

家庭医生手册

张有寓

主编

南开大学出版社



家庭医生手册

主编 张有竑

编者 张有竑 王耀庭 郑 敏 张殿斌
郝怀珍 牟洪林 刘伯玉 王树起
王 炼 王 颖 王惠芬 蔡秀春

南开大学出版社

(津)新登字011号

家庭医生手册

张有竊 主编

南开大学出版社出版

(天津八里台南开大学校内)

邮编: 300071 电话: 349318

新华书店天津发行所发行

河北昌黎印刷厂印刷

1993年4月第1版

1994年12月第4次印刷

开本: 850×1168 1/32 印张: 20.25 插页4

字数: 622千字

印数: 42001—53000

ISBN 7-310-00381-0

R·7

定价: 19.5元

内 容 提 要

《家庭医生手册》是以中西合璧、家庭保健为特色的实用医学科普书，为千家万户防病治病、健康长寿提供积极有效的参考。

全书八篇，第一至三篇简介常见症状的自我鉴别，家庭急症的临时处理和常规化验，为病家认识疾病和挽救生命提供必要知识。第四篇重点阐述常见病140种，熔中西医药于一炉，汇调护、预防于一体，通俗易懂、切于实用。第五篇为优生优育，介绍提高“宝宝”素质的措施和经验。第六篇题为家庭保健，介绍延寿秘诀。第七篇是家庭药箱，介绍中西成药140余种，以备合宜而用。附录简要介绍人体生理解剖知识等，以便读者参考。

本书语言简明，内容实用，科学准确。家庭备此，犹有名医在堂，随时为您和家人的健康提供全面优质的咨询服务。

前 言

古人云：“为人子不可不知医。”目前，随着社会物质、精神文明的不断提高和医药卫生事业的迅速发展，一个以自我医护为特色的家庭医学正在蓬勃兴起。为普及家庭成员的医药保健知识，指导广大民众卓有成效地防病治病、自我保健，我们辑录了中、西医药之华实，聚秩成编，名曰《家庭医生手册》，贡献读者。

书分七篇。首篇简介临床症状的自我鉴别，以防因误诊、漏诊而贻误病情，损害健康。第二篇重点阐述常见急症的家庭临时处理，提供送院的条件、时机和救护的措施等，以减轻病员痛苦，挽救垂危生命。第三篇介绍常规化验诊断，为病员和家庭提供认识和把握疾病的必要知识。第四篇收录常见病140种，按诊断、治疗、调护和预防的次第排比成篇，中、西学兼收并用，互掇长短；在治疗方面，多用中、西成药，病家可据病择药，合宜而用，十分方便；调护和预防的内容，更为家庭保健提供了积极有效的参考。第五篇介绍优生优育知识，从择偶、受孕、养胎、胎教到婴幼儿喂养、保育和调护，采无遗网，发皇中医菁华，融汇最新成果，为提高人口素质提供了行之有效的理论和经验。第六篇题为家庭保健法，从饮食、运动、起居和调神诸方面，予以系统阐述。现代医学研究表明，传统的养生保健是最好的延寿秘诀，人们只有从消极地诊断、治病深入到积极地保养生命力，增强免疫力的古代医学中，才能真正达到预防病患、永葆健康的目的。正如《黄帝内经》所谓“起居有节，饮食有常，不妄作劳，则形与神俱，而尽终其天年。”第七篇家庭药箱，记述中、西成药140余种，“卒然遭邪风之气，婴非常之疾”，可对症检药，临危而获安。最后

为附录，简要介绍人体解剖、脉象和穴位等知识，以备参考。

本书切合实用，通俗简明，科学准确。手此一编，虽无良医，犹有良药；虽处乡僻，犹住市镇；虽有窘迫，犹可解决。家庭备此，犹有一位高明医师在堂，随时为您和家人的健康提供全面优质的咨询服务。

愿“家庭医生”走进城乡千家万户，愿您的家庭妇孺长幼人人安康。

惟因仓促付印，如有疏漏和不当之处，敬希指正，俾然再版补正，共济世人。

张有嵩

1992年春于求索斋

目 录

第一篇 常见症状自我鉴别

一、发热.....	(3)	十四、心悸.....	(20)
二、水肿.....	(5)	十五、紫绀.....	(21)
三、惊厥.....	(7)	十六、咯血.....	(22)
四、昏迷.....	(8)	十七、呕血.....	(23)
五、昏厥.....	(9)	十八、便血.....	(24)
六、眩晕.....	(10)	十九、黄疸.....	(25)
七、头痛.....	(11)	二十、吞咽困难.....	(27)
八、胸痛.....	(13)	二十一、腹泻.....	(28)
九、腹痛.....	(14)	二十二、腹部肿块.....	(29)
十、腰痛.....	(16)	二十三、尿血.....	(30)
十一、关节痛.....	(17)	二十四、淋巴结肿大.....	(31)
十二、咳嗽与咳痰.....	(17)	二十五、呃逆.....	(32)
十三、呼吸困难.....	(19)	二十六、皮疹.....	(33)

第二篇 常见急症处理

一、心跳骤停.....	(37)	飞机).....	(67)
二、呼吸停止.....	(39)	七、荨麻疹.....	(68)
三、休克.....	(41)	八、接触性皮炎.....	(69)
四、中毒.....	(43)	九、毒虫螫伤.....	(70)
五、常见内科急症.....	(53)	十、创伤急救.....	(71)
六、晕动病(晕车、船、		十一、出血与止血.....	(72)

十二、感染伤口的处理	(76)	十八、外耳道异物	(79)
十三、电击伤	(74)	十九、中暑	(79)
十四、溺水	(75)	二十、烧伤(烫伤)	(81)
十五、勒缢	(76)	二十一、冻伤	(83)
十六、流产	(77)	二十二、骨折	(84)
十七、结膜及角膜异物			

第三篇 怎样看化验单

一、血液检查	(89)	七、痰液检查	(104)
二、常用血液生化及酶类 检查	(93)	八、免疫学检查	(106)
三、尿液检查	(97)	九、妊娠试验及妇科检查	(108)
四、粪便检查	(101)	十、精液及前列腺液检查	(110)
五、肝功能检查	(103)	十一、甲状腺素功能检查	(111)
六、脑脊液检查	(103)		

第四篇 家庭常见病

一、常见传染病	(115)	(十) 细菌性痢疾	(130)
(一) 感冒	(115)	(十一) 伤寒与副伤寒	(132)
(二) 麻疹	(116)	(十二) 病毒性肝炎	(134)
(三) 风疹	(118)	(十三) 脊髓灰质炎	(137)
(四) 水痘	(119)	(十四) 蛔虫病	(139)
(五) 流行性腮腺炎	(120)	(十五) 蛲虫病	(141)
(六) 猩红热	(122)	(十六) 绦虫病及囊虫病	(142)
(七) 白喉	(123)	(十七) 流行性乙型脑炎	(143)
(八) 流行性脑脊髓膜炎	(125)	(十八) 血吸虫病	(145)
(九) 百日咳	(128)	(十九) 钩端螺旋体病	(147)

二、常见内科病.....(150)	(二十八) 肾盂肾炎.....(183)
(一) 急性支气管炎.....(150)	(二十九) 急性肾小球肾炎.....(188)
(二) 慢性支气管炎.....(151)	(三十) 慢性肾小球肾炎.....(189)
(三) 支气管哮喘.....(152)	(三十一) 甲状腺机能亢进症.....(191)
(四) 支气管扩张症.....(154)	(三十二) 缺铁性贫血.....(192)
(五) 大叶性肺炎.....(155)	(三十三) 再生障碍性贫血.....(194)
(六) 肺脓肿.....(157)	(三十四) 急性白血病.....(195)
(七) 肺结核.....(159)	(三十五) 慢性白血病.....(197)
(八) 结核性胸膜炎.....(161)	(三十六) 面神经炎.....(198)
(九) 支气管肺癌.....(162)	(三十七) 多发性神经炎.....(193)
(十) 风湿病.....(163)	(三十八) 坐骨神经痛.....(199)
(十一) 慢性风湿性心脏病.....(165)	(三十九) 癫痫.....(200)
(十二) 高血压病.....(166)	(四十) 精神分裂症.....(202)
(十三) 心绞痛.....(168)	(四十一) 神经衰弱.....(203)
(十四) 心肌梗塞.....(170)	(四十二) 瘵症.....(205)
(十五) 慢性肺原性心脏病.....(171)	(四十三) 脑出血.....(206)
(十六) 亚急性细菌性心内膜炎.....(173)	(四十四) 蛛网膜下腔出血.....(208)
(十七) 急性心包炎.....(174)	(四十五) 脑血栓形成.....(209)
(十八) 过早搏动.....(175)	(四十六) 脑栓塞.....(209)
(十九) 阵发性室上性心动过速.....(176)	三、常见儿科疾病.....(210)
(二十) 室性阵发性心动过速.....(177)	(一) 小儿肺炎.....(210)
(二十一) 心房纤维颤动.....(178)	(二) 小儿支气管炎.....(212)
(二十二) 房室传导阻滞.....(178)	(三) 小儿支气管哮喘.....(213)
(二十三) 急性胃肠炎.....(179)	(四) 小儿惊厥.....(215)
(二十四) 慢性胃炎.....(180)	(五) 小儿厌食症.....(217)
(二十五) 胃、十二指肠溃疡.....(182)	(六) 小儿疳积.....(217)
(二十六) 肝硬化.....(183)	(七) 婴幼儿腹泻.....(219)
(二十七) 糖尿病.....(185)	(八) 小儿泌尿道感染.....(222)
	(九) 遗尿症.....(223)

(十) 佝偻病(224)	(十六) 类风湿性关节炎(270)
(十一) 婴儿手足搐搦症(227)	(十七) 破伤风(272)
(十二) 新生儿硬肿症(228)	六、五官科疾病(274)
四、常见妇科疾病(230)	(一) 急性结膜炎(274)
(一) 功能性子宫出血(230)	(二) 青光眼(275)
(二) 痛经(232)	(三) 白内障(276)
(三) 闭经(234)	(四) 眼缘炎(红眼边)(277)
(四) 更年期综合征(236)	(五) 麦粒肿(279)
(五) 霉菌性阴道炎(237)	(六) 沙眼(280)
(六) 滴虫性阴道炎(238)	(七) 睑板腺囊肿(282)
(七) 慢性子宫颈炎(239)	(八) 翼状胬肉(283)
(八) 急性盆腔炎(239)	(九) 角膜溃疡(284)
(九) 慢性盆腔炎(241)	(十) 眶疝栓塞(286)
(十) 子宫脱垂(241)	(十一) 外耳道疳(287)
(十一) 妊娠呕吐(243)	(十二) 急性化脓性中耳炎(288)
(十二) 妊娠中毒症(244)	(十三) 慢性化脓性中耳炎(290)
(十三) 流产(246)	(十四) 鼻出血(291)
(十四) 子宫外孕(248)	(十五) 慢性鼻炎(293)
五、常见外科疾病(249)	(十六) 鼻旁窦炎(295)
(一) 疖(249)	(十七) 急性扁桃体炎(296)
(二) 痈(251)	(十八) 慢性扁桃体炎(298)
(三) 蜂窝织炎(251)	(十九) 急性咽炎(299)
(四) 淋巴管炎(252)	(二十) 慢性咽炎(300)
(五) 急性乳腺炎(253)	(二十一) 龋齿(301)
(六) 急性阑尾炎(254)	(二十二) 急性牙髓炎(302)
(七) 肠梗阻(256)	(二十三) 牙周炎(303)
(八) 胆囊炎(257)	(二十四) 牙痛(304)
(九) 胆石症(258)	七、皮肤疾病(305)
(十) 急性胰腺炎(260)	(一) 急性湿疹(305)
(十一) 胆道蛔虫症(262)	(二) 慢性湿疹(307)
(十二) 急性腹膜炎(263)	(三) 药物性皮炎(308)
(十三) 痔(264)	(四) 脓疱病(309)
(十四) 脱肛(267)	
(十五) 尿路结石(268)	

- (五) 带状疱疹(310) (七) 牛皮癣(312)
 (六) 痤疮(311) (八) 脂溢性皮炎(313)

第五篇 优生优育

- 一、择偶与优生(317)
 (一) 性格类型(317)
 (二) 择偶(318)
 (三) 同姓不婚(319)
 (四) 恶疾不婚(320)
 (五) 五种不宜(321)
 二、受孕(322)
 (一) 受孕年龄(322)
 (二) 受孕时机(323)
 三、养胎(325)
 (一) 逐月养胎(325)
 (二) 环境与养胎(327)
 (三) 药物与养胎(329)
 四、胎教(333)
 五、优生(334)
 (一) 新生儿特点与调护(334)
 (二) 喂奶注意事项(336)
 (三) 小儿营养需求(337)
 (四) 添加辅食(338)
 (五) 小儿饮食(339)
 (六) 儿童的食养(340)
 (七) 矫正小儿偏食(341)
 (八) 小儿牙齿保护(342)
 (九) 小儿预防接种(343)
 (十) 小儿用药须知(344)
 (十一) 小儿起居护理(345)

第六篇 家庭保健

- 一、饮食保健法(349)
 (一) 健康与营养(349)
 (二) 饮食与营养(357)
 (三) 食物的营养作用(375)
 (四) 饮食养生法(382)
 (五) 常见病饮食疗法(399)
 二、正常的性生活有益于健康(421)
 (一) 性反应周期(423)
 (二) 性生活和谐的秘诀(429)
 (三) 性和谐与性交姿势(430)
 (四) 青年人的性生活(433)
 (五) 中年人的性生活(437)
 (六) 老年人的性生活(439)
 (七) 性生活禁忌(442)
 (八) 性生活的损益(446)
 (九) 中老年性功能保健(448)
 (十) 性养生法(460)
 三、运动保健法(476)
 (一) 五禽戏(476)
 (二) 太极拳六段选(478)
 (三) 八段锦(480)

(四) 太极拳(481)	(三) 真气运行法(526)
(五) 易筋经(483)	(四) 六字诀功法(529)
(六) 太极剑(484)	(五) 阴阳回春功(533)
四、自我按摩保健法(491)	(六) 女丹功(535)
(一) 按摩手法(491)	(七) 周天功(541)
(二) 老子按摩法(495)	(八) 内养功(546)
(三) 保健按摩九法(493)	(九) 站桩功(547)
(四) 气功按摩十八法(499)	(十) 慧功(551)
(五) 自我按摩祛病十三法(501)	六、心理卫生保健法(553)
(六) 健美按摩法(505)	(一) 心理与疾病(553)
五、气功保健法(538)	(二) 中年人的心理卫生(559)
(一) 练功三要素(533)	(三) 老年人心理卫生(562)
(二) 练功应注意的问题(511)	(四) 养神养生法(566)

第七篇 家庭药箱

天津感冒片(571)	小儿解热丸(573)
藿香正气胶囊(571)	清喉利咽冲剂(573)
藿香正气水(571)	康泰克缓释胶囊(573)
感冒通(571)	复方阿斯匹林(574)
感冒清(胶囊)(571)	安乃近(574)
九味羌活片(571)	去痛片(574)
川芎茶调片(572)	交沙霉素片(575)
芎菊上清丸(572)	头孢霉素(先锋霉素)IV、V(575)
防风通圣丸(572)	庆大霉素(575)
杏苏合剂(572)	青霉素(576)
通宣理肺膏(573)	红霉素(576)
感冒冲剂(573)	麦迪霉素片(576)
妙灵丹(573)	

六神丸	(577)	附子理中丸	(533)
龙胆泻肝丸	(577)	补中益气丸	(583)
导赤丸	(577)	舒肝丸	(583)
养阴清肺糖浆	(577)	木香顺气丸	(583)
黄连上清丸	(578)	麻仁丸	(583)
清音丸	(578)	益气润肠膏	(583)
清肺抑火丸	(578)	麻仁滋脾丸	(584)
喉症丸	(578)	气滞胃痛冲剂	(584)
清肺抑火膏	(578)	三九胃泰	(584)
橘红丸	(579)	胃蛋白酶	(584)
橘红化痰丸	(579)	乳酶生 (表飞鸣)	(584)
海珠喘息定片	(579)	酵母片	(585)
百合固金丸	(579)	阿托品	(585)
小儿久嗽丸	(579)	氢氧化铝	(585)
小儿止嗽金丹	(579)	甲氧咪胍片 (西米替丁片)	
礞石滚痰丸	(580)		(585)
祛痰灵	(580)	胃必治	(586)
小儿解热丸	(580)	乐得胃片	(586)
小儿至宝锭	(580)	泰胃美	(586)
珠贝定喘丸	(580)	益肝灵片	(587)
氯化铵	(580)	利胆素片	(587)
复方甘草合剂	(581)	胆石通胶囊	(587)
咳必清	(581)	人参归脾丸	(587)
止咳糖浆	(581)	朱砂安神丸	(587)
枇杷止咳露	(581)	磁朱丸	(588)
氨茶碱	(581)	补心丹	(588)
喘定 (甘油茶碱)	(582)	通脉养心丸	(588)
硫酸异丙肾上腺素	(582)	盐酸维拉帕米片	(588)
百喘朋片	(582)	安定	(588)

水合氯醛.....(589)	脑力宝丸.....(595)
速可眠片.....(590)	六味地黄丸.....(596)
苯巴比妥片.....(590)	杞菊地黄丸.....(596)
苏合香丸.....(590)	知柏地黄丸.....(596)
速效救心丸.....(590)	龟龄集.....(596)
复方丹参片.....(590)	口服蜂乳及蜂乳胶囊.....(596)
脉络通.....(590)	人参精.....(597)
活心丸.....(591)	鹿茸精.....(597)
保健益.....(591)	刺五加片.....(597)
亚硝酸异戊酯.....(591)	复方五味子片.....(597)
硝酸甘油.....(591)	灵芝片.....(597)
潘生丁.....(592)	太阳神生物健口服液.....(597)
牛黄降压丸.....(592)	脉管炎片.....(598)
降压避风片.....(592)	肠虫清片.....(598)
利血平.....(592)	驱钩蛔片.....(598)
地巴唑.....(593)	驱蛔虫片.....(598)
路丁.....(593)	氟哌酸片.....(599)
复方降压片.....(593)	苯海拉明片.....(600)
血脂宁.....(593)	鼻炎康.....(600)
脉舒胶囊.....(593)	麝香风湿油.....(600)
脉通.....(594)	风油精.....(600)
藻酸双酯钠.....(594)	创可贴.....(600)
紫雪丹.....(594)	口服避孕片1号.....(601)
至宝丹.....(595)	口服避孕片2号.....(601)
安宫牛黄丸.....(595)	长效复方18-甲基炔诺酮 片.....(601)
冠心苏合丸.....(595)	探亲避孕片1号.....(602)
维脑路通注射液.....(595)	

附录一 人体解剖生理

一、运动系统.....(604)	七、内分泌器官.....(616)
二、神经系统.....(605)	八、消化系统.....(617)
三、循环系统.....(608)	九、视、听感觉器.....(620)
四、呼吸系统.....(610)	十、皮肤.....(622)
五、泌尿系统.....(611)	十一、血液.....(623)
六、生殖系统.....(613)	

附录二 脉象与穴位

一、脉象与主病.....(626)	二、人体穴位图.....(629)
-------------------	-------------------

第一篇 常见症状自我鉴别

