



中国广播电视出版社



你知道吗

—— 生命中的危险症候

漆浩 主编

身心保健丛书

☆身之保健系列☆

你知道吗

——生命中的危险症候

主 编 漆 浩

编 著 周 荣 刘 硕 胡玉玲

钟建华 齐 强 丁 丁

朱 平 于 建 齐慧晗

中国广播电视出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

你知道吗——生命中的危险症候/漆浩主编. - 北京:
中国广播电视出版社, 2001.1

(身心保健丛书. 身之保健系列)

ISBN 7-5043-3642-4

I. 你… II. 漆… III. 疾病-防治-基本知识 IV. R441

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 74777 号

你知道吗——生命中的危险症候

主 编:	漆 浩
责任编辑:	张安平
装帧设计:	郭运娟
责任校对:	张 哲
监 印:	张 杰
出版发行:	中国广播电视出版社
电 话:	66093580 66093583
社 址:	北京复外大街 2 号 (邮政编码 100866)
经 销:	全国各地新华书店
印 刷:	地矿部保定地质工程勘察院美术胶印厂
开 本:	850 × 1168 毫米 1/32
字 数:	150 (千) 字
印 张:	7.25
版 次:	2001 年 1 月第 1 版 2001 年 1 月第 1 次印刷
书 号:	ISBN 7-5043-3642-4/R·115
定 价:	14.00 元

(版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换)

前 言

我们每天都生活在来自周围的危险之中。作为生物的人，随时随地都在经受物理、化学、放射危险物，可吸入颗粒物，各种细菌，各色病毒等致病因素的影响。可以这么说，人从一降生到这个世界上开始，就饱受着各种生命的危险。

你知道吗？你所拥有的这个大自然造化的完美机体无时无刻不在经受着疾病的考验。也许你不了解医学，也许你对身体奥秘还一无所知，但是了解身体处于危险之中的各种潜在的、早期的、局部的，而且更是重要的表现是十分必要的。它能够使你洞察人体内的微妙变化，及早采取预防治疗措施，使你宝贵的生命得到延伸，使你生命的活力大放异彩。

这本《你知道吗——生命中的危险症候》，从自我保健的角度，系统而全面地介绍了可能影响人体生命的各种疾病的危险症候，它以人们最常见到的各种典型症候为纲目，通过深入浅出的语言、简明易懂的道理、从容不迫的文字风格，向人们介绍了生活中最易掌握的医学科普和养生保健知识，是一本适合初中以上文化程度的读者及广大养生爱好者阅读的、实用的科普著作。

本书分别从人体全身各部疾病的危险表现，人体各种功能异常的危险表现，人体各类癌症的危险症候，心脑血管疾病的危险症候，妇科、男科及性病的危险症候，呼吸系统、消化系统、精神神经的异常症候，人体衰老疾病症候等十几个角度，介绍了涉及人体几乎全部内脏器官和近百种疾病的潜在危险表现。从而提醒人们只有未病先防，防微杜渐，从人体极小的症候表现开始进行自我保健，才有可能真正达到祛病强身、健康长寿的目的。

目 录

前 言	(1)
第一章 由外而内的危险症候	(1)
皮肤的变化——内脏疾病的危险语言	(1)
头颈部症状——了解人体疾病的重要信号	(2)
耳部的微小症状——可能说明人体的大问题	(3)
牙龈形态色泽异常——某些特殊病症的表现	(4)
唇色是内脏健康的信号	(7)
面色异常可能表示儿童的体质恶化	(7)
眼睛模糊，视力渐渐下降——白内障、 青光眼的表现	(9)
突发性视力下降——眼病及脑病的恶变标志	(10)
眼睛外观的异常变化——众多内脏疾病的 蛛丝马迹	(14)
吞咽困难有哽噎感——食道肿瘤的征兆	(15)

顽固厌食、全身发黄——胰腺癌的最早症候	(15)
舌的变化——重大疾病可能露出的“尾巴”	(16)
颈下椭圆肿物——常见于甲状腺腺瘤	(16)
颈部肿物——与癌瘤大有关系	(17)
一种突发的面部疼痛——三叉神经痛	(18)
眼睑抽搐——面部神经异常	(18)
口唇表皮肥厚硬结——可能是口唇癌	(18)
口腔的变化——并不都是小病	(19)
失声嘶哑都是喉炎吗	(20)
手的变化——十指连通五脏	(21)
五根指头异常表示出内脏疾病	(22)
三十八种脉象——意味着疾病的性质发生 改变(之一)	(23)
三十八种脉象——意味着疾病的性质发生 改变(之二)	(28)
皮肤出现红色鳞屑斑片——牛皮癣	(34)
男性脱毛辨病——看气血的强弱	(35)
耳鸣可能提示耳部的多种病症	(35)
五官的变化——五脏疾病的相应变化	(36)
关节僵硬和疼痛——骨关节炎	(37)
通观十四部——诊测全身各部疾病的最新指标	(37)
全身无力伴有出血及淋巴肿大——白血病 的危险症候	(44)

皮肤形态的异常——多种皮肤危症的表现	(45)
皮肤损伤后出现突起、质硬——为皮肤癌表现	(47)
色素痣突然增大伴有颜色加深——可能恶变为皮肤癌	(47)
瘙痒、鱼鳞癣、红皮及黑皮病——内脏恶性肿瘤的危险症候	(48)

第二章 由内而外的凶险表现

小儿哭声异常——暗示隐藏有重要的病症	(50)
见食生厌、大便失常——可能是消化道的炎症或肝炎的症状	(52)
头痛——可能是神经紧张的表现	(52)
咳嗽引起头痛——可能是脑部肿瘤征象	(53)
眼睛痛——可能是外感或鼻炎所引起	(54)
喉咙痛——可能是病毒或淋球菌所引起	(54)
颈部疼痛——甲状腺或颈椎的炎症在作怪	(55)
背痛——脊椎一定出现了疾病	(55)
突然出现胃痛——可能是胃癌的表现	(56)
直肠及肛门疼痛——是胃肠或者是前列腺的病变	(57)
痰中带血——多种原因的病症表现	(57)
大便异常是许多疾病的重要标志	(58)
大便出血——可见于痔疮、癌症及痢疾	(60)
尿液异常——泌尿系统大有问题	(61)
频尿而且疼痛——可能是尿路感染	(63)

无痛性、间歇性尿血——肾盂癌	
或膀胱癌的首发症候	(64)
尿频尿急血尿——泌尿系统的严重症候	(65)
嗅气味——一种自测疾病的重要方法	(66)
发烧不可小看 (之一)	
——从热型及伴随症判断疾病病因	(68)
发烧不可小看 (之二)	
——从发热过程了解病变性质	(70)
胸痛——胸部危险病症的重要特征	(73)
水肿——十有八九是心肾有病	(76)
餐后吐泻——食物中毒	(78)
厌油、厌食——传染性病毒性肝炎	(78)
上腹或脐周疼痛转至右下腹——急性阑尾炎	
.....	(79)
上腹疼痛、心慌乏力——急性胰腺炎	(80)
肩痛、手臂举起困难——肩关节周围炎	(81)
肩膀疼痛——心脏病和颈椎病都可导致	(81)
肩臂痛——可能是肺癌的指征	(82)
关节钝痛伴有摩擦响声——膝关节骨关节炎	
.....	(82)
膝关节无力、疼痛——髌骨软化症的表现	(83)
身体异常的七种警戒信号	(83)
腹痛——空腔脏器炎症的表现	(84)
晕厥——一切急、慢性病可能的症候	(88)
发热、怕热、多汗——甲状腺功能亢进症	(90)

呆滞面容、畏寒少汗——甲状腺功能减退症	
.....	(92)
乏力、消瘦——可能是恶性肿瘤的发展	(93)
全身发痒——也可能是癌症	(95)
 第三章 人体各种癌症的危险症候	(96)
看、摸、闻、问——早期发现癌症的四种方法	
.....	(96)
早期发现肿瘤的五种表现	(97)
警惕“声东击西”的癌症表现	(99)
肿块——可能是肿瘤的藏身之所	(99)
发热合并炎症——多种恶性肿瘤病人的重要	
症状.....	(100)
疼痛——所有癌症必然会出现的症状.....	(101)
破溃后有恶臭——癌症后期的重要表现.....	(101)
出血——众多肿瘤病的早期表现.....	(102)
皮肤粘膜的白斑、增生、结节	
——癌前病变的重要表现.....	(104)
全身异常表现二十二种	
——肿瘤的代表症状(之一).....	(104)
全身异常表现二十二种	
——肿瘤的代表症状(之二).....	(107)
 第四章 心脑血管疾病的危险症候	(108)
顽固性头痛可能危及生命.....	(108)
眩晕是心脑血管病的重要表现.....	(109)

恐慌要查查心血管	(110)
心脏病发作并非都有症候	(111)
头部症候首先要考虑是否高血压	(112)
心前区疼痛第一考虑是冠心病	(113)
恶心呕吐有时病变在心不在胃	(115)
持续性胸骨后痛是心肌梗塞的重要症候	(117)
心前区不痛也不能排除心肌梗塞	(118)
牙痛也可能是冠心病的表现	(120)
胸骨上段紧痛也是冠心病	(121)
头痛头昏, 记忆力下降可能是脑卒中先兆	(122)
剧烈头痛、对光敏感, 注意脑内出血的可能	(123)
耳垂的变化是冠心病的显微标志	(124)
观脉压差可测冠心病	(124)
中年胸痛伴干咳应警惕胸部脏器病症	(125)
 第五章 妇科疾病危险症候	 (127)
体温异常可了解妇女排卵期健康状况	(127)
月经异常多为妇科病所致	(129)
月经增多且痛可疑为子宫肌瘤	(131)
重症月经痛逐渐加剧者应疑为子宫内膜症	(131)
无月经出现奶水者可能有脑垂体肿瘤	(132)
乳房肿块胀痛可能是乳腺增生	(132)
乳房肿块成“酒窝”状——乳腺癌	(133)
白带异常带血——应警惕女性生殖器癌症	(135)
妇女出现阴痒、变白是外阴白斑	(136)

妇女阴道出血可能有多种危险因素	(136)
阴道出血、白带增多是子宫颈癌的表现	(140)
痛经、月经过多、不孕为子宫内膜癌的三大症候	(140)
继发性痛经、性交痛乃子宫内膜的症候	(141)
第六章 男科及性病的危险症候	(142)
阴茎的异常非同小可	(142)
阴茎头包皮炎的诊断要点	(143)
阴茎白斑的诊断要点	(143)
龟头药疹的诊断要点	(143)
阴茎硬结症的诊断要点	(144)
阴茎头部小结节、糜烂可能是阴茎癌	(144)
睾丸肿大、不适、生长迅速 ——睾丸精原细胞瘤	(145)
无原因的鞘膜积液——应警惕睾丸肿瘤	(145)
睾丸的异常会导致不育	(146)
细菌性睾丸炎的诊断要点	(146)
男子不育症的诊断要点	(147)
男性更年期综合症的诊断要点	(147)
阳痿病的诊断要点	(147)
早泄症的诊断要点	(147)
遗精症的诊断要点	(148)
性交不射精症的诊断要点	(148)
前列腺炎的诊断要点	(148)
前列腺增生症的诊断要点	(149)

精索静脉曲张的诊断要点	(149)
精囊炎的诊断要点	(150)
阴囊鞘膜积液的诊断要点	(150)
阴囊湿疹的诊断要点	(150)
阴囊急性蜂窝组织炎的诊断要点	(150)
阴囊象皮肿的诊断要点	(151)
前列腺癌的诊断要点	(151)
外生殖器的皮疹可能是梅毒	(151)
脓液自红肿的尿道而出为淋病	(152)
红色丘疹后的化脓溃疡为软下疳	(152)
溃疡伴有淋巴肿大为性淋巴肉芽肿	(153)
不洁性交后的水泡为生殖器疱疹	(153)
生殖器附近出现出血的溃疡为腹股沟肉芽肿	(153)
灰色乳头状隆起是尖锐湿疣的表现	(154)
刺痒粘液是非淋菌性尿道炎的表现	(154)
无原因的咳嗽、红疹可能是艾滋病	(155)
 第七章 呼吸系统疾病的危险症候	 (156)
咳痰异常是呼吸道疾病的危险症候	(156)
咳嗽咳痰伴有声哑不可小视	(159)
隐藏在咯血背后的十三种疾病	(161)
长期咳嗽和咯痰意味着什么	(165)
 第八章 消化系统疾病的危险症候	 (167)
呕血通常是上消化道出血的表现	(167)

吞咽困难, 是肿瘤还是炎症	(169)
食欲减退是胃癌的征兆	(170)
黄疸、背痛有可能是胰腺癌	(170)
黑便隐藏的十二种消化道危险病症	(171)
便血背后的十三种消化道危重病症	(174)
大便脓血、头痛发烧——细菌性痢疾	(176)
腹泻——急性肠病和全身病变都可引起	(177)
右下腹疼痛、大便稀有脓血——结肠癌	(180)
感觉直肠胀满——直肠癌	(181)
直肠肿块——可能是癌症或痔疮的表现	(181)
六种消化道重要病症的表现	(182)
右腹疼痛、消瘦发黄——肝癌	(183)

第九章 精神神经异常症候

(184)

精神病人的十二种早期表现	(184)
判断变态人格的十种典型表现	(186)
焦躁, 欲望受到压抑的神经衰弱	
——焦躁神经症	(188)
以身体症候来表现自己的欲望——歇斯底里	
.....	(190)
封闭在自己的世界——精神分裂症	(191)
不合理的想法和行动极其活跃——躁郁症	(193)
看所有的东西都是灰色的——抑郁症	(194)
采取理性的行动, 反社会——神经质	(195)
导致心理异常的二十一种因素	(197)
急躁、易怒、失眠——男性更年期变化	(199)

第十章 老年人的危险症候	(200)
中、老年人耳鸣可能是心脏病前兆	(200)
麻木、失明、舌强、晕眩是中风前兆	(201)
脚后跟痛可能是足部疾病及肥胖病的表现	(202)
预测心理衰老的十五项指标	(203)
气喘、胸口憋是心脏老化的表现	(204)
脸黄、无力、易疲劳是老年人肝病的表现	(205)
上腹部不规则疼痛是中老年人溃疡病	(207)
疲乏、嗜睡、面色苍白暗示中老年人贫血	(207)
经常自发性出血为老年人血小板减少症	(208)
多尿、皮肤瘙痒是老年人糖尿病的表现	(209)
关节疼痛畸型——是老年痛风	(210)
中年以后动作笨拙、震颤	
——老年帕金森氏症	(211)
记忆力障碍——老年脑萎缩性痴呆	(211)
月经紊乱，五心潮热——更年期综合症	(212)
意识模糊、不分南北——老年谵妄	(212)
眼球胀痛、虹视——老年性青光眼	(213)
身高降低——身体老化的标志	(213)
显示大脑老化的三十九种表现	(214)

第一章 由外而内的危险症候

本章导读：一个人的健康状况必然会通过生理病理的变化反映到人体的体表，人体的皮肤、头部、耳部、面部五官、舌体、口腔、手足、毛发等，都是疾病危险信号最容易发生的部位。因此，作为一个养生爱好者一定要学会用医学的常识武装自己的“火眼金睛”，敏锐而准确地抓住人体各部位的细微变化，准确全面地判断疾病的转归。本章通过对以上人体各主要体表部位的疾病症候，提醒人们要从生活中屡见不鲜、司空见惯的症候中去把握生命的规律。

皮肤的变化 ——内脏疾病的危险语言

有人说皮肤是内脏疾病的窗口，这句话确实不假。一位医学权威人士告诫我们：疾病有多种语言，而皮肤语言是其中重要的一种，了解并熟悉这种语言会使你的健康得到应有的保证。请记住以下七种人体内脏的皮肤语言吧，它可以使你避免更多更深入的内脏伤害：

其一，肤色发黄（包括手心和眼睛）：可能是肝炎的表现。

其二，荨麻疹：说明体内有过敏症或内科感染。

其三，极度干燥：多为慢性甲状腺病。

其四，发痒难忍：有过敏症、肠寄生虫、感染或腰部疾病。

其五，发黑并出现黑斑：多半是缺少肾上腺素。

其六，肤色发蓝：可能患有心脏病和肺病。

其七，脂肪沉积并产生肉结：可能有肝或胆固醇新陈代谢问题。

头颈部症状

——了解人体疾病的重要信号

有一句俗话说：病从头起。这句话无论对于外感疾病还是内伤疾病都有着重要的参考价值。举例来说，今天早上当你改变体位或头位时感到眩晕吗？无论你是坐着、站着或躺着都会发生这种情况吗？感觉到似乎房间在旋转吗？如你对上述问题作肯定回答，就应去看病了。

如果眩晕伴随着耳鸣和手指麻木，那么可能是人体的血压过高，或者脑血管出现痉挛，而通常情况下引起眩晕最常见的原因是出现内耳炎，这是一种内耳的病毒性感染，也可能出现恶心、呕吐，这时你就要让医生去诊断了。

另外，颈部也是疾病最容易暴露的部位，以下几种表现千万不要忽略了：

前颈部喉节浮肿，可能是甲状腺机能失调症。

侧颈部淋巴球肿大，若没有蛀牙或扁桃腺发炎，可能是恶性淋巴肿瘤。

后颈部肿，可能是糖尿病脓肿。