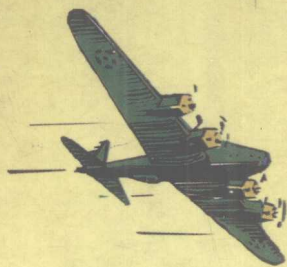
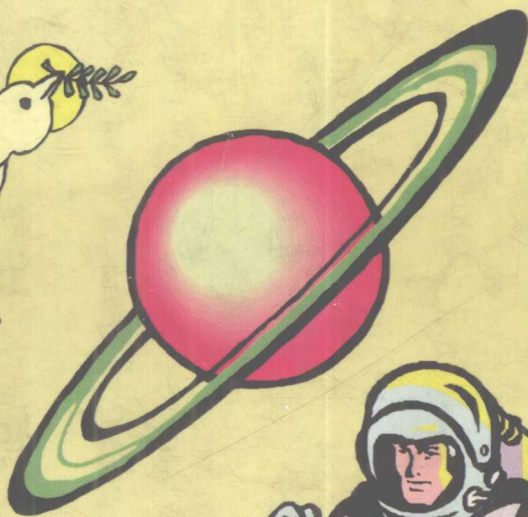


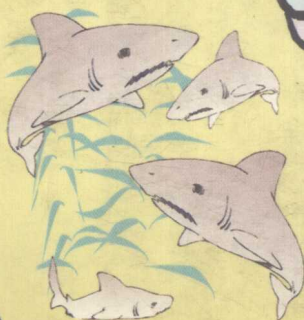
新编



十万个为什么



医疗保健卷



新编十万个为什么

医疗保健卷

远方出版社

目 录

目 录

为什么煎中药要注意火候	(1)
为什么腹腔镜能用于做手术	(1)
为什么关节镜能看到关节里面的情况	(2)
为什么一张试纸可反映尿液的多种指标	(3)
为什么会得狐臭	(4)
为什么有些人年年生冻疮	(4)
为什么人工呼吸是有效的抢救方法	(5)
为什么宠物会传播疾病	(6)
为什么骑自行车会引起尺神经轻瘫	(7)
为什么污水管道内有“杀手”	(7)
为什么中医治病强调整体观	(8)
为什么要做动态心电图	(9)
为什么超声波能诊断疾病	(10)
为什么要做彩色超声波检查	(11)
为什么会发生“小肠气”	(11)
为什么阑尾炎先上腹痛后转右下腹痛	(12)
为什么小孩容易发生肠套叠	(13)
为什么蛔虫会从肠子钻到胆道	(14)
为什么骨折后要用石膏绷带固定	(15)
为什么骨折后要进行功能锻炼	(16)
为什么多吃零食不好	(16)

为什么武则天 68 岁还会长新牙？	(17)
为什么要延长刷牙时间？	(18)
为什么老年人容易得糖尿病？	(18)
为什么说有规律的生活是老年人心理健康的保证？	(19)
为什么说老年人的闲暇生活是寻找乐趣？	(20)
为什么老年人欣赏音乐益于养生？	(21)
为什么聊天对老年人会有益？	(22)
为什么“黄昏恋”“黄昏婚”也值得赞美和称道？	(23)
为什么中华民族最看重全家团圆？	(23)
为什么老年人应正确对待子女另立门户？	(25)
为什么“望子成龙”会成为许多老年人的普遍心愿？	(26)
为什么老年妇女应该做“开明”的婆婆？	(27)
为什么老年人应积极从事人际交往？	(28)
为什么老年人应多交年轻朋友？	(29)
为什么现代社会要对老年人进行死亡教育？	(30)
为什么说临床死亡还不是人的真正死亡？	(31)
为什么说脑死亡才是人的真正死亡？	(31)
为什么说人们对死亡的态度涉及他们对生的态度？	(32)
为什么说惧怕死亡的心理对老年人极有害？	(33)
为什么现阶段许多国家都还不能实行安乐死？	(33)
为什么东方人比西方人更聪明？	(34)
为什么要吃加碘食盐？	(37)
为什么眼泪会是咸的？	(37)
为什么在当今社会已不能说“人生七十古来稀”？	(38)
为什么有的老年人会“越老越怪”？	(38)
为什么人会衰老？	(39)
为什么说人老了会变矮并容易驼背？	(40)
为什么绝经期妇女会产生心理问题？	(41)

目 录

为什么中老年人容易发胖？	(42)
为什么老年人会患“退休综合症”？	(42)
为什么说肥胖对老年人的健康不利？	(43)
为什么体育运动能改善老年人的心理状态？	(44)
为什么说“人老了才开始锻炼也不算晚”？	(45)
为什么说人要长寿便应克服惰性？	(45)
为什么说老年人以自我为中心的毛病是极有害的？	(46)
为什么“老来俏”有益身心健康？	(47)
为什么老年人“坐享清福”会有损身心健康？	(48)
为什么老年人要避免过孤寂生活？	(49)
为什么老年人应忌讳沉缅于往昔？	(50)
为什么老年人应特别警惕自己多疑？	(51)
为什么老年人不能擅自乱服止痛药物？	(52)
为什么镶牙要掌握好时机？	(53)
怎样保护假牙？	(53)
排除耳内进水的方法有哪些？	(54)
治中耳炎有哪些方法？	(55)
异物入眼如何处理？	(55)
为什么眼睛红肿不要热敷？	(56)
有利于眼睛保健的食品有哪些？	(56)
养眼明目有哪些方法？	(57)
怎样巧通鼻塞？	(57)
治疗头痛有哪些方法？	(58)
治疗偏头痛有哪些方法？	(58)
治疗痤疮有哪些方法？	(59)
如何去除痤疮疤痕？	(60)
治疣有哪些方法？	(60)
巧治烫伤有哪些方法？	(61)

简易止血的方法有哪些？	(61)
如何使止痛膏增强效用？	(62)
拔火罐防烫伤的方法有哪些？	(62)
如何除去肉中的扎刺？	(62)
止痒的方法有哪些？	(63)
汗脚治疗有哪些方法？	(64)
治鸡眼的方法有哪些？	(65)
怎样自治厚趾甲和脚茧？	(66)
防治手脚冻疮干裂的方法有哪些？	(66)
如何治疗溃烂冻疮？	(68)
如何预防褥疮？	(68)
体表肿块辨良恶的方法有哪些？	(68)
止嗝有哪些方法？	(69)
治顽固性呃逆有哪些方法？	(70)
治疗便秘有哪些方法？	(70)
怎样从菜窖中救人？	(71)
饮酒者须注意什么？	(72)
酒后忌服药物都有哪些？	(72)
醉酒处理有哪些方法？	(73)
中年人保健四法是指什么？	(74)
中年人晚间四不宜是指什么？	(75)
保使精神愉快有哪些方法？	(76)
十种健康放松方式是指什么？	(77)
为什么按摩能消除脑疲劳？	(78)
健康的性格是指什么？	(79)
助眠哪些方法？	(80)
促进身体健康有哪些方法？	(81)
怎样休息才会解除身体疲劳？	(81)

目 录

哪些常见症状能够预示疾病?	(82)
考生考前食补有哪些方法?	(83)
如何清除婴儿口腔内的奶菇?	(83)
婴儿出牙止痒有哪些方法?	(83)
小儿头发发黄应怎样治疗?	(84)
新生儿睡什么样的枕头好?	(84)
孩子手掌脱皮应怎样处理?	(85)
婴幼儿多汗应怎样治疗?	(85)
小儿发热期应怎样注意饮食?	(85)
如何防治小孩疖肿?	(86)
人类遗传的重要标志是什么?	(87)
智力低下的克星是什么?	(89)
怎样手术治疗近视眼?	(91)
性别是怎样形成的?	(92)
环境对人类胚胎的致畸作用是什么?	(94)
为什么说环境是与生命息息相关的科学?	(96)
为什么说青春期是人生璀璨多姿的年轮?	(98)
为何双胞胎有些像, 有些不像?	(100)
婚姻法为什么禁止表兄妹结婚?	(103)
世界上有两个完全相同的人吗?	(104)
为什么男人秃顶的比女人多?	(106)
什么是不完全的男人和女人?	(108)
爸妈都是 B 型血, 为什么我是 O 型?	(110)
输血有哪些禁忌?	(111)
少女应该如何进行乳房保健?	(113)
怎样使腿的线条更美?	(114)
女子如何进行产后健美运动?	(116)
为什么游泳能减肥?	(118)

常见的胃病有哪些种类？	(119)
饮食因素与胃病有什么关系？	(120)
精神因素与胃病有关吗？	(121)
检查胃病的常用方法有哪些？	(123)
什么是胃炎？胃炎是如何分类的？	(124)
胃炎常见哪些症状？是怎样发生的？	(126)
西医治疗各类胃炎的方法及药物有哪些？	(129)
胃炎病人在服药时应注意什么问题？	(131)
各种胃炎的发展结果如何？	(133)
得了胃炎后如何进行生活调养？	(135)
什么样的人容易患消化性溃疡？	(138)
如何自我诊断胃及十二指肠溃疡？	(139)
胃下垂是怎么回事？怎样进行生活调理？	(140)
胃粘膜脱垂是怎么回事？怎样治疗？	(141)
胃穿孔是怎么回事？有哪些临床表现？	(142)
如何运用食疗缓解胃痛？	(143)
溃疡病人的饮食有什么禁忌？	(146)
消化性溃疡的标准食谱是什么？	(147)
鸡蛋食疗能治疗溃疡病吗？	(149)
哪些食物有助于防治胃癌？	(151)
什么叫腰痛？什么叫腰腿痛？	(152)
腰腿痛的发病和哪些因素有关？	(154)
哪些原因、疾病可引起慢性腰痛？	(155)
为什么说慢性劳损也是慢性腰痛的常见病因？	(156)
腰椎管的内容有哪些？	(158)
什么叫骨盆？骨盆的连结是怎样的？	(160)
椎管造影有哪几种？	(161)
腰腿痛的外治方法有哪些？	(164)

目 录

为什么会得腰肌劳损？	(167)
为什么会出现腰椎骨质疏松？	(169)
什么叫腰椎间盘突出症？	(171)
常用的腰椎间盘突出症造影检查有哪些？	(172)
腰椎间盘突出症的非手术疗法有哪些？	(174)
怎样在麻醉下推拿治疗腰椎间盘突出症？	(177)
哪些腰椎间突出症患者可以考虑手术治疗？	(179)
青少年膝关节前方痛多为什么病？	(180)
膝关节骨关节炎患者应注意什么？	(181)
哪些药酒可以治疗腰腿痛？	(181)
治疗腰腿痛有哪些食疗方？	(187)
哪些食物可催眠？	(190)
什么食物易使人衰老？	(191)
什么人不宜吃辣椒？	(191)
香蕉有何药用？	(191)
长期坐着工作的人怎样消除疲劳？	(191)
神经疲劳时怎样安稳入睡？	(192)
为什么胖瘦与精神作用有关？	(192)
为什么留长发会影响智力？	(193)
为什么有人喝易醉有人喝酒不易醉？	(193)
为什么左撇子是极少数的？	(194)
为什么人体能吸收外科手术的缝合线？	(195)
为什么说艾滋病是超级癌症？	(196)
为什么太空飞行的宇航员身高会增高？	(197)
黑黄的皮肤怎样变得白嫩？	(197)
为什么说喝茶能减肥？	(197)
怎样保护皮肤？	(198)
洗发用啤酒的妙处有哪些？	(198)

常见食物营养之最是什么？	(198)
怎样保护孩子的牙齿？	(198)
怎样减少腹部的脂肪？	(199)
皮肤粗糙怎么办？	(199)
健胸的最好方式是什么方式？	(199)
怎样防止脸部皱纹？	(200)
防止眼皱有什么方法？	(200)
在不同季节里怎样化妆？	(200)
幽默也可养生保健吗？	(201)
什么是饮水养生法？	(201)
饮茶对养生保健有什么益处？	(202)
梳头也能益智养生吗？	(203)
书画可以养生保健吗？	(203)
为什么摄入过多的铝会使老年人痴呆？	(204)
妇女孕期应禁忌些什么食物？	(205)
睡眠有哪些禁忌？	(206)
为什么说吃出健康美容？	(207)
更年期妇女为何更要重视定期妇科检查？	(208)
为什么说交朋友是健康的伴侣？	(209)
为什么水果能清火？	(210)
消除头屑有哪些？	(210)
怎样使头发光亮？	(211)
住宅与健康有什么关系？	(212)
怎样预防电视病？	(213)
鸡蛋美容有哪些方法？	(214)
大米饭美容新法是什么？	(214)
为什么说牛奶能美容？	(215)
软化干面膜的方法是什么？	(215)

牙齿洁白有哪些方法？	(215)
为什么氨水能除手指烟迹？	(215)
为什么香橙浴能使人健美？	(216)
主妇简易解乏有哪些方法？	(216)
为什么说米汤是好饮料？	(216)
为什么婴儿要巧吃鲜橘汁？	(217)
食物催眠有哪些方法？	(217)
安排服药时间有哪些学问？	(218)
哪些中药可以延续男性衰老？	(219)
怎样保持女子乳房健美？	(220)
男士婚后为什么容易发胖？	(221)
男性中年以后为何容易健忘？	(223)
什么是水痘？	(224)
母亲如何关心青春期的女儿？	(225)
如何进行月经期保健？	(226)
小儿为何多患厌食？	(227)
儿童吃哪些食品能健脑？	(228)
为什么提倡母乳喂养？	(230)
什么食物儿童不宜吃？	(231)
常用的家庭药浴美容方有哪些？	(233)
常用的家庭药浴护发方有哪些？	(234)
穿戴不善会引起哪些病？	(235)
疾病最爱光顾哪些家庭？	(236)
夫妻同病为何原因？	(237)
为什么说爱情与健康有缘？	(237)
治疗感冒有哪些方法？	(238)
为什么六神丸可治腮腺炎？	(239)
牙痛治疗有哪些方法？	(240)

口腔消毒简便方法有哪些？	(242)
除口臭方法有哪些？	(242)
治咽喉肿痛有哪些方法？	(243)
治疗关节疼痛方法有哪些？	(243)
治疗痔疮方法有哪些？	(244)
梳头可治疗三叉神经痛吗？	(244)
消食方法有哪些？	(244)
治疗胃痛方法有哪些？	(245)
治疗腹痛方法有哪些？	(245)
怎样用鳝鱼治口眼歪斜？	(246)
抑制鼻血有哪些方法？	(246)
鼻窦炎按摩疗法是什么？	(247)
怎样用鲜猪胆治疗中耳炎？	(247)
治疗耳鸣有哪两种方法？	(247)
耳朵异物处理方法有哪些？	(248)
烫伤治疗有哪些方法？	(248)
蜂、蝎蜇伤应急处理方法有哪些？	(249)
怎样治疗脚气？	(250)
驱除蛔虫有哪些方法？	(250)
怎样用生姜皮治疗风湿症？	(251)
治疗糖尿病有哪些方法？	(251)
怎样用六神丸治疗乙肝？	(251)
为什么葡萄酒可治疗贫血？	(251)
为什么牛奶可防胆结石？	(252)
医肾虚方法有哪些？	(252)
哭声辨病有哪些方法？	(252)
为什么皮肤会产生斑点？	(253)
为什么有人会长青春痘？	(254)

目 录

为什么人老了会有皱纹？	(254)
为什么人会晕车晕船呢？	(255)
为什么天花很可怕？	(256)
为什么皮肤上有疤的地方不再生毛发？	(256)
为什么有人睡觉会磨牙？	(257)
为什么人类会有不同的脸？	(258)
为什么飞机上升时耳朵会发胀？	(258)
为什么有的人长不高？	(259)
为什么眼睛会产生错觉？	(259)
为什么心脏不会疲劳？	(260)
为什么人会冷得发抖？	(261)
为什么人能记忆？	(261)
为什么人的身体早上比晚上长？	(262)
为什么人的耳朵不会转动？	(262)
为什么要常吃绿叶蔬菜？	(262)
为什么耳朵会听到声音？	(263)
为什么用铁锅炒菜对人体有利？	(263)
为什么要保护皮肤？	(264)
为什么有的人皮肤黑，有的人皮肤白？	(264)
为什么说眼睛是活的照相机？	(265)
为什么眼珠不怕冷？	(266)
为什么舌头能分辨五味？	(266)
为什么眼保健操能增强视力？	(267)
为什么人会做梦，说梦话？	(267)
为什么眼皮会跳？	(268)
为什么睡着了会流口水？	(268)
为什么人和动物的寿命不一样？	(269)
为什么人会一代比一代高？	(269)

为什么小孩子生下来爱哭？	(270)
为什么指甲不停地生长？	(270)
为什么打哈欠为“传染”？	(271)
为什么人要睡觉？	(271)
为什么说眼睛是心灵的“窗户”？	(272)
为什么说牙齿是“活的钻石”？	(272)
为什么血液会凝固呢？	(273)
为什么人的血液是红颜色的？	(273)
为什么人的脑袋越用越灵？	(273)
为什么人哭时会流鼻涕？	(274)
为什么有时一觉醒来会有“落枕”的现象？	(274)
为什么人们能够观看三维立体画？	(275)
为什么小朋友们会掉牙？	(275)
为什么身上有时起红线？	(276)
为什么小便后有时打“冷战”？	(276)
为什么吃鱼肉有益智力？	(276)
为什么喝饮料过多有碍健康	(277)
为什么吃冰淇淋要适可而止	(278)
为什么盲目节食会损害健康	(279)
为什么中医看病要搭脉	(280)
为什么经络上有穴位	(280)
为什么针灸可治病	(281)
为什么比赛前不宜吃高脂肪高蛋白饮食	(282)
为什么体育锻炼可以助长	(282)
为什么课间休息不宜剧烈运动	(283)
为什么要合理用药	(284)
为什么要进行心电监护	(285)
为什么静脉营养能使人不吃飯照样活	(286)

为什么骨骼十分坚硬	(286)
为什么体重会受气候影响	(287)
为什么情急时力气特别大	(288)
为什么器官能够移植	(289)
为什么断手可以再植	(290)
为什么男少年会遗精	(291)
为什么青年人会向往异性	(292)
为什么性格与血型无关	(293)
为什么女人爱唠叨	(294)
为什么有些人会集白痴和学者于一身	(294)
为什么刚入暗室看不清东西	(295)
为什么人的心跳会过速或过缓	(296)
为什么味蕾能辨酸甜苦咸	(297)
为什么植物油与动物油不一样	(298)
为什么豆类食品有益健康	(298)
为什么要适当补充微量元素	(299)
为什么纤维素也是营养物质	(300)
为什么人会发生异常出汗	(301)
为什么有的人腿部会“青筋”突起	(302)
为什么太极拳受人青睐	(303)
为什么针刺麻醉开刀不痛	(303)
为什么中药要注意煎法和服法	(304)
怎样才能去除脸上长的蝴蝶斑	(305)

为什么煎中药要注意火候？

煎中药掌握火候很要紧。不同的药，煎者的时间、火力大小都有不同要求。火候不到，药汁尚未煎出；火候过头，常将药物的有效成分破坏，或煎成焦糊状而不能入口。

煎药前一般要先将药放在水中浸泡 1~2 小时，使药的内外充分湿润，然后再煎。

气味芳香的中药，如藿香、佩兰，只要用旺火煎三、五沸即可，不能久煎，否则药物中的有效成分会挥发掉。

补益类中药如黄芪、白术、党参，旺火烧开后，要用小火继续煎煮，时间要煎得长，一般在 1 小时以上。这样，有效的补益成分就能充分溶入药汁。

普通治病的药，煎煮开始用大火，烧开后稍微将火减少一些，再煎上半小时即可，不能时间过长或太短。

薄荷入药，稍沸几下就应离火，所以要比其他药后加入。乌头类（乌头、附子、天雄等）的中药，如草乌要用旺火多煎些时间，目的是破坏药物中的有毒成分，从而减少毒副作用。

为什么腹腔镜能用于做手术？

腹腔镜的历史已有近百年，但过去一直是被用来诊断疾病的。1989 年，法国医生首先用腹腔镜作了第一例胆囊切除术。由于对病人的损伤小、恢复快，腹腔镜手术很快就在世界范围广泛地开展了。我国腹腔镜手术始于 1991 年，至今已有 500 多家医院采用，其中做过千例手术的医院达 15 家。手术范围已扩展

到普外科、妇产科、胸外科、肝胆外科、泌尿外科、骨科等，手术种类近 60 种。

腹腔镜手术装置由 4 个基本系统组成：(1) 摄录监视系统，由腹腔镜、CCD 彩色摄录像头、视频信号转换器、冷光源（照明用）、录像机、监视器组成。整个手术是在医生看电视屏幕下操作的。(2) 二氧化碳气腹系统。目的是建立气腹，为手术提供一个宽广的空间，也是为避免损伤其他脏器创造条件。(3) 电切电凝系统。手术剥离、切割、止血等操作，都得依靠电刀、电凝器。(4) 器械系统，即腹腔镜手术用器械，如套管针及转换器，专门用来建立腹腔与外界通道之用。还有施夹钳和钛夹、钩状电凝器、剪刀和各种专用钳子、标本取出袋等。正是由于有了这四大部分装置，腹腔镜手术才能得以完成。

为什么关节镜能看到关节里面的情况？

人体的关节有纤维连结、软骨连结和滑膜关节三大类，其中纤维连结和软骨连结为不动或少动关节，滑膜关节则运动灵活。滑膜关节由相对骨的关节面及其关节软骨、关节囊和关节腔组成，内含滑液。关节一旦有病节，常因关节腔较小，中间各种组织排列致密，不易诊断。随着内窥镜的发展，一种能观察关节内结构和病变的关节镜应运而生。它常用于膝关节检查。这种外形与其他内窥镜相似但内部结构不一的关节镜，有两个特点：一是能穿透坚韧的关节囊；二是能在不同的关节腔内活动，观察每一个角落，具有不同的视角。它由穿刺套管针、关节镜、活体组织钳、光源和专用照相机组成。它能观察关节在正常解剖状态下静态和动态的关节内变化和病变，钳取特殊部位的活体，进行活检，抽取关节液进行结核杆菌培养，需要时还可摄片。关节镜可