

JIATING YILIAO
BAOJIAN QIANSHU



J.Y.

家庭医疗保健全书

北方妇女儿童出版社

13247

家庭医疗保健全书

沈永泰 董笑平 孙文库 编著

一九八八年二月一日

北方妇女儿童出版社

家庭医疗保健全书

沈永泰 董笑平 孙文库 编著

北方妇女儿童出版社出版	850×1168毫米32开本	20.5 印张 483,000字
吉林省新华书店发行	1987年7月第1版	1987年7月第1次印刷
延边新华印刷厂印刷	4 插页	印数1—22,610 册
	统一书号: 14377·4	定价: 4.65元

内 容 简 介

本书以通俗易懂的语言，全面、系统地介绍了各种疾病的家庭诊断、治疗、预防和护理方面的知识与方法，并详细地提供了用药常识、康复知识与方法，在卫生保健、营养、体育锻炼等方面，也作了较全面的介绍。本书附有生理卫生、就医、防治疾病等方面的常用名词注释。

每个人，都可以参照本书对疾病采取有效的措施和进行正确的自我诊断、治疗，并提醒人们出现哪些症状时，必须去医院治疗。

本书知识性、实用性并存，以实用性为主。将起到无病早防、有病早治、尽快治愈的作用。

本书适用于城乡每一个家庭。

前 言

疾病，是每个幸福家庭的潜在威胁。

人，患病以后，痛楚万分，甚至影响工作、学习和休息。同时，给家庭其他成员也带来诸多不便，影响他们的正常生活。

其实，只要人们平时注意身体锻炼，加强营养、讲究卫生，疾病是可以预防的。即使患了病，也不一定都要去医院请医生诊治（一是某些疾病无需去医院诊治；二是医院没有条件将全部病人留诊或进行彻底的治疗），可以根据自己的症状进行自我诊治或请医生诊断后提供治疗方案，在家里经过适当的治疗、休整，是可以顺利康复的。

基于上述原因，我们本着预防为主，防治结合，治求及时（减少并发症，为彻底治愈打下基础）的原则，编著了这本《家庭医疗保健全书》。

本书以通俗易懂的语言，全面系统地介绍了各种疾病的家庭预防、诊断、治疗和护理方面的知识与方法，并详细地提供了用药常识与康复知识，在卫生保健、饮食营养、体育锻炼等几方面，也作了较全面的介绍。本书还附有生理卫生、就医、疾病防治等方面的常用名词注释。

本书知识性、实用性并存，以实用性为主。对每一个婴儿、儿童、青年的健康成长，每一对夫妇的和谐美满，每一个老年人的健康长寿，每一个家庭的幸福快乐，将起到向导作用和提供帮助。

本书适用于城乡每一个家庭，是家庭必备参考书。

吉林省人民医院主任医师赵焕章和主治医师、内科主任徐晨
审阅了本书文稿，在此表示真挚的感谢。

编者

一九八六年四月

目 录

前言

第一篇 常见急症的防治

第一节 常用的急救

- 技术…………… (1)
- 人工呼吸…………… (1)
- 胸壁外心脏按摩…… (4)
- 外伤出血止血法…… (5)
- 外伤包扎法 (三角巾
包扎法) …………… (8)
- 骨折临时固定法…… (11)
- 伤病员的搬运法…… (13)

第二节 常见外伤的

- 处理…………… (18)
- 一般外伤的处理…… (18)
- 头部外伤的处理…… (19)
- 眼外伤的处理…… (20)
- 鼻部外伤的处理…… (21)
- 耳朵外伤的处理…… (22)
- 口腔外伤的处理…… (22)
- 胸部外伤的处理…… (23)
- 腹部外伤的处理…… (24)
- 骨折的处理…………… (25)
- 脱位 (脱臼) 的处理
…………… (26)

第三节 误入异物的

- 处理…………… (26)
- 眼睛异物的处理…… (26)
- 外耳道异物的处理… (27)
- 鼻腔异物的处理…… (28)
- 喉、气管异物的处理
…………… (29)
- 鱼骨刺扎咽部或食道
的处理…………… (29)
- 胃内异物的处理…… (30)

第四节 特殊伤病的

- 处理…………… (30)
- 烧 (烫) 伤的处理… (30)
- 化学烧伤的处理…… (33)
- 冻伤的处理…………… (34)
- 中暑的处理…………… (35)
- 触电与雷击伤的处理
…………… (36)
- 溺水 (水淹) 的处理
…………… (37)
- 自缢的处理…………… (38)

第五节 有毒动物咬

伤的处理

- (39)
- 狗咬伤的处理..... (39)
- 猫咬伤的处理..... (40)
- 水蛭 (蚂蟥) 咬伤的
处理..... (40)
- 毒蛇咬伤的处理..... (41)
- 蜈蚣咬伤的处理..... (42)
- 蝎子蜇伤的处理..... (43)

第六节 农药中毒

的处理 (43)

- 有机磷农药中毒的处
理..... (43)
- 砒霜中毒的处理..... (44)
- 六六六和滴滴涕中毒
的处理..... (45)
- 磷化锌中毒的处理... (46)
- 安妥中毒的处理..... (46)

第七节 气体中毒的

处理..... (47)

- 煤气中毒的处理..... (47)
- 硫化氢中毒的处理... (48)
- 地窖 (菜窖) 窒息的
处理..... (48)

第八节 药物中毒的

处理..... (49)

酒精中毒的处理..... (49)

安眠药及镇静药中毒

的处理..... (50)

阿斯匹林中毒的处理

..... (50)

非那西丁中毒的处理

..... (51)

洋地黄中毒的处理... (52)

山道年中毒的处理... (53)

来苏儿中毒的处理... (53)

高锰酸钾中毒的处理

..... (54)

第九节 食物中毒的

处理..... (55)

细菌性食物中毒的处

理..... (55)

发芽马铃薯中毒的处

理..... (55)

灰菜 (滨藜) 中毒的

处理..... (56)

河豚鱼中毒的处理... (57)

盐卤 (卤水) 中毒的

处理..... (57)

第十节 家庭急救箱的

装备..... (58)

第十一节 如何叫救护

车..... (59)

第二篇 常见症状的鉴别、诊断及防治

第一节 发烧..... (61)

第二节 神经系统常见

症状.....	(66)
头痛.....	(66)
头昏 (眩晕)	(69)
昏厥.....	(71)
昏迷.....	(73)
惊厥.....	(75)
第三节 呼吸、循环系	
统常见症状.....	(78)
胸痛.....	(78)
呼吸困难.....	(80)
咯血.....	(82)
咳嗽.....	(84)
发绀.....	(85)
心悸.....	(86)
第四节 消化、泌尿	

系统常见症	
状.....	(88)
呕吐.....	(88)
腹痛.....	(90)
腹泻.....	(93)
上消化道出血.....	(95)
黄染.....	(96)
便血.....	(98)
便秘.....	(99)
腹水.....	(100)
血尿.....	(102)
第五节 其他.....	(104)
水肿.....	(104)
腰背痛.....	(105)
肌肉关节痛.....	(106)

第三篇 常见病防治

第一节 呼吸系统常	
见病防治 ...	(108)
支气管炎.....	(109)
支气管哮喘.....	(110)
支气管扩张.....	(112)
大叶性肺炎.....	(114)
肺化脓症 (肺脓肿、	
肺脓疡)	(116)
上呼吸道感染.....	(117)
肺结核.....	(119)
结核性胸膜炎.....	(121)
肺气肿.....	(123)

第二节 循环系统常

见病防治 ...	(124)
高血压病.....	(125)
风湿病 (风湿热) ...	(126)
风湿性心脏病.....	(128)
肺原性心脏病.....	(129)
冠状动脉硬化性心脏	
病 (冠心病)	(131)
心力衰竭 (充血性心	
力衰竭)	(133)
低血压.....	(134)
第三节 消化系统常见	
病防治	(135)
急性胃肠炎.....	(135)

胃、十二指肠溃疡···	(137)
慢性胃炎·····	(139)
急性阑尾炎·····	(140)
急性胆囊炎、胆石症 ·····	(141)
胃、十二指肠急性穿 孔·····	(143)
急性胰腺炎·····	(143)
肠梗阻·····	(144)
胆道蛔虫症·····	(146)
肠结核·····	(147)
胃肠神经官能症·····	(148)
肝炎·····	(149)
门脉性肝硬化·····	(150)
肝癌·····	(151)
胃癌·····	(152)
食道癌·····	(153)
痔·····	(154)
肛裂·····	(155)
肛门周围脓肿·····	(156)
肛痿·····	(157)
腹股沟疝·····	(158)
第四节 泌尿系统常 见病防治 ···	(159)
泌尿道感染·····	(159)
肾盂肾炎·····	(161)
急性肾炎·····	(163)
慢性肾炎·····	(165)
肾结核·····	(167)
尿路结石·····	(168)
急性尿滞留·····	(170)
副睾炎·····	(171)

睾丸炎·····	(172)
包茎和嵌顿包茎·····	(172)
肾脏损伤·····	(174)
膀胱损伤·····	(175)

第五节 血液系统常

见病防治···

缺铁性贫血·····	(176)
再生障碍性贫血·····	(178)
血小板减少性紫癜···	(179)
过敏性紫癜·····	(181)
白细胞减少症·····	(182)
白血病·····	(183)

第六节 内分泌系统

常见病防

治·····

单纯性甲状腺肿·····	(185)
甲状腺机能减退·····	(187)
甲状腺机能亢进·····	(189)
甲状腺肿瘤·····	(191)
糖尿病·····	(192)

第七节 神经系统常

见病防治···

三叉神经痛·····	(197)
坐骨神经痛·····	(198)
面神经瘫痪(歪嘴) ·····	(201)
多发性神经炎·····	(202)
癫痫·····	(203)
中风(脑血管意外) ·····	(205)
脑动脉血栓形成·····	(207)

神经衰弱.....	(208)	药物性皮炎.....	(239)
瘰病(歇斯底里)...	(210)	神经性皮炎.....	(241)
常见精神病的处理原则.....	(212)	荨麻疹.....	(242)
第八节 骨关节常见		带状疱疹.....	(243)
病防治	(213)	手指、足趾甲癣.....	(244)
急性腰扭伤.....	(213)	体癣.....	(246)
腰椎间盘突出症.....	(215)	手足皸裂.....	(247)
关节痛.....	(217)	扁平疣.....	(248)
腱鞘囊肿.....	(219)	寻常疣.....	(249)
腱鞘炎.....	(220)	鸡眼.....	(250)
肩关节周围炎.....	(221)	斑秃(鬼剃头)	(252)
肱骨外上髁炎(网球肘)	(223)	银屑病(牛皮癣) ...	(253)
落枕.....	(224)	疥疮.....	(254)
第九节 常见浅表肿瘤与感染的防治	(224)	粉刺(痤疮)	(256)
乳房肿块.....	(224)	白癫风.....	(257)
常见软组织良性肿瘤.....	(226)	第十一节 常见眼病防治	(258)
疖(疔)	(227)	结膜炎.....	(259)
丹毒及蜂窝织炎.....	(229)	角膜炎.....	(260)
急性乳腺炎.....	(230)	白内障.....	(261)
颈淋巴结结核.....	(232)	青光眼.....	(262)
手指感染.....	(233)	沙眼.....	(265)
第十节 常见皮肤病防治	(234)	麦粒肿(睑腺炎) ...	(266)
湿疹.....	(234)	霰粒肿.....	(267)
脓疱病(黄水疮) ...	(236)	睑缘炎.....	(268)
接触性皮炎.....	(238)	倒睫与睑内翻.....	(270)
		第十二节 常见耳病防治	(271)
		外耳道疖.....	(271)
		化脓性中耳炎.....	(272)
		耵聍(耳垢) 栓塞... (275)	

耳聋和聋哑症.....	(276)	流行性腮腺炎.....	(300)
美尼尔氏病.....	(277)	流行性脑脊髓膜炎...	(302)
第十三节 常见鼻部		百日咳.....	(304)
疾病防治		白喉.....	(306)
.....	(278)	麻疹.....	(308)
鼻前庭炎.....	(278)	风疹.....	(310)
慢性鼻炎.....	(279)	水痘.....	(311)
慢性鼻窦炎.....	(280)	猩红热.....	(313)
鼻息肉.....	(281)	细菌性痢疾.....	(316)
萎缩性鼻炎.....	(282)	阿米巴痢疾.....	(318)
第十四节 常见咽喉部		伤寒.....	(321)
疾病防治 ...	(283)	传染性肝炎.....	(323)
急性咽炎.....	(283)	脊髓灰质炎.....	(327)
慢性咽炎.....	(285)	霍乱.....	(329)
急性扁桃腺炎.....	(286)	流行性乙型脑炎.....	(331)
急性喉炎.....	(288)	波状热.....	(333)
慢性喉炎.....	(289)	炭疽病.....	(335)
第十五节 常见口腔		疟疾.....	(336)
病防治 ...	(290)	丝虫病.....	(339)
龋齿.....	(290)	蛔虫病.....	(342)
齿髓病.....	(292)	钩虫病.....	(343)
冠周炎.....	(293)	蛲虫病.....	(345)
牙周病.....	(294)	绦虫和囊虫病.....	(346)
溃疡性牙龈炎.....	(295)	第十七节 常见妇产	
鹅口疮.....	(296)	科疾病防	
第十六节 传染病与		治	(349)
寄生虫病		外阴炎.....	(349)
防治	(297)	滴虫性阴道炎.....	(351)
感冒 (伤风)	(297)	霉菌性阴道炎.....	(353)
流行性感冒 (流感)		老年性阴道炎.....	(355)
.....	(299)	子宫颈炎.....	(356)
		急性盆腔炎.....	(357)

慢性盆腔炎…………… (359)

生殖器官结核…………… (360)

功能性子宫出血…………… (362)

闭经…………… (364)

痛经…………… (366)

经前期紧张综合征…………… (367)

更年期综合征…………… (369)

外阴癌…………… (371)

子宫颈癌…………… (372)

子宫体癌…………… (374)

卵巢肿瘤…………… (375)

子宫肌瘤…………… (377)

子宫脱垂…………… (379)

外阴搔痒症…………… (381)

外阴硬化性萎缩性苔
癣…………… (382)

外阴皮炎…………… (383)

急产的处理…………… (385)

产褥感染…………… (385)

产褥期中暑…………… (388)

产后尿潴留…………… (389)

妊娠剧吐…………… (390)

妊娠高血压综合征
 (妊娠中毒症)…………… (392)

先兆流产…………… (395)

早产…………… (396)

妊娠合并心脏病…………… (397)

妊娠合并急性肾盂肾
炎…………… (399)

妊娠合并贫血…………… (400)

计划生育…………… (401)

哺乳期卫生…………… (407)

更年期卫生…………… (408)

早期妊娠诊断…………… (408)

中、晚期妊娠诊
断…………… (409)

死胎的诊断…………… (409)

妊娠期保健…………… (410)

临产的征象…………… (411)

产褥期的护理…………… (411)

正常足月新生儿
 的护理…………… (413)

附：预产期的计算方
法…………… (415)

第十八节 幼儿常见

疾病防治

…………… (416)

新生儿颅内出血…………… (416)

新生儿败血症…………… (417)

新生儿脐炎…………… (419)

佝偻病…………… (420)

手足搐搦症…………… (422)

营养不良…………… (423)

小儿肺炎…………… (425)

婴幼儿缺铁性贫血…………… (427)

婴幼儿巨幼细胞性贫
血…………… (429)

第四篇 常用护理技术

第一节 测量与观察

..... (431)

体温测量法..... (431)

血压测量法..... (432)

脉搏测量法..... (433)

呼吸观察..... (434)

第二节 技术操作 ... (435)

热敷法..... (435)

冷敷法..... (436)

蒸气吸入法..... (437)

氧气吸入法..... (437)

第三节 处置方法 ... (439)

皮下注射法..... (439)

肌肉注射法..... (440)

静脉输液的护理..... (441)

青霉素过敏试验法... (442)

洗胃法..... (443)

鼻饲法..... (444)

灌肠法..... (445)

导尿法..... (446)

洗眼法..... (447)

鼻冲洗法..... (448)

耳朵冲洗法..... (448)

阴道冲洗法..... (449)

第四节 生活护理 ... (450)

褥疮预防法..... (450)

口腔护理法..... (451)

喂饭法..... (451)

病室要求..... (452)

密切观察病情变化... (453)

第五篇 用药知识及常用药

第一节 用药知识..... (455)

用药目的..... (455)

药物反应..... (456)

不要滥用药..... (457)

药物在人体内的作用

..... (457)

用药须知..... (458)

儿童用药须知..... (460)

孕妇用药须知..... (461)

煎中药须知..... (461)

服用中药须知..... (462)

中药配伍禁忌和“忌

口”..... (463)

药物贮存和保管..... (465)

第二节 常用药物..... (466)

治疗伤风感冒药..... (466)

抗风湿药..... (468)

安神催眠药..... (469)

止咳祛痰药..... (472)

止喘药..... (474)

健胃与助消化药..... (475)

治疗溃疡病用药..... (478)

泻药和止泻药·····	(479)
保肝药·····	(481)
治疗高血压药·····	(482)
防治冠心病用药·····	(484)
利尿消肿药·····	(487)
止血药·····	(488)
补血药·····	(490)
治疗过敏用药·····	(491)
治疗肠炎、痢疾用药 ·····	(492)
治疗尿路感染用药··	(495)
驱虫用药·····	(496)
治疗结核病用药·····	(498)

常用维生素类药·····	(502)
常用消炎药·····	(505)
跌打损伤用药·····	(508)
治疗妇女病用药·····	(509)
治疗五官疾病用药··	(511)
治疗皮肤病用药·····	(513)
治疗儿童病常用中 成药·····	(514)

第三节 家庭保健箱

装备·····	(516)
---------	-------

附：卫生部公布的淘 汰药品 127 种名 单 (1982.9) ···	(517)
---	-------

第六篇 卫生保健

第一节 个人卫生 ···	(523)
第二节 环境卫生 ···	(528)
第三节 饮食卫生 ···	(531)
第四节 人体不可缺 少的营养素 ·····	(538)
第五节 治疗饮食 ···	(556)
第六节 食品的药用 ·····	(560)
第七节 运动医学 ···	(564)
食欲不振的体操疗法 ·····	(564)
自强健身体操·····	(567)

调节神经的长塚式体 操·····	(569)
自我催眠疗法 (意念 疗法) ·····	(573)
舒筋矫形体操·····	(575)
肩关节周围炎的运动 疗法·····	(578)
胃神经官能症的运动 疗法·····	(581)
腹痛、腹胀按摩疗法 ·····	(582)
腰痛的体操疗法·····	(583)
提高性功能体操·····	(585)
产后保健操·····	(587)

第七篇 就医须知

- | | |
|-----------------|----------------------|
| 第一节 医院概况 | 第四节 门诊就医范 |
| (589) | 围 (611) |
| 第二节 急症就医须 | 第五节 住院须知 ... (614) |
| 知 (590) | 附：常用名词注释 |
| 第三节 门诊就医须 | (616) |
| 知 (593) | |

急症速查目录

(以句首字笔画为序)

- | | |
|----------------------|------------------------|
| 上消化道出血····· (95) | 急性腰扭伤····· (213) |
| 中风 (脑血管意外) | 胸部外伤的处理····· (23) |
| ····· (205) | 毒蛇咬伤的处理····· (41) |
| 化学烧伤的处理····· (33) | 烧 (烫) 伤的处理····· (30) |
| 中暑的处理····· (35) | 眼外伤的处理····· (20) |
| 头部外伤的处理····· (19) | 惊厥····· (75) |
| 有机磷农药中毒的处 | 眼睛异物的处理····· (26) |
| 理····· (43) | 煤气中毒的处理····· (47) |
| 地窖 (菜窖) 窒息的 | 溺水 (水淹) 的处理 |
| 处理····· (48) | ····· (37) |
| 自缢的处理····· (38) | 触电与雷击伤的处理 |
| 产褥期中暑····· (388) | ····· (36) |
| 来苏儿中毒的处理····· (53) | 腹部外伤的处理····· (24) |
| 呼吸困难····· (80) | 喉、气管异物的处理 |
| 昏迷····· (73) | ····· (29) |
| 狗咬伤的处理····· (39) | (急救方法见常用急 |
| 急产的处理····· (385) | 救技术节) |