休息 33
 - 预防近视 34
3. 青春期卫生 36
 - 青春期变化 36
 - 青春期卫生 37
 - 性知识 41
4. 婚姻卫生 44
 - 恋爱与优生 44
 - 结婚与优生 44
 - 妊娠与优生 45
 - 生育的年龄 45
 - 妊娠期的致畸因素 46
 - 分娩与智力 48
 - 产前优生诊断 48
 - 晚婚、晚育 50
 - 避孕 51
 - 避孕工具 51
 - 避孕药物 53
 - 其他避孕方法 57
 - 避孕方法的选择 57
 - 人工流产 58
 - 绝育 58
5. 孕产期卫生 60
 - 孕期保健 60
 - 产时保健 63
 - 产时卫生 66
 - 产后保健 66
 - 哺乳期保健 70
6. 老年卫生 72
 - 更年期卫生 72
 - 老年卫生 73
 - 老年人各系统器官的

- 老化现象73
- 老年人的心理与行为
- 变化75
- 老年人的精神卫生76
- 老年人的饮食卫生78
- 老年人健康和体育活动80
- 老年人的服药问题82
- 7. 运动卫生**84
- 生命在于运动84
- 体育健身法85
- 锻炼的基本原则86
- 如何掌握运动量87
- 讲究运动卫生87
- 运动场地卫生88
- 运动性伤病的防治89
- 8. 劳动卫生**91
- 职业危害因素91
- 如何识别职业危害因素92
- 职业中毒92
- 职业与肿瘤93
- 化学致畸94
- 妇女职业卫生95
- 个人防护用品96
- 保健食品97
- 高温作业的清凉饮料98
- 放射卫生99
- 9. 营养与饮食卫生**102
- 营养素102
- 营养素的来源106
- 膳食的合理调配108
- 食谱的编制109
- 食物的合理加工与烹调110
- 食物的色香味与食品
- 添加剂111
- 食品容器与包装材料112
- 进食的科学112
- 服药与进食113
- 饮酒常识113
- 10. 环境卫生**115
- 消毒115
- 饮水消毒115
- 粪便消毒116
- 痰的消毒116
- 空气消毒116
- 食物和食具的消毒117
- 病家消毒118
- 消毒药剂的配制和用法118
- 各种物品消毒方法
- 一览表121
- 除害123
- 灭鼠123
- 灭蚊124
- 灭蝇125
- 灭白蛉126
- 灭蠓126
- 灭蚋127
- 灭虻127
- 灭蟑螂128
- 灭毒毛虫129
- 灭臭虫129
- 灭虱130
- 灭蚤130
- 灭尘螨131
- 灭沙螨(恙螨)132
- 饮用水卫生133
- 噪声的危害133
- 大气污染134
- 吸烟的危害135
- 旅行卫生137

生理病理篇

11. 人体的基本组成	142	甲状腺	155
人体的基本结构	142	甲状腺旁腺	155
细胞	142	肾上腺	155
组织	142	胰岛	155
器官和系统	143	性腺	156
人体的化学组成	143	胸腺	156
糖类	143	血液系统	156
脂类	143	血液的成分	156
蛋白质	143	血液的功能	156
核酸	143	血细胞的生成和破坏	157
水	144	循环系统	157
无机盐	144	心脏	158
运动系统	144	血管	161
骨和关节	144	淋巴系统	162
骨骼	145	呼吸系统	163
肌肉	146	呼吸系统的解剖	163
皮肤	147	呼吸的生理	164
皮肤的结构	147	消化系统	165
皮肤的功能	148	口腔	166
神经系统	148	食管	167
脊髓	148	胃	168
脊神经	149	小肠	168
反射	149	大肠	169
脑干	150	肝脏	169
脑神经	151	胆道系统	170
小脑	151	胰腺	170
大脑	151	腹膜	170
植物性神经系统	152	代谢与体温	170
脑膜和脑脊液	152	代谢	170
感觉器官	152	体温	172
眼	152	泌尿系统	173
耳	153	肾脏	173
内分泌系统	154	输尿管	174
脑垂体	154	膀胱	174
		尿道	175

生殖系统	176	免疫与疾病	195
男性生殖系统	176	免疫系统	195
女性生殖系统	178	非特异性免疫	195
小儿的解剖生理特点	180	抗原与特异性免疫	196
循环系统	180	免疫在医学上的应用	197
呼吸系统	181	免疫与疾病	199
消化系统	181	遗传与疾病	200
体温调节	182	遗传病的概念	200
泌尿系统	182	遗传病的物质基础	201
神经系统	182	遗传病的基本特点	202
12. 疾病的基本概念	183	遗传病的数目种类	202
人体的防御功能	183	染色体病	203
微生物和寄生虫	185	单基因病	205
炎症	187	多基因病	208
循环障碍	189	肿瘤与遗传	209
再生和愈合	191	药物与遗传	210
肿瘤	193	遗传病的诊治	211
		遗传病的预防	212

诊断治疗篇

13. 家庭护理常识	216	皮下注射	223
病室环境	216	肌内注射	223
病室布置	216	静脉注射	223
皮肤护理	217	静脉输液	224
口腔护理	218	灌肠	224
褥疮护理	218	排气	225
头发护理	218	蒸气吸入	225
饮食护理	219	氧气吸入	225
观察病情	219	鼻饲	226
检查体温	220	洗胃	226
检查脉搏	220	导尿	227
检查呼吸	221	换药	227
检查血压	221	热敷	227
皮内注射	222	冷敷	228
		辅助呼吸	229

传染病的隔离	229	造影检查	248
传染病的消毒	229	支气管造影	248
14. 医学检查	231	胃肠钡餐造影	248
病史询问	231	钡剂灌肠检查	248
体格检查	231	口服胆囊造影	248
全身情况	232	静脉胆道造影	248
头部五官	232	静脉尿路造影和逆行	
颈部检查	233	肾盂造影	249
胸部检查	233	膀胱造影	249
腹部检查	234	子宫输卵管造影	249
脊柱及四肢检查	234	经皮肝穿刺胆道造影	249
神经系统检查	234	经内窥镜作胰胆管造影	249
化验检查	235	心脏和动脉造影	249
血液检查	235	电子计算机体层扫描	
尿液检查	237	(简称 CT)	250
粪便检查	238	心电图检查	251
血液化学检查	239	心向量图检查	251
痰检查	241	心音图检查	251
脑脊髓液检查	242	心导管检查	252
胃液和十二指肠液		呼吸功能测验	252
检查	242	放射性核素检查	253
穿刺液、分泌液和		超声波检查	255
脓液检查	243	〔附〕 收集小便标本	257
血清学检查	243	收集大便标本	257
乙型肝炎的免疫学		收集痰标本	258
检查	244	收集呕吐物标本	258
免疫功能检查	244	收集分泌物标本	258
自身抗体的检查	245	15. 诊疗技术	259
血型和配血	245	青霉素过敏试验	259
基础代谢率测定	246	普鲁卡因过敏试验	259
染色体检查	246	破伤风抗毒素过敏试验	259
X线检查	246	结核菌素试验	260
透视和摄片	247	胸腔穿刺	260
体层摄影	247	腹腔穿刺	261
高千伏摄影	247	肝脏穿刺	261
记波摄影	247	肾脏穿刺	261
钼靶X线摄影	247		

心包穿刺	261
骨髓穿刺	261
骨髓活检	262
腰椎穿刺	262
关节穿刺	262
淋巴结穿刺和活检	262
食管拉网细胞学检查	263
胃肠减压	263
纤维胃镜检查	263
纤维支气管镜检查	264
乙状结肠镜检查	264
腹腔镜检查	265
胸腔闭合引流	265
静脉切开	265
静脉压测定	265
压脉带试验	266
活组织检查	266
肛门、直肠检查	266
封闭疗法	266

16. 饮食治疗 268

正常饭菜	268
软饭菜	268
半流质饮食	268
流质饮食	268
特别饮食	269
管喂饮食	272
要素饮食	273
试验饮食	273
胆囊造影脂肪餐	273
忌肉餐	273
干膳食	273
几种疾病的饮食治疗	274
伤寒病饮食	274
痢疾饮食	274
肺结核饮食	274

心脏病饮食	274
高血压病饮食	274
胃和十二指肠溃疡饮食	275
肝病饮食	275
胆囊炎、胰腺炎饮食	276
肾脏病饮食	276
痛风症、高尿酸血症 饮食	276
糖尿病饮食	277

17. 物理治疗 280

理疗的分类	280
电疗	280
光疗	280
超声波治疗	280
磁疗	281
温热疗法	281
冷冻疗法	281
水疗法	281
天然物理因子疗法	281
空气负离子疗法	281
理疗的应用	281
疔痛	282
蜂窝组织炎	282
丹毒	282
乳腺炎	282
手部感染	282
伤口感染	282
软组织扭挫伤	282
劳损	282
骨折	282
运动外伤	282
颈椎病	283
腰椎间盘突出症	283
肩周炎	283
风湿性关节炎	283
疤痕粘连	283
腹腔脏器粘连	283
血栓性静脉炎	283

急性淋巴管和淋巴结炎·····	283	肩关节附近骨折·····	290
前列腺炎·····	283	肘关节附近骨折·····	290
断肢再植·····	283	腕关节附近骨折·····	291
神经官能症、神经衰弱·····	284	髌关节附近骨折·····	291
瘰病·····	284	膝关节附近骨折·····	292
植物神经功能失调·····	284	踝关节附近骨折·····	292
脊髓损伤·····	284	脊柱骨折·····	293
脑损伤·····	285	腰椎间盘突出症·····	293
脑血管意外·····	285	腰部软组织劳损·····	295
面神经炎·····	285	颈椎病·····	295
肋间神经痛·····	285	脊柱畸形·····	295
偏头痛·····	285	平足·····	298
急慢性支气管炎·····	285	肩周炎·····	298
肺炎·····	285	类风湿性关节炎·····	299
胸膜炎·····	285	高血压病·····	300
冠心病·····	285	冠心病·····	300
肾小球肾炎·····	285	慢性支气管炎和肺气肿·····	301
肾结石·····	286	支气管哮喘·····	301
带状疱疹·····	286	肺结核·····	302
鼻炎·····	286	溃疡病·····	302
咽喉炎·····	286	内脏下垂·····	302
虹膜睫状体炎·····	286	糖尿病·····	303
视网膜脉络膜炎·····	286	肥胖和高血脂症·····	303
理疗注意事项·····	286	周围神经瘫痪·····	304
		截瘫·····	304
		偏瘫·····	305
		[附] 康复医学·····	305
18. 医疗体育 ·····	287		
医疗体育的作用·····	287	19. 肿瘤的诊治 ·····	307
医疗体育的原则·····	287	肿瘤的信号·····	307
医疗体育的方法·····	288	肿瘤普查·····	307
医疗体操·····	288	肿瘤的体征·····	308
耐力运动·····	288	酶学检查·····	308
健身训练·····	288	免疫学检查·····	309
民族形式的医疗体育·····	288	影像学诊断·····	309
作业治疗·····	288	内窥镜检查·····	310
生物回授·····	288	脱落细胞检查·····	310
按摩和牵引·····	288	活组织检查·····	310
医疗体育的应用·····	289		
四肢骨折·····	289		

剖腹探查·····	311	抢救心跳骤停、休克的	
根治性手术和姑息性		药物·····	330
手术·····	311	血管舒张药·····	331
放射治疗和化学治疗·····	312	祛痰止咳药·····	331
免疫治疗·····	313	哮喘病用药·····	332
中医中药治疗·····	313	助消化药·····	333
肿瘤病人的心理治疗·····	313	消化性溃疡的防治药·····	333
肿瘤病人的营养治疗·····	314	防晕止吐药·····	335
肿瘤病人的体育锻炼·····	314	导泻药与止泻药·····	335
肿瘤病人的康复治疗·····	315	抗心衰药物·····	336
20. 药物治疗 ·····	316	抗心律失常药物·····	338
药物的来源和保藏·····	316	降压药·····	338
药物有哪些用途·····	316	抗心绞痛药物·····	340
药物多有不良反应·····	317	降血脂药物·····	341
药物在体内是怎样		利尿药和脱水药·····	341
变化的·····	318	治贫血药·····	342
√滥用药物有害·····	319	提高白细胞数量的药·····	343
如何合理用药·····	319	抗凝血药和止血药·····	343
全身麻醉药·····	321	促凝血药和止血药·····	344
局部麻醉药·····	321	抗过敏药·····	344
失眠和不安可选用哪些		维生素类药物·····	345
药物·····	322	肾上腺皮质激素·····	346
镇静催眠药·····	322	抗糖尿病药·····	347
巴金森病有药可治·····	323	治甲状腺功能低下或	
抗癫痫药·····	324	亢进的药·····	348
镇痛药和退热止痛药		三类性激素药物·····	348
有何不同·····	325	引起和加强子宫收缩的	
镇痛药·····	325	药物·····	349
常用的镇痛剂·····	325	常用避孕药·····	349
退热止痛、抗风湿药·····	326	肝病辅助用药·····	349
呼吸兴奋药·····	327	伤口及创面用药·····	350
可治青光眼的药·····	328	皮肤粘膜面消毒药·····	351
多种药物可对付病态		环境、器械消毒药·····	352
肌肉无力·····	328	磺胺类药物·····	352
治疗内脏绞痛的药物·····	328	[附]甲氧苄氨嘧啶·····	354
		呋喃类药物·····	354

抗生素	355
结核病防治药	359
抗麻风病药	360
抗病毒药	360
驱肠虫药	361
抗阿米巴病药	362
抗疟药	362

抗血吸虫病药	364
抗丝虫病药	365
抗恶性肿瘤药	365
抑制免疫反应药	366
增强免疫反应药	367
家用保健药箱	367

疾病防治篇

21. 内科常见症状

发热	370
头痛	372
惊厥	374
昏厥	374
昏迷	376
休克	377
淋巴结肿大	378
皮下出血	379
水肿	380
咳嗽和咳痰	382
呼吸困难	383
胸痛	384
心悸	385
紫绀	386
咯血	388
恶心和呕吐	388
吞咽困难	390
呃逆	390
腹痛	391
腹内肿块	393
肝肿大	394
脾肿大	393
黄疸	397
腹水	398

腹泻	399
呕血和黑粪	401
便秘	402
便血	403

22. 传染病和寄生虫病

伤寒	406
流行性感胃	407
天花	407
水痘	408
病毒性肝炎	410
流行性乙型脑炎	412
散发性病毒性脑炎	413
森林脑炎	414
登革热	414
黄热病	415
流行性腮腺炎	415
狂犬病	416
传染性单核细胞增多症	417
流行性出血热	417
巨细胞病毒病	418
获得性免疫缺陷综合征 (艾滋病)	419
斑疹伤寒和恙虫病	419
败血症	420
白喉	422

伤寒及副伤寒	423
细菌性食物中毒	424
细菌性痢疾	426
霍乱和副霍乱	427
鼠疫	429
布氏杆菌病	429
炭疽	430
军团病	431
回归热	431
钩端螺旋体病	432
鼠咬热	433
阿米巴痢疾	433
阿米巴肝脓肿	434
疟疾	434
〔附〕 黑尿热	436
黑热病	436
皮肤黑热病	436
弓形体病	437
卡氏肺孢子虫病	437
血吸虫病	438
埃及血吸虫病和曼氏 血吸虫病	439
姜片虫病	439
华支睾吸虫病	440
肺吸虫病	441
绦虫病与囊虫病	442
包虫病	443
丝虫病	443
罗阿丝虫病和蟠尾丝 虫病	445
钩虫病	446
蛔虫病	446
蛲虫病	447
旋毛虫病	448
梨形鞭毛虫病	449

23. 呼吸系统疾病	450
急性支气管炎	450
慢性支气管炎	450
支气管哮喘	451
支气管扩张	453
肺结核	453
肺炎	457
肺脓肿	458
肺气肿	459
肺癌	460
胸膜炎	462
自发性气胸	462
纵隔肿瘤	463
成人呼吸窘迫综合征	464
呼吸衰竭	464
结节病	465
睡眠呼吸暂停综合征	466
慢性阻塞性肺病的家庭 治疗与护理	467
24. 循环系统疾病	469
风湿热	469
风湿性心脏病	470
高血压病	471
动脉硬化	473
冠状动脉粥样硬化性 心脏病	474
肺原性心脏病	477
急性肺原性心脏病	477
慢性肺原性心脏病	478
先天性心脏血管病	478
梅毒性心脏血管病	480
心肌炎	481
心肌病	482
克山病	483

- 感染性心内膜炎·····484
 心包炎·····485
 急性心包炎·····485
 缩窄性心包炎·····486
 无脉症·····486
 心脏神经官能症·····487
 心律失常·····487
 窦性心律失常·····487
 过早搏动·····488
 阵发性心动过速·····488
 心房颤动·····489
 心室颤动·····489
 房室传导阻滞·····489
 病态窦房结综合征·····490
 心力衰竭·····490
- 25. 消化系统疾病·····492**
- 返流性食管炎·····492
 食管贲门失弛缓症·····492
 食管裂孔疝·····493
 急性胃炎·····494
 慢性胃炎·····495
 胃粘膜脱垂症·····496
 消化性溃疡·····497
 肠结核·····499
 结核性腹膜炎·····500
 克隆病·····501
 慢性结肠炎·····502
 消化道憩室·····504
 胃肠神经官能症·····504
 肝硬化·····506
 原发性肝癌·····509
 肝性昏迷·····510
 急性胰腺炎·····511
 慢性胰腺炎·····512
- 26. 血液和造血系统疾病·····514**
- 贫血·····514
 再生障碍性贫血·····514
 缺铁性贫血·····515
 营养性大细胞性贫血·····515
 溶血性贫血·····516
 白血病·····517
 急性白血病·····517
 慢性白血病·····517
 类白血病反应·····518
 出血性疾病·····518
 血小板减少性紫癜·····518
 过敏性紫癜·····519
 血友病·····519
 血管性假血友病·····520
 白细胞减少症·····520
 淋巴瘤·····521
 高球蛋白血症·····522
 弥散性血管内凝血·····522
- 27. 内分泌、代谢、营养和肾脏疾病·····524**
- 垂体性侏儒症·····524
 垂体前叶功能减退症·····524
 肢端肥大症·····525
 尿崩症·····525
 慢性肾上腺皮质功能减退症·····526
 皮质醇增多症·····526
 地方性甲状腺肿·····527
 单纯性甲状腺肿·····528
 甲状腺功能亢进症·····528
 甲状腺功能减退症·····529
 甲状旁腺功能亢进症·····531