



中医养生重点专科名医科普丛书

总主编 肖臻 郑培永

主编 茅建春 顾军花

龙华中医

# 风湿病谈

中医养生的原理和方法

本书由国家中医药临床研究基地、国家中医药管理局中医养生重点学科、上海中医药大学附属龙华医院专家编写。



全国百佳图书出版单位

中国中医药出版社

· 中医养生重点专科名医科普丛书 ·

总主编 · 肖 臻 郑培永

# 龙华中医风湿 谈病

主 编 茅建春 顾军花

副主编 周 珺 朱竹菁 邓予新 田 雨

编 委 (以姓氏笔画为序)

|     |     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|-----|
| 王 骁 | 王慧娟 | 冯慧均 | 曲环汝 | 孙 鼎 |
| 李 尊 | 杨晔颖 | 张令悦 | 张冬钰 | 陈晓云 |
| 陈晓旭 | 陈圆圆 | 周雯怡 | 郑殷望 | 单丽娟 |
| 项婷玉 | 胡令潮 | 黄海燕 | 曹左媛 | 龚 蓓 |
| 程蕊琳 | 戴清漪 |     |     |     |

中国中医药出版社

· 北 京 ·

**图书在版编目 ( CIP ) 数据**

龙华中医谈风湿病 / 茅建春, 顾军花主编. —北京: 中国中医药出版社, 2018.10

( 中医养生重点专科名医科普丛书 )

ISBN 978 - 7 - 5132 - 5099 - 3

I . ①龙… II . ①茅… ②顾… III . ①风湿性疾病—中医临床—经验—中国—现代 IV . ① R259.932.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 ( 2018 ) 第 153333 号

---

**中国中医药出版社出版**

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010-64405750

廊坊市三友印务装订有限公司印刷

各地新华书店经销

开本 710×1000 1/16 印张 8.5 字数 124 千字

2018 年 10 月第 1 版 2018 年 10 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978 - 7 - 5132 - 5099 - 3

定价 35.00 元

网址 [www.cptcm.com](http://www.cptcm.com)

**社 长 热 线 010-64405720**

**购 书 热 线 010-89535836**

**维 权 打 假 010-64405753**

**微信服务号 zgzyycbs**

**微商城网址 <https://kdt.im/LIdUGr>**

**官 方 微 博 <http://e.weibo.com/cptcm>**

**天猫旗舰店网址 <https://zgzyycbs.tmall.com>**

如有印装质量问题请与本社出版部联系 ( 010-64405510 )

版权专有 侵权必究

中华优秀传统文化是中华民族突出优势，而中医学是“中华民族的瑰宝”，是“打开中华文明宝库的钥匙”，“凝聚着深邃的哲学智慧和中华民族几千年的健康理念及其实践经验”，博大精深，简便廉验，已成为中华文化软实力的代表。为了推进中医药文化的普及，增进中国人民乃至世界人民的健康，我们特别编撰了《中医养生重点专科名医科普丛书》。

本丛书一共分为 8 本。其中，《龙华中医谈养生》最为重要，具有提纲挈领的作用。此书对中医养生的精髓做了详尽的介绍，具体从中医养生的概念和特点、中医养生学发展简史、中医养生学的基本理论、中医养生的基本原则、五脏养生、情志养生、体质养生、环境与养生、起居作息与养生、睡眠养生、饮食养生、气功养生、针灸经络养生、药物养生、因人养生等方面，论述了中医养生的脉络发展、基本原理与基本方法，既有理论的探索，更注重对大众健康养生方法的指导。

另外 7 本分别是《龙华中医谈心病》《龙华中医谈肝病》《龙华中医谈肺病》《龙华中医谈肾病》《龙华中医谈脑病》

《龙华中医谈肿瘤》《龙华中医谈风湿病》。这7本书均采用问答体例，重在说明具体各科疾病诊疗过程中应注意的问题，如各科疾病的特征、发病机理、辅助检查资料的解读、西医基础治疗、临床治疗中常见的问题及处理、日常中医养生的方法与注意事项等，偏重实用，重在解决具体问题。

全套丛书既有宏观论述，又有微观内容，理论联系实际，选材精练，专业严谨，对大众养生健康具有较高的参考价值。对于书中的不足之处，欢迎大家提出宝贵的意见和建议，以便再版时进一步完善。最后，希望本套丛书的出版，能使大家强身健体，延年益寿。

肖臻 郑培永

2018年8月



风湿病是困扰民众的一大类疾病，大多与免疫相关，临床表现多样，治疗手段以中西医结合为优。本书采用自问自答的形式，围绕常见风湿病的病因、诊断、治疗原则、保健、养生、护理、营养、食疗、心理、外治法等方面展开，有利于读者对风湿病知识的初步了解，但具体用药仍需根据病情咨询专科医生。

本书力求通俗易懂，具有较高的实用性、科普性，但也不乏科学性，内容涉及现代医学知识及中医知识，还有许多具体临床治疗方法的运用。本书编著者多为长期从事风湿病临床研究的著名教授、主任医师及高年资主治医师。全书涉猎广博，涵盖风湿病各方面内容，适合需要了解风湿免疫病相关知识的读者阅读，对基层医生也是一个较好的科普读物。

|            |                           |          |
|------------|---------------------------|----------|
| <b>第一章</b> | <b>风湿免疫话基础</b>            | <b>1</b> |
|            | 1.什么是风湿病.....             | 1        |
|            | 2.风湿病主要包括哪几类疾病.....       | 2        |
|            | 3.关节痛是不是风湿病.....          | 2        |
|            | 4.出现哪些症状提示可能患有风湿病.....    | 3        |
|            | 5.风湿病与免疫功能异常有什么关系.....    | 3        |
|            | 6.什么是未分化性结缔组织病（UCTD）..... | 3        |
|            | 7.混合性结缔组织病（MCTD）是什么.....  | 4        |
|            | 8.抗核抗体阳性就一定是风湿病么.....     | 4        |
|            | 9.抗“O”滴度增高能诊断为风湿热吗.....   | 5        |
|            | 10.血沉、CRP高是风湿病活动吗.....    | 5        |
|            | 11.哪些风湿病会出现间质性肺病.....     | 5        |
|            | 12.反复流产也可能和风湿免疫疾病有关吗..... | 6        |
|            | 13.患了风湿病能怀孕吗.....         | 6        |
|            | 14.风湿病会遗传给下一代吗.....       | 6        |
|            | 15.为什么说关节炎患者能预报天气.....    | 7        |
|            | 16.中医是如何认识风湿病的.....       | 7        |
|            | 17.风湿病和中医风湿有哪些区别和联系.....  | 7        |
|            | 18.平时怎样预防风湿病呢.....        | 8        |
|            | 19.风湿科常用西药有哪些.....        | 8        |

|                                             |    |
|---------------------------------------------|----|
| 20.每次关节疼痛就用消炎止痛的药会不会上瘾? 副作用那么大, 可以不用吗 ..... | 9  |
| 21.关节炎患者能服药酒吗 .....                         | 9  |
| 22.激素在风湿免疫疾病中的应用如何 .....                    | 9  |
| 23.风湿病患者病情好转后, 能否立即停用激素 .....               | 10 |
| 24.长期使用激素的副作用有哪些? 如何防治 .....                | 10 |
| 25.什么是免疫抑制剂 .....                           | 10 |
| 26.生物制剂有哪些? 什么情况下需要使用 .....                 | 11 |
| 27.哪些风湿病患者可以使用膏方 .....                      | 11 |

## 第二章

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| 外治疗法促康复 .....                  | 13 |
| 1.中医外治法从何而来 .....              | 13 |
| 2.中医外治法治疗痹证的作用机理是什么 .....      | 13 |
| 3.风湿病的中医外治法有哪些 .....           | 14 |
| 4.中医外治法适合哪些风湿疾病呢 .....         | 14 |
| 5.风湿病适合冬病夏治吗 .....             | 14 |
| 6.为什么要选择“三九敷贴”治疗呢 .....        | 15 |
| 7.哪些风湿病针灸治疗效果比较好 .....         | 15 |
| 8.针灸治疗风湿病的疗程是多久 .....          | 15 |
| 9.艾灸治疗风湿病有什么作用 .....           | 16 |
| 10.有哪些穴位风湿患者可以自行在家艾灸或者按摩 ..... | 16 |
| 11.风湿患者针灸或者拔火罐后有什么需要注意的吗 ..... | 16 |
| 12.哪些风湿病患者不适合艾灸 .....          | 16 |

## 第三章

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| 类风湿关节炎 .....                    | 19 |
| 1.什么是类风湿关节炎 .....               | 19 |
| 2.什么叫晨僵? 为什么类风湿关节炎患者会出现晨僵 ..... | 19 |
| 3.类风湿因子阳性就代表类风湿关节炎吗 .....       | 20 |

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 4.类风湿因子（RF）越高说明病情越严重吗 .....  | 20 |
| 5.风湿性关节炎与类风湿关节炎是一个病吗 .....   | 20 |
| 6.回纹型关节炎和类风湿关节炎怎么区别 .....    | 21 |
| 7.如何判断类风湿关节炎处于活动期还是缓解期 ..... | 21 |
| 8.为什么类风湿关节炎患者要定期到医院检查 .....  | 21 |
| 9.类风湿关节炎会遗传吗 .....           | 22 |
| 10.类风湿关节炎会引起瘫痪吗 .....        | 22 |
| 11.类风湿关节炎会引起贫血吗 .....        | 22 |
| 12.类风湿关节炎能用糖皮质激素治疗吗 .....    | 23 |
| 13.类风湿关节炎患者怀孕时应如何用药 .....    | 23 |
| 14.类风湿关节炎患者如何选择合适的锻炼方式 ..... | 24 |
| 15.类风湿关节炎患者适合喝药酒吗 .....      | 24 |
| 16.类风湿关节炎的患者如何选择食物 .....     | 24 |
| 17.类风湿关节炎有哪些中医外治方法 .....     | 25 |

#### 第四章

|                                    |           |
|------------------------------------|-----------|
| <b>系统性红斑狼疮 .....</b>               | <b>27</b> |
| 1.系统性红斑狼疮是一种什么病 .....              | 27        |
| 2.系统性红斑狼疮会传染吗 .....                | 27        |
| 3.系统性红斑狼疮会遗传吗 .....                | 28        |
| 4.早期未分化结缔组织病以后会发展成红斑狼疮吗 .....      | 28        |
| 5.为什么皮肤没有发过红斑，也诊断为红斑狼疮 .....       | 28        |
| 6.为什么系统性红斑狼疮患者会出现贫血、白细胞和血小板减少 .... | 29        |
| 7.如何防止系统性红斑狼疮患者肾病的发生和发展 .....      | 29        |
| 8.怎样知道系统性红斑狼疮又复发了 .....            | 29        |
| 9.红斑狼疮患者都必须服用强的松一类的激素吗 .....       | 30        |
| 10.为什么系统性红斑狼疮患者易患骨质疏松 .....        | 30        |
| 11.激素是引起红斑狼疮患者无菌性骨坏死的直接原因吗 .....   | 31        |
| 12.为什么系统性红斑狼疮患者会出现月经不调甚至闭经 .....   | 31        |

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| 13. 红斑狼疮患者能否结婚、怀孕 .....           | 31 |
| 14. 系统性红斑狼疮患者妊娠时一定要服用激素吗 .....    | 32 |
| 15. 红斑狼疮患者妊娠和产后病情会有怎样的变化 .....    | 32 |
| 16. 系统性红斑狼疮在更年期后是不是会稳定下来 .....    | 33 |
| 17. 红斑狼疮患者并发带状疱疹该如何治疗 .....       | 33 |
| 18. 红斑狼疮患者生活中需要注意什么 .....         | 33 |
| 19. 为什么系统性红斑狼疮患者容易掉头发? 如何养护 ..... | 34 |
| 20. 什么是蝶形红斑? 什么是盘状红斑? 如何养护 .....  | 34 |
| 21. 系统性红斑狼疮患者能不能用化妆品 .....        | 34 |
| 22. 红斑狼疮患者能不能晒太阳 .....            | 35 |
| 23. 系统性红斑狼疮患者的饮食要“忌口”吗 .....      | 35 |

## 第五章

|                                          |    |
|------------------------------------------|----|
| <b>强直性脊柱炎</b> .....                      | 37 |
| 1. 什么是脊柱关节病? 具体有哪些病 .....                | 37 |
| 2. 为什么会得强直性脊柱炎 .....                     | 37 |
| 3. HLA-B27阳性就一定是强直性脊柱炎吗 .....            | 38 |
| 4. HLA-B27阴性是否可以排除强直性脊柱炎 .....           | 38 |
| 5. 男青年经常夜间腰痛要警惕强直性脊柱炎吗 .....             | 38 |
| 6. 强直性脊柱炎和腰椎间盘突出症的腰痛有何不同 .....           | 38 |
| 7. 强直性脊柱炎的预后如何 .....                     | 39 |
| 8. 强直性脊柱炎患者如果治疗后好转了是否可以停药 .....          | 39 |
| 9. 强直性脊柱炎后期的驼背还能治好吗 .....                | 39 |
| 10. 强直性脊柱炎并发葡萄膜炎的特征是什么 .....             | 40 |
| 11. 强直性脊柱炎患者生育会受影响吗 .....                | 40 |
| 12. 强直性脊柱炎会遗传吗 .....                     | 40 |
| 13. 强直性脊柱炎在遗传上有什么特点吗 .....               | 40 |
| 14. 强直性脊柱炎患者的下一代若查出HLB-27阳性, 需要治疗吗 ..... | 41 |
| 15. 如何避免强直性脊柱炎患者的病情加重 .....              | 41 |

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 16.强直性脊柱炎患者日常要注意什么 .....     | 42 |
| 17.强直性脊柱炎患者一定要睡硬板床吗.....     | 42 |
| 18.患了强直性脊柱炎选择什么样的运动最适宜 ..... | 42 |
| 19.中医治疗强直性脊柱炎有什么外治法吗 .....   | 42 |
| 20.为什么建议强直性脊柱炎患者用膏方.....     | 43 |
| 21.强直性脊柱炎患者饮食上有什么注意.....     | 43 |

## 第六章 干燥综合征 .....

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| 1.什么是干燥综合征？如何早期发现干燥综合征 .....                  | 45 |
| 2.干燥综合征分几种类型 .....                            | 45 |
| 3.干燥综合征的血清免疫学检查可出现哪些异常 .....                  | 46 |
| 4.抗SSA、SSB抗体为何一直都是阳性？“+”的增加是不是<br>疾病发展了 ..... | 46 |
| 5.干燥综合征严重吗 .....                              | 46 |
| 6.干燥综合征患者怎样做好口腔保健 .....                       | 46 |
| 7.干燥综合征患者出现什么症状要注意淋巴瘤的可能.....                 | 47 |
| 8.干燥综合征患者要避免使用哪些药物.....                       | 47 |
| 9.干燥综合征患者眼干应该如何调护 .....                       | 47 |
| 10.干燥综合征患者如何进行皮肤护理 .....                      | 47 |
| 11.干燥综合征患者如何进行呼吸道的调护 .....                    | 48 |
| 12.干燥综合征患者可使用外治法治疗吗.....                      | 48 |
| 13.干燥综合征患者饮食上有什么要注意的.....                     | 48 |
| 14.干燥综合征患者可以喝什么茶 .....                        | 48 |

## 第七章 高尿酸血症与痛风 .....

|                    |    |
|--------------------|----|
| 1.什么是痛风 .....      | 49 |
| 2.痛风会遗传吗.....      | 49 |
| 3.假性痛风和痛风有区别吗..... | 49 |

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| 4.血尿酸高就是痛风了么 .....               | 50 |
| 5.血尿酸升高有哪些危害 .....               | 50 |
| 6.体检发现血尿酸升高需要服降尿酸药物吗 .....       | 51 |
| 7.HLA-B5801基因检测是什么 .....         | 51 |
| 8.降尿酸的药物有哪些 .....                | 51 |
| 9.降尿酸药物需要终身服用吗 .....             | 52 |
| 10.痛风急性发作如何应对 .....              | 52 |
| 11.痛风发作时血尿酸不高，患者需要服用降尿酸药物么 ..... | 52 |
| 12.痛风患者饮食上要如何控制 .....            | 52 |
| 13.高尿酸血症及痛风患者可以吃豆制品吗 .....       | 53 |
| 14.痛风患者可以吃哪些蔬菜水果 .....           | 53 |
| 15.注意忌口痛风还会发吗 .....              | 53 |
| 16.朋友听说我有痛风给我带了保健品，我能吃吗 .....    | 53 |
| 17.痛风患者可以锻炼吗 .....               | 54 |
| 18.痛风患者喝什么饮料较好 .....             | 54 |
| 19.中医对痛风治疗有什么办法吗 .....           | 54 |
| 20.对痛风患者有哪些食物可以推荐吗 .....         | 54 |
| 21.痛风患者可以吃荤菜吗 .....              | 55 |

## 第八章

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| <b>骨关节炎</b> .....                         | 57 |
| 1.什么是骨关节炎 .....                           | 57 |
| 2.骨关节炎好发于哪些人 .....                        | 57 |
| 3.骨关节炎、肥大性关节炎、骨质增生、退行性关节炎是<br>同一种病吗 ..... | 58 |
| 4.怎样预防和治疗骨性关节炎 .....                      | 58 |
| 5.颈椎骨质增生就是颈椎病吗 .....                      | 59 |
| 6.办公室工作人员如何预防颈椎病 .....                    | 59 |
| 7.针对颈椎病的体育锻炼都有哪些方法 .....                  | 60 |

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| 8.高枕是否无忧.....                 | 60 |
| 9.老年人的关节疼痛都是骨关节炎吗 .....       | 60 |
| 10.骨关节炎患者需要补钙吗.....           | 61 |
| 11.骨关节炎患者关节腔内注射“润滑油”就能好吗..... | 61 |
| 12.骨关节炎患者适合做些什么运动 .....       | 61 |
| 13.“骨刺”能否消除 .....             | 62 |
| 14.骨关节炎患者平时应怎么吃.....          | 62 |

|     |                                |    |
|-----|--------------------------------|----|
| 第九章 | 骨质疏松.....                      | 63 |
|     | 1.什么是骨质疏松.....                 | 63 |
|     | 2.哪些症状出现应警惕骨质疏松.....           | 63 |
|     | 3.哪些人群容易患骨质疏松.....             | 64 |
|     | 4.骨质疏松有什么危害.....               | 65 |
|     | 5.骨质疏松需要治疗吗.....               | 65 |
|     | 6.骨质疏松就是缺钙吗.....               | 65 |
|     | 7.补钙可以治疗骨质疏松吗.....             | 66 |
|     | 8.骨质疏松怎样补钙呢.....               | 66 |
|     | 9.哪些食物可以补充人体钙质.....            | 66 |
|     | 10.骨质疏松患者需要运动吗.....            | 67 |
|     | 11.日常生活中如何防止骨质疏松的发生.....       | 67 |
|     | 12.骨质疏松适合做什么运动.....            | 67 |
|     | 13.适合骨质疏松患者锻炼的民族传统健身运动有哪些..... | 68 |
|     | 14.骨质疏松患者可以喝茶吗.....            | 68 |

|            |                                    |           |
|------------|------------------------------------|-----------|
| <b>第十章</b> | <b>间质性肺病 .....</b>                 | <b>69</b> |
|            | 1.什么是间质性肺病 .....                   | 69        |
|            | 2.间质性肺病可以分为哪些种类，哪些种类适合寻求中医治疗 ..... | 70        |
|            | 3.间质性肺病会不会传染，是不是要隔离 .....          | 71        |

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| 4.间质性肺病严重吗.....             | 71 |
| 5.得了间质性肺病，可以吃中药吗 .....      | 71 |
| 6.间质性肺病患者吃什么药管用，有特效药吗 ..... | 71 |
| 7.得了间质性肺病可以锻炼身体吗 .....      | 72 |
| 8.间质性肺病患者吃激素有用吗 .....       | 72 |
| 9.得了间质性肺病，需要使用呼吸机吗 .....    | 72 |
| 10.得了间质性肺病有什么忌口吗 .....      | 73 |

## 第十一章 风湿性多肌痛.....75

|                          |    |
|--------------------------|----|
| 1.什么是风湿性多肌痛 .....        | 75 |
| 2.风湿性多肌痛的临床表现是什么 .....   | 75 |
| 3.风湿性多肌痛如何诊断 .....       | 75 |
| 4.风湿性多肌痛如何治疗 .....       | 76 |
| 5.风湿性多肌痛的中医治疗方法有哪些 ..... | 76 |

## 第十二章 血管炎.....77

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 1.什么是血管炎 .....               | 77 |
| 2.血管炎为什么称为系统性血管炎 .....       | 77 |
| 3.血管炎有哪些全身症状，要和什么疾病鉴别呢 ..... | 78 |
| 4.血管炎可以治愈吗.....              | 78 |
| 5.荨麻疹与荨麻疹性血管炎如何鉴别 .....      | 78 |
| 6.血管炎可以用中医药治疗吗.....          | 79 |
| 7.血管炎患者在日常生活中应该注意什么.....     | 79 |

## 第十三章 硬皮病.....81

|                         |    |
|-------------------------|----|
| 1.什么是硬皮病，为什么会得硬皮病 ..... | 81 |
| 2.什么是雷诺现象.....          | 81 |
| 3.硬皮病患者手指为什么会变短.....    | 82 |
| 4.硬皮病会引起肺部病变吗 .....     | 82 |

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 5.硬皮病和反流性食管炎有关吗 .....        | 82 |
| 6.硬皮病为什么容易引起肿瘤标志物水平升高 .....  | 82 |
| 7.硬皮病患者容易罹患肿瘤吗 .....         | 83 |
| 8.硬皮病有什么并发症吗 .....           | 83 |
| 9.中医怎么治疗硬皮病 .....            | 83 |
| 10.对表现为雷诺现象的患者中医怎么进行护理 ..... | 83 |
| 11.药物也会引起硬皮病样改变吗 .....       | 84 |
| 12.硬皮病患者日常生活中应如何调养 .....     | 84 |

#### 第十四章

|                                           |           |
|-------------------------------------------|-----------|
| <b>多肌炎与皮肤炎 .....</b>                      | <b>85</b> |
| 1.多发性肌炎（PM）和皮肤炎（DM）是一种疾病吗 .....           | 85        |
| 2.多肌炎和皮肤炎一定需要肌肉活检吗 .....                  | 85        |
| 3.多肌炎和皮肤炎主要治疗方法有哪些，能彻底治愈吗 .....           | 86        |
| 4.多肌炎和皮肤炎患者使用激素的方法 .....                  | 86        |
| 5.多肌炎和皮肤炎患者什么情况下算是病情缓解？何时可以<br>考虑停药 ..... | 86        |
| 6.多肌炎和皮肤炎常见的并发症有哪些 .....                  | 87        |
| 7.皮肤炎与肿瘤有关系吗 .....                        | 87        |
| 8.多肌炎和皮肤炎患者可以用中药治疗吗 .....                 | 87        |
| 9.多肌炎和皮肤炎能预防吗 .....                       | 88        |
| 10.影响多肌炎和皮肤炎预后的因素有哪些 .....                | 88        |
| 11.多肌炎和皮肤炎患者可以生育吗？会遗传吗 .....              | 88        |
| 12.多肌炎和皮肤炎患者应该做怎样的肌肉护理 .....              | 88        |
| 13.多肌炎和皮肤炎患者日常生活中应如何保养 .....              | 89        |
| 14.多肌炎和皮肤炎患者饮食该注意什么 .....                 | 89        |

#### 第十五章

|                      |           |
|----------------------|-----------|
| <b>自身免疫性肝病 .....</b> | <b>91</b> |
| 1.什么是自身免疫性肝病 .....   | 91        |

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| 2.自身免疫性肝病有哪几种 .....         | 91 |
| 3.自身免疫性肝病有哪些临床表现 .....      | 92 |
| 4.哪些人群容易得自身免疫性肝病 .....      | 92 |
| 5.哪些检查提示可能患有自身免疫性肝病 .....   | 93 |
| 6.自身免疫性肝病需要如何治疗 .....       | 93 |
| 7.中医对肝病的认识 .....            | 93 |
| 8.自身免疫性肝病患者的日常起居应注意哪些 ..... | 94 |
| 9.自身免疫性肝病患者宜食用哪些食物 .....    | 94 |
| 10.自身免疫性肝病患者如何进行运动 .....    | 95 |

## 第十六章

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| <b>白塞综合征</b> .....                 | 97  |
| 1.什么是白塞综合征，它是一种性病吗 .....           | 97  |
| 2.白塞综合征严重吗 .....                   | 97  |
| 3.什么是结节红斑 .....                    | 98  |
| 4.针刺后针孔上总有一个小包，这是针刺反应吗 .....       | 98  |
| 5.为什么要重视复发性口腔溃疡 .....              | 98  |
| 6.白塞综合征生殖器溃疡的主要特点是什么 .....         | 98  |
| 7.为什么反复“红眼睛”要警惕白塞综合征 .....         | 99  |
| 8.白塞综合征患者出现视力下降怎么办 .....           | 99  |
| 9.白塞综合征会影响神经系统吗 .....              | 99  |
| 10.白塞综合征的预后怎样 .....                | 99  |
| 11.白塞综合征患者一定要服用激素吗 .....           | 99  |
| 12.反应停可以治疗黏膜溃疡吗 .....              | 100 |
| 13.经常外阴溃疡怎么办 .....                 | 100 |
| 14.白塞综合征患者如何过性生活 .....             | 100 |
| 15.白塞综合征患者是不是火太大了？要多吃点清火的东西吗 ..... | 101 |
| 16.白塞综合征患者饮食上要注意什么 .....           | 101 |

## 成人Still病 .....103

- 1.反复发热、皮疹、关节痛，医生说是成人Still病.....103
- 2.为什么会得成人Still病.....103
- 3.成人Still病容易误诊为哪些病 .....103
- 4.哪些表现要高度怀疑成人Still病 .....104
- 5.怎么才能判断是成人Still病的咽痛而不是一般感冒咽痛 .....104
- 6.幼年Still病与成人Still病有什么区别和关系.....104
- 7.成人Still病的皮疹有什么特点 .....105
- 8.成人Still病的关节痛有什么特点 .....105
- 9.成人Still病的并发症严重吗 .....105
- 10.成人Still病的治疗方法有哪些 .....105
- 11.成人Still病患者老是发热怎么办.....106
- 12.成人Still病会反复发作吗 .....106
- 13.成人Still病日常饮食需要注意些什么 .....106
- 14.对于成人Still病中医是怎么认识的.....107

## 产后风湿病 .....109

- 1.什么是产后风湿病.....109
- 2.哪些人容易得产后风湿病 .....109
- 3.产后出现关节痛要做检查吗.....110
- 4.治疗产后风湿中医有什么好办法吗 .....110
- 5.中药会影响哺乳吗.....111
- 6.产后风湿病预后好吗 .....111
- 7.月子里得的风湿痛通过再怀孕能消除吗.....111
- 8.产后风湿会好吗.....111
- 9.产后风湿病患者适合吃什么.....112
- 10.产后风湿病患者不适合吃什么 .....112
- 11.产后风湿病患者能通过汗蒸治疗吗.....112