

生 命 中 最 大 的 恩 赐 就 是 生 命 本 身

生命维护指导

家庭医疗图典

JIA TING YI LIAO TU DIAN

家庭医生*现代版

现代
实用
全版

倪泰一 杨小军 蒙长伦等编



了解自身身体的结构及其功能,是正确获得身体正常或非正常信息的关键,也是进行自我诊疗的保证。



用插图
诠释枯燥
以妙方
强化实用

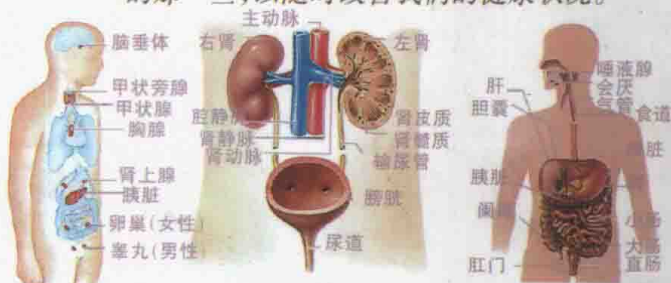
经典藏本

用现代医学理论解释各种常见病症产生的原因,以及你身体可见或不可见的反应,你可以更为正确地知道你的身体究竟发生了一些什么。

我们需要这样一本易读的家庭医疗图典,它可以帮助我们从小手可得得日用食物中选择可供利用的那一些,以随时改善我们的健康状况。



重庆大学出版社

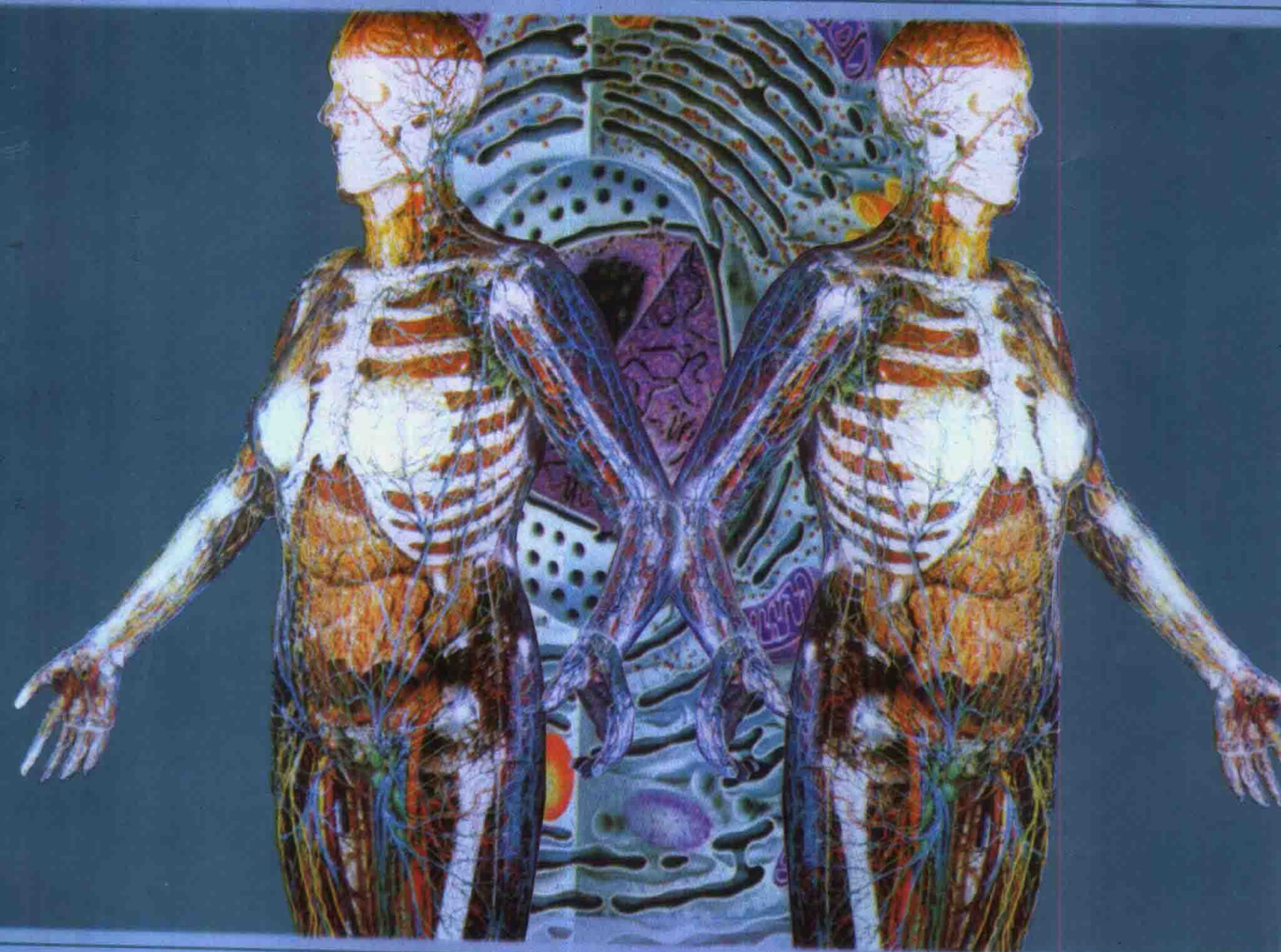


全 面 了 解 人 体 生 理、病 理 及 家 庭 医 疗 的 科 学 常 识

家庭医疗图典

JIATING YILIAO TUDIAN

家庭医生·经典图绘藏本



倪泰一 杨小军 蒙长伦 等编

重/庆/大/学/出/版/社

责任编辑:肖顺杰

封面设计:倪泰一

图书在版编目(CIP)数据

家庭医疗图典/倪泰一等编. —重庆:重庆大学出版社,1999. 1
ISBN 7-5624-1903-5

I. 家… II. 倪… III. 家庭保健—普及读物 IV. R161

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 01016 号

家庭医疗图典

倪泰一 杨小军 蒙长伦 等编

*

重庆大学出版社出版发行

(沙坪坝正街 174 号)

中国科技信息所重庆分所印刷厂

(重庆渝中区一号桥)

*

开本:787×1092 1/16 印张:26.75 字数:787 千

1999 年 1 月第 1 版 1999 年 1 月第 1 次印刷

印数:1—5000

ISBN 7-5624-1903-5/R·137

定价:39.00 元

凡印装错误均寄厂调换

我们应该对自己的健康状况给予更多的关注，我们至少应该在一周的某个时候——或许是在我们感到某种不适的时候，从外部世界收回自己的目光，然后细致地审视我们这个负重太多的躯体，听听自己的心跳和呼吸、从镜子里观察自己的脸色和发质，去感受自己的味觉、嗅觉和体温的变化。我们应该把生命赐与我们的时间分出一部分——哪怕是一周中的半个小时用来关心我们的生命，以使她得到必须的维护，因为我们都知道这样一个耐人寻味的事实，那就是：我们生命中最大的恩赐，就是生命本身。

但我们中的许多人，目前都还缺乏一套关于自身生命维护的系统知识，我们还无法将自己身体内部某个部位的病痛与某个内脏器官和相应的系统确切地联系起来，我们也还不具备相应的知识来确定造成某个部位发生红、肿、热、痛的原因之所在，我们对疾病早期发出的信号经常是置若罔闻，我们很容易把太多的时间留给细菌和病毒，让这些可恶的东西在我们的身体里左冲右突，胡作非为。我们有时候根本不会去关心肺脏的纹理是否正在变粗，也不会去考虑肝脏的细胞是否正在坏死，更不会注意到我们的前列腺已经肿大，因为它们在变化的早期所发出的信号实在是很微弱的。我们因此把太多的时间留给了疾病去发展，我们同时也把太多自己应该做的事情留给了医生。我们往往只是在必须去医院治疗时，才开始学习关于健康和疾病的知识，亡羊补牢虽然有时为时未晚，但每一次病痛都无一不使我们缩短了生命的时限，又怎么能说我们珍惜了自己的生命呢？

这是一部在我们即使健康的时候也应该随时去翻阅的珍贵读物，因为它以极其通俗轻松的语句和直观、明快的配图，详细地讲解了我们身体各组织器官的结构、功能和相互关系，能够使我们对自己的生理反应机制和免疫机能有一个全面的了解，对大量的常见病、多发病及不利于维护自身健康的生活方式予以警示，从而授意我们应该从哪些方面加以留意，以保证良好的预后状况。不仅如此，该书还就每一种疾病的并发症和可能继发症的预防提供了大量的知识，让我们能随时对自身疾病的发展状况作出切实的判断。总之，该书不仅关注了我们在生病时希望关注的那一切，还强调了我们在健康时也应该注意的那一些。自我关照与专业指导、现代医理和传统疗方相结合，是该书作为一部现代家庭医疗图典的重要特点。我们相信，阅读该书会使我们得到很多的补益。我们也敬请读者对该书的缺点和不足之处多予赐教。

另外，还需指出的是，为保证该书的科学性和可读性，我们选用了一些参考书籍中的插图，有的还根据本书内容的需要作了一些改动。在此，对原图书编著者表示由衷的谢意。

目录

3 皮肤、毛发及指甲障碍

4 皮肤疾病

- 4 疖与痈
- 6 疣
- 7 鸡眼和胼胝
- 8 湿疹与皮炎
- 10 牛皮癣
- 11 普通痤疮及红斑痤疮
- 12 荨麻疹
- 14 脚癣
- 15 脓疱病
- 16 蜂窝织炎
- 17 日晒伤
- 18 皮脂腺囊肿
- 19 扁平苔癣
- 19 盘形红斑狼疮
- 20 异常皮肤色素沉着

22 毛发与指甲疾病

- 22 头皮屑
- 22 内生发毛
- 23 秃发
- 24 甲沟炎

31 眼、耳及鼻部疾病

32 屈光不正

- 32 近视

- 33 远视

- 33 老光

- 34 散光

35 眼睑疾病

- 35 上睑下垂

- 36 麦粒肿

- 37 睑内翻

- 37 睑外翻

- 38 睑炎

- 38 角膜溃疡及感染

- 39 结膜炎

- 40 巩膜炎

- 40 虹膜炎

- 41 白内障

43 老年性青光眼

- 43 急性青光眼

- 44 慢性青光眼

46 眼底与眼眶疾病

- 46 视网膜剥离

- 47 视神经炎

- 47 眼眶蜂窝织炎

- 48 成人斜视

49 外耳疾病

- 49 耳垢堵塞

- 49 外耳道感染

51 中耳疾病

- 51 急性中耳炎

- 52 慢性中耳炎

54 内耳疾病

54 美尼尔氏症

56 鼻部疾病

56 感冒

57 过敏性鼻炎

58 鼻窦炎

59 鼻息肉

60 鼻出血

65 口腔与牙科疾病

66 口腔与舌疾病

66 口腔溃疡

67 鹅口疮

68 口腔扁平苔癣

69 舌头疾病

70 牙齿与牙龈疾病

70 龋齿

71 牙齿脓肿

72 牙齿不合

73 牙龈炎

74 牙周炎

76 养齿洁牙处理法

81 消化与营养疾病

82 食道疾病

82 胃灼热及食道裂孔疝

84 消化道感染性疾病

84 胃肠炎

85 菌痢

87 伤寒

88 霍乱

89 胃与十二指肠疾病

89 消化不良

90 胃炎

91 十二指肠溃疡

92 胃溃疡

94 一般肠部疾病

94 腹膜炎

95 肠梗阻

97 大小肠疾病

97 吸收障碍

98 阑尾炎

99 溃疡性结肠炎

100 肛门疾病

100 痔疮

101 肛周疾病

103 肝脏、胆囊及胰脏疾病

103 黄疸

104 急性 A 型肝炎

105 急性 B 型肝炎

106 慢性肝炎

107 肝硬化

108 胆结石

109 胆囊炎

110 急性胰腺炎

110 慢性胰腺炎

112 营养与代谢疾病

112 肥胖症

114 维生素与矿物质缺乏

115 痛风

116 高脂蛋白血症

121 呼吸系统疾病

122 咽喉疾病

122 咽炎

123 扁桃体炎

124 喉炎

125 肺与胸腔疾病

125 急性支气管炎

126 慢性支气管炎

127 哮喘

128 肺气肿

129 肺炎

130 胸膜炎及胸膜渗透

132 气胸

132 支气管扩张

133 尘肺

134 肺脓肿

135 间质纤维化

135 肺水肿

141 肌肉、骨骼及关节疾病

142 损伤

142 肌肉拉伤

143 扭伤

144 脱位

144 骨折

146 疝

149 肌肉与肌腱疾病

149 痛性痉挛

150 腱炎

150 腱鞘炎

151 重症肌无力

152 骨骼疾病

152 骨质疏松症

153 骨软化

153 背痛

155 椎间盘突出

155 椎关节强硬

157 关节疾病

157 退行性关节病

158 类风湿性关节炎

159 关节强硬性脊椎炎

160 滑囊炎

161 结缔组织疾病

161 全身性红斑狼疮

162 硬皮病

163 多肌炎与皮肌炎

163 白塞氏综合征

169 心脏及循环系统疾病

170 心脏与血管疾病

170 动脉粥样硬化

171 冠状动脉疾病

173 心绞痛

174 冠状动脉性心脏病

176 心脏病发作急救法

177 心力衰竭

178 高血压

180 休克

182 心率和心律疾病

182 心搏停止

182 心房颤动与扑动

183 心传导阻滞

184 阵发性心搏过速

186 心瓣膜疾病

186 风湿热

187 感染性心内膜炎

188 二尖瓣狭窄及关闭不全

189 主动脉狭窄

190 心肌与心包疾病

190 心肌炎

191 心包炎

192 循环系统疾病

192 动脉硬化

193 血栓性静脉炎

194 静脉曲张

196 冻疮

197 肺动脉高血压

198 低血压

203 血液疾病

204 贫血

204 缺铁性贫血

205 维生素 B12 缺乏性贫血
及叶酸缺乏性贫血

207 出血与挫伤

207 血友病

208 血小板减少症

213 泌尿道疾病

214 感染、炎症和外伤

214 急性肾盂肾炎

215 慢性肾盂肾炎

216 肾小球肾炎

217 尿道炎

217 膀胱炎

218 肾脏或输尿管外伤

218 膀胱或尿道外伤

220 囊肿及结石

220 肾囊肿

221 肾结石

222 膀胱结石

223 肾衰竭

223 急性肾衰竭

224 慢性肾衰竭

225 激素疾病

226 垂体腺疾病

- 226 肢端肥大症
- 227 尿崩症
- 228 垂体机能减退

229 胰腺疾病

- 229 糖尿病
- 231 低血糖症
- 233 甲状腺及甲状旁腺疾病
- 233 甲状腺机能亢进
- 234 甲状腺机能减退

241 脑部及神经系统疾病

242 脑血管疾病

- 242 中风
- 244 瞬间局部缺血
- 244 蛛网膜下腔出血
- 245 硬脑膜下出血及血肿
- 246 硬脑膜外出血

247 感染性疾病

- 247 脑膜炎
- 248 脑炎
- 249 硬脑膜外脓肿

250 结构性疾病

- 250 脑外伤
- 251 脊髓损伤

252 脊椎及其神经疾病

- 252 面神经麻痹
- 253 颈椎骨关节炎
- 254 腕管症候群
- 255 周围神经病

257 功能性障碍

- 257 正头痛
- 258 偏头痛
- 259 癫痫
- 261 失语症
- 262 头晕
- 263 神经痛

264 变性疾病

- 264 帕金森氏病
- 265 多发性硬化
- 266 肌萎缩外侧硬化

268 附：行为及情绪性障碍

- 269 精神分裂症
- 270 抑郁症
- 271 躁狂抑郁症
- 272 焦虑症
- 273 恐怖症
- 274 强迫行为与强迫观念
- 275 癔病
- 276 酗酒
- 278 滥用药物

280 全身性传染病及感染病

281 传染病

- 281 流行性感胃
- 282 肺部真菌性疾病
- 283 葡萄球菌性传染病
- 284 传染性单核细胞增多症
- 285 带状疱疹

- 286 结核病
- 287 破伤风
- 288 狂犬病
- 289 衣原体传染病

291 感染性疾病

- 291 疟疾
- 292 绦虫病

294 男性、女性及 配偶间的特殊问题

294 男性特殊问题

- 297 睾丸扭转
- 298 附睾囊肿
- 298 精索静脉曲张

299 男性前列腺疾病

- 299 前列腺肥大
- 300 前列腺炎

302 男性膀胱、尿道、阴茎 及直肠疾病

- 302 男性膀胱炎
- 303 尿道狭窄
- 303 龟头炎
- 304 阳痿

309 女性特殊问题

- 309 无月经
- 310 痛经
- 312 月经过多
- 313 乳房肿块

- 313 乳房脓肿
- 314 乳头疾病
- 316 卵巢囊肿
- 317 子宫肌瘤
- 318 子宫内膜异位症
- 319 盆腔炎
- 320 子宫或阴道脱垂
- 321 子宫颈糜烂
- 322 女性膀胱炎
- 322 张力性尿失禁
- 323 慢性尿道炎
- 325 念珠菌性阴道炎
- 326 外阴瘙痒症

331 不孕不育与避孕

- 331 不孕不育症
- 333 避孕

336 性传染性疾病

- 336 淋病
- 337 非特异性尿道炎
- 338 生殖器疱疹
- 339 阴虱病

341 性问题

- 341 早泄
- 342 性交疼痛
- 344 性冷淡

351 妊娠及分娩

352 妊娠的一般性问题

- 352 妊娠期恶心及呕吐
- 353 妊娠期胃灼热
- 354 妊娠期贫血
- 354 妊娠期便秘
- 355 妊娠期水肿
- 356 妊娠期高血压
- 357 心脏病合并妊娠
- 357 母子血型不合
- 358 糖尿病与妊娠
- 359 妊娠期腰背痛
- 361 妊娠早期并发症**
 - 361 流产
 - 362 异位妊娠
 - 364 妊娠中期并发症
 - 364 羊水过多
 - 365 胎儿宫内生长迟缓
- 366 妊娠晚期并发症**
 - 366 肝炎合并妊娠
 - 367 先兆子痫及子痫
 - 367 产前出血
 - 368 前置胎盘
 - 369 过期妊娠
 - 369 胎儿宫内死亡
- 370 分娩前的问题**
 - 370 早产
 - 371 滞产
 - 372 胎位异常
 - 372 产后出血
- 374 分娩后的一些问题**
 - 374 胎盘滞留

375 乳房问题

- 375 乳头皲裂
- 375 产后缺乳

377 生命特殊阶段的特殊问题

378 儿童皮肤疾病

- 378 婴儿湿疹
- 378 尿布疹

380 儿童神经系统疾病

- 380 婴幼儿惊厥
- 381 小儿麻痹症
- 381 婴幼儿脑膜炎

383 儿童眼与耳疾病

- 383 慢性中耳感染

385 儿童呼吸系统疾病

- 385 儿童扁桃体炎及咽炎
- 386 哮喘
- 386 儿童肺炎

388 儿童血液疾病

- 388 过敏性紫癜
- 389 新生儿黄疸
- 389 儿童缺铁性贫血

391 儿童消化系统疾病

- 391 儿童肝炎
- 392 儿童便秘
- 393 婴儿胃肠炎
- 394 小儿夜哭

395 儿童泌尿道疾病

395 小儿遗尿症

396 小儿肾炎(肾小球肾炎)

**398 儿童肌肉、骨骼及
关节疾病**

398 儿童风湿热

399 儿童骨髓炎

401 儿童传染病

401 麻疹

402 风疹

403 水痘

404 流行性腮腺炎

405 百日咳

406 猩红热

406 蛔虫病

407 蛲虫病

409 青春期痤疮

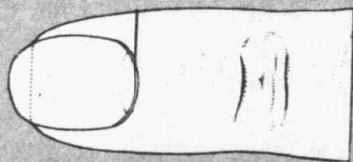
409 青春期厌食症

410 老年性三叉神经痛

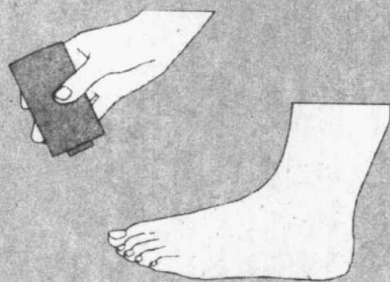
411 老年痴呆症

● 皮肤的作用及指甲

指/甲



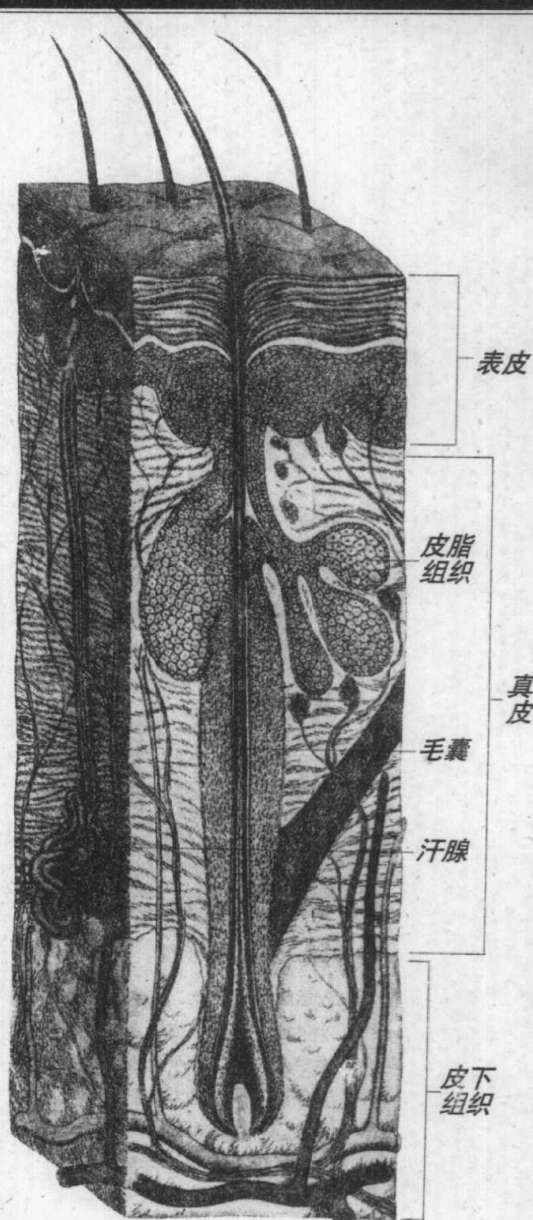
你的指甲与毛发一样，是位于皮肤表面的一种死去的、变硬的结构。它虽然没有真正的功能，但对它维护不当，就很可能伤害你的皮肤。



指甲为什么是硬性的，那是因为它是由角蛋白组成的，这些角蛋白来自皮肤中。

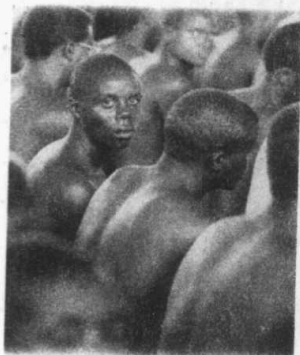
关/于/皮/肤

皮肤不仅柔软而且坚韧，是人体最大的器官，成人皮肤的面积大约有 $1.8\sim 2.2m^2$ ，重达10千克。皮肤可以帮助你敏感地感觉到四周环境信息的变化，而皮肤中无数的神经末梢使你感觉到触压、热、冷及痛的信息。皮肤中的汗腺和毛细血管可以调节你身体的冷暖。健康的皮肤总是润洁光亮的，那是因为皮肤中的皮脂腺总在分泌一种蜡样物质，以防止皮肤枯干，你的毛发也能体现你身体的健康状况。

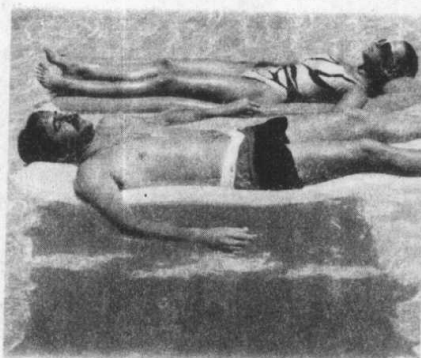


表/皮/与/真/皮

皮肤分表皮和真皮。表皮是一种半透明的细胞层，真皮是由脂肪、支撑组织及血管构成的一个永久性基础。表皮细胞在摩擦中或自然蜕脱，而在表皮底部的细胞却在同时不断分裂，以制造新的细胞，这些新细胞在一个月之后向上移至表面，从而取代脱落的细胞的位置。



黑人的皮肤黑，是因为他们体内的黑色素含量比白种人、黄种人更多一些。



晒太阳会把皮肤晒红、晒黑。欧美人喜欢进行日光浴，把皮肤晒得黑黝黝的，以显示健康活力。



雀斑对人的健康并无害处，有的人脸上长了雀斑甚至会增添一种特别的美。

皮肤、毛发及指甲障碍

覆盖在人体表面的皮肤,是人体最大的器官之一。它是一种柔软而富有弹性的组织,能充分地保持住人身体中所需的水分不至于丧失,并能调节体温。一个健康成年人的皮肤,如果摊开来计算,大约有1.8~2平方米,重约10千克,平均厚度约有1.6毫米。人体皮肤最薄的地方在眼部,眼皮的厚度约0.25毫米;最厚的皮肤在背部,约为5毫米。

皮肤里隐埋着数以百万计的小神经,这些小神经能将从四周环境中得来的触、压、热、冷、痛的感觉等信息提供给你。隐埋在皮肤里的,有许多小腺体,其中包括分泌蜡样物质的皮脂腺在内。皮脂腺分泌的蜡样物质能使你的皮肤表面保持柔软,并能防止皮肤干燥。另外,皮肤里还有汗腺。汗腺分泌的“汁”是一种水样液体,当你因运动或因天气太热,导致体内热量大量储积时,多余的热量就会随着这种液体散发出来。同样是为了调节体温,皮肤里的小血管在天热时也会膨胀扩大,以释放热量。这就是为什么在发热时你的脸上和身上发红的原因之一。这些皮肤里的小血管,在天冷时会收缩起来以保存体温。

皮肤里还有数以千万计的毛囊。这些毛囊是不断分裂以制造毛发的细胞窝。除了头皮上、腋窝下及阴部粗长的毛发外,你的全身还长满了较细微的体毛,有的甚至细得连肉眼也看不出来。分裂的细胞还在不断地制造你的指甲和趾甲,这些细胞跟毛囊中的细胞很相像,但它们主要位于你每片指甲的基部(甲床)。

皮肤、毛发和指甲都位于身体的表层,与其疾病相关的症状主要表现为发痒、肿胀或疼痛,其外观的改变很容易被你注意到。还因为皮肤、毛发和指甲的病变一般都会令人觉得尴尬和烦恼,所以人们都比较重视。

养面小语

晨起先洗脸,饭后、午睡后、黄昏后都应使洗脸的事习以为常。面是五脏情况及其变化反映在外面的地方,不断地洗擦可使其润泽,而且有利于五脏的调养。《大素经》说:“手应常在脸上”。也就是说两手应不断地摩擦面部。

皮肤可分为三层。你看得见的表层是薄薄的半透明的细胞层,称为表皮。在表皮下面的一层包含了许多特殊结构,如毛囊和汗腺等,这一层比较厚,叫真皮。在真皮层下面是一层脂肪,叫皮下脂肪。

表皮是一层非常活跃的细胞层。表皮的表面不断脱落细胞,与此同时,表皮底部的细胞不停地分裂以制造新细胞,当新细胞充满了一种名叫角质的坚硬物质后会逐渐衰老而死亡。在新细胞衰老死亡后,它们会移到皮肤表面上脱落,或是被衣服摩擦掉,或是在洗浴时脱落。事实上,任何会产生摩擦的动作都会擦掉一些皮肤细胞。表皮细胞由底部移动到表皮表面大约需要一个月左右的时间。表皮细胞从表皮底部移到表皮表面的时间要长一些。承受最大压力及摩擦的身体部分,其表皮较厚。有些皮肤病是由于皮肤表面的细胞与其底部新生的细胞无法经常进行新旧替换造成的。以牛皮癣为例,就是表皮底部不断制造细胞,产生的细胞愈来愈多,向上推移,在表皮表面上形成异常堆积所致。

疖 毛囊被细菌侵入,先是开始发炎,而且很痛,然后在发炎区形成黄色或白色的稠脓。

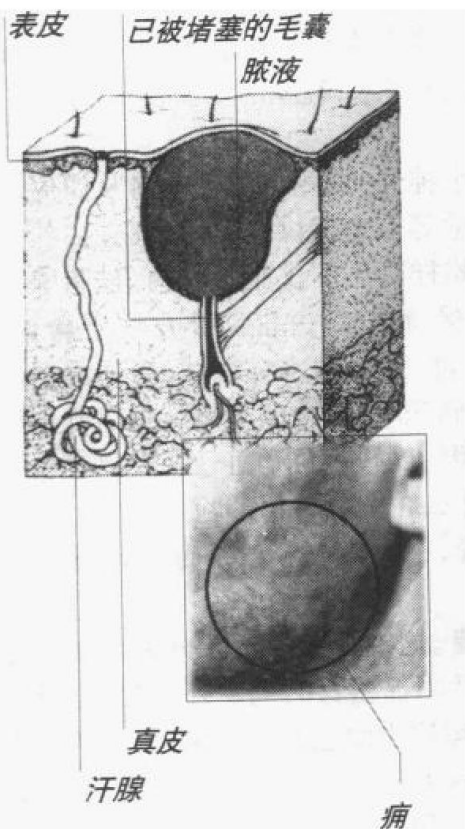
疖与痈

皮肤受到某种细菌侵害而形成的感染,会造成皮肤发炎、红肿及疼痛,这种情况常通过疖或痈表现出来。

疖是一个毛囊受到诸如金黄色的葡萄球菌等细菌侵害而造成的感染,它是一种十分常见的皮肤疾病。如果你对感染的抵抗力降低,或居住在卫生条件很差的环境及有不良的生活习惯等,都可能导致疖的发生。头面部、颈背及腹部等多汗、易被摩擦的部位最易发生疖肿。

疖在长出的初期,只是皮肤表面出现一个红而软的肿块,可能有跳痛感。大约经过1~2天后,它会变得更大、更痛。同时,形成身体防御系统以对抗侵入毛囊细菌的白血球细胞,会聚集在疖发生的部位,白血球细胞、细菌及死亡的皮肤细胞在发炎区会化为黄色或白色的稠脓,并且会出现一个白色或黄色的脓头。疖肿在膨胀中受到压力,愈来愈痛,愈来愈软。最后,它会溃破开来,或是在皮肤内消散(这种情形比较少见)。上述两种情况发生后,疼痛感缓和、减轻,疖也就痊愈了。痊愈后可能留下疤痕。

痈常常是体表的多个相邻的毛囊和皮脂腺的急性化脓性感染。它是一个异常大的严重的疖,或是一群以皮肤中小管道相互连结的疖。痈好发于老年人的皮肤坚厚且皮脂腺分布较丰富的部位,如颈项、背和腰部等。初起患处皮肤呈鲜红色浸润性斑块,炎症迅速向四周及深处侵犯,局部紧张、漫肿无边,硬实、剧痛、按压尤其严重。经1~2周后顶部中央坏死化脓,形成多数脓栓如蜂窝状。坏死组织与脓栓脱落后,形成较大的溃疡面腐烂流脓,严重者如火山口样,大而



痈是一个异常大的严重的疖,也可能是以一群以皮肤中的小管道相互连结的成片的疖。

深。当脓毒排尽后才能生肌,愈后留有疤痕。

疔和痈这两种皮肤病都会复发,因为引起疔或痈的细菌可能仍残留在皮肤上,在稍后会产生出更多的疔来。

治疗家用简妙方:

(1)取适量稻草烧成灰,淋汁,不时冲洗患处。此方可用于治疗顽固性疔肿。

(2)2% 碘酊外搽,或用鱼石脂软膏搽敷。

(3)生芋头、丝瓜叶各 50 克,捣烂后敷患处,每日 2 次。

(4)鲜马齿苋 200 克,煎汁洗患处,每日 2 次。

(5)葱白 1 节,茄子 1 个,共捣烂成泥,每日 1 次取药泥敷患处。

(6)生姜汁,花生油各 10 毫升,调和后涂患处,每日 1 次。

(7)大蒜 2 头,绿豆 15 克,一同捣烂涂患处,每日 1 次。

(8)独头蒜 1 个,蜂蜜 9 克,捣匀敷患处。

(9)大蒜 1 头,剥皮后贴患处,干后即换。可杀菌拔脓,治暑疔。

(10)鲜鲫鱼 200~250 克,去鳞、鳃和内脏,再将 20~25 克绿茶分量装入鱼腹内清蒸至熟,不加盐食用。此方治糖尿病人患疔者。

治痈家用简妙方:

(1)取新鲜鳝鱼血涂搽患处,每日 2 次。

(2)蚯蚓数条,红糖适量,捣烂后外敷患处,每日 2 次。

(3)绿豆 160 克,黄豆 80 克,红糖 120 克,炖烂后食用。此方可解毒、消肿。

(4)适量大葱、茎叶捣烂,加入适量的醋调匀,炒热后调敷患处。此方主治疮痈、肿毒。

(5)取葱白约 50 克切细,与 200 克米粉同炒至色黑,然后研成细末,加适量醋调成膏,摊在干净纸上贴于患处,每日换贴 1 次。以免感染浸延到身体的其它部位。

患疔与痈后应注意:

(1)如果疔或痈长在面部,特别是被称为危险三角区的鼻唇周围,千万不要随意挤压与针挑,也应避免碰撞,因为这些部位有丰富的淋巴管和毛细血管网,挤压、针挑或碰撞会使感染扩散,细菌容易进入血液而造成严重的感染,尤其易使细菌进入颅内造成可怕的危险。

(2)如果你身上的某个部位长了疔,最好是洗淋浴,不要泡在浴缸里洗澡,以免感染浸延到身体的其他部位。

(3)如果你长了疔,你在烹食汤前应把手彻底洗净,因为疔上的细胞进入暖热的食物会加速繁殖,产生毒素,有可能造成食物中毒。

(4)在治疗疔、痈时,最好同时口服抗菌素,如牛黄解毒片、头孢氨卡片等。

(5)如需手术切开排脓,应去医院请医生施行。

(6)疗效不佳,或复发严重的,应当去医院检查以排除患糖尿病的可能性。

皮肤的卫生常识

皮肤是维护身体正常生理活动的第一道防线。

它经常被人体新陈代谢的产物(如排出的皮脂和汗水、皮屑)和空气中的灰尘所污染,再加上皮肤表面还有大量细菌寄生,皮肤就往往因为受到这些代谢产物的分解、刺激而得病,特别是在皮肤有了损伤时,更容易发生某些皮肤病。因此,经常保持皮肤的清洁卫生是维护皮肤健康的重要环节。用水洗涤皮肤,可以清除皮肤表面、汗孔、毛孔中的灰尘、细菌和一些新陈代谢产物。温水和热水能够溶解皮脂,松弛皮肤,扩张皮肤毛细血管,开放毛囊、皮脂腺和汗管口,促进代谢产物的排出;所以它的去污作用要比冷水强。

但对有些皮肤病如湿疹、皮炎,如果过多地用热水洗烫也不好,可能越洗越坏。冷水可使皮肤紧缩,血管收缩,皮脂毛囊孔和汗管口闭拢。用冷水和热水交替洗涤,对皮肤血管的张力和肌肉与神经的活动,可产生强烈的刺激,有利于防治冻疮等皮肤病。肥皂有良好的去脂、去污作用,但如用得不得当,反而弊多利少。这是因为,正常皮肤是带点酸性的,可阻止皮肤表面上各种细菌、特别是致病细菌的生长,而肥皂则可改变皮肤的酸碱性,如应用过多,一方面造成皮面酸碱平衡失调,另一方面也损伤正常的表皮构造,使细菌有机可乘。

总之,用肥皂宜少不宜多,特别是皮肤干燥容易发皱、开裂的人和老年人更要注意这一点。