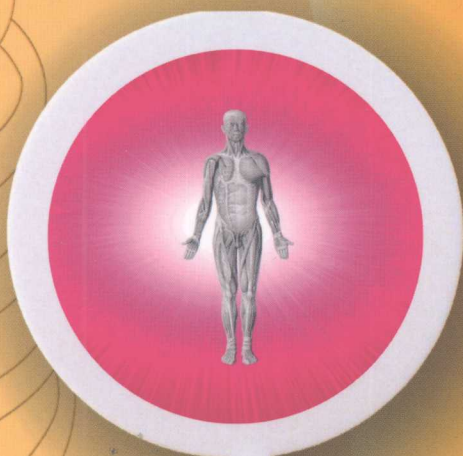


身体的疾病信号

有病早知道、早治疗

周幸来 祝小敏 周 举 主编



辽宁科学技术出版社

身体的 疾病信号

——有病早知道、早治疗

周幸来 祝小敏 周 举 主编

责任编辑：王春茹
封面设计：王 勇
封面设计：刘 斌
责任编辑：李亚辉
出版时间：2007年7月第1版
印数：1-3000
字数：300千字
页：16
印：8
幅面尺寸：140mm × 203mm

书 号：ISBN 978-5-2381-2101-2
价：20.00元

辽宁科学技术出版社

沈 阳

图书在版编目 (CIP) 数据

身体的疾病信号: 有病早知道、早治疗 / 周幸来, 祝小敏, 周举主编. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2007.7

ISBN 978-7-5381-5101-5

I. 身… II. ①周… ②祝… ③…周 III. 疾病—诊断—基本知识 IV.R44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 065604 号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印刷者: 沈阳市北陵印刷厂

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 140mm × 203mm

印 张: 8

插 页: 16

字 数: 200 千字

印 数: 1 ~ 5000

出版时间: 2007 年 7 月第 1 版

印刷时间: 2007 年 7 月第 1 次印刷

责任编辑: 寿亚荷

封面设计: 刘 枫

版式设计: 于 浪

责任校对: 王春茹

书 号: ISBN 978-7-5381-5101-5

定 价: 20.00 元

联系电话: 024-23284370

邮购热线: 024-23284502

E-mail: dlqzs@mail.lnpgc.com.cn

http://www.lnkj.com.cn

编委会名单

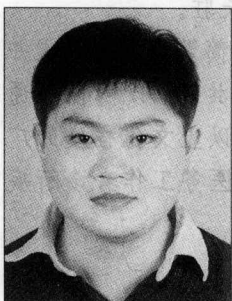
主 编	周幸来	祝小敏	周 举		
副 主 编	周 绩	姜史芳	孙 冰		
编 写 人 员	周幸来	祝小敏	周 举	周 绩	姜史芳
	孙 冰	郭肖鹃	雷泳生	周登云	周水冰
	周迅雷	周水根	毛永波	范汉杰	周飞鹏
	周友成	陈宝兴	汪光衍	陈明建	毛 飞
	周飞翔	毛光建	范小民	祝新飞	周 拔
	周 超	周 峰	周 伟	周新民	孙磊磊
	祝新宇	毛建国	潘琪美	姜小霞	祝联飞
	徐朝洪	周林鹃	周闽莺	周爱友	陈声兴
	汪小萍	姜一鸣	王赤成		
摄 影	周幸来				
绘 图	王赤成	刘立克			

主编简介



周幸来，男，1951年出生，主治中医师，潜心研究医道近40年。现为浙江省特色疗法协作网成员，浙江省江山市中医药学会理事，浙江省江山市幸来特色医学研究所研究员、所长、董事长。2005年11月，被国家中医药管理局审评为“全国基层农村优秀中医”。先后由人民卫生出版社、人民军医出版社、金盾出版社、军事医学科学出版社、广西科学技术出版社以及辽宁科学技术出版社出版了《中西医临床注射疗法》、《常见疑难病中医特色疗法》、《中国民间诊病奇术》、《现代疑难病症特色疗法丛书·呼吸科疑难病症特色疗法》、《现代疑难病症特色疗法丛书·心血管科疑难病症特色疗法》、《男科疑难顽症中医特色疗法》、《现代疑难病症特色疗法丛书·男科疑难病症特色疗法》、《特色疗法丛书·注射疗法》、《全息望诊图谱》、《特色疗法丛书·电针疗法》、《望耳诊病与耳穴治疗图解》11部学术专著，计658万余字，插图近3000幅。发表医学论文30多篇。

003



周举，男，1978年出生，主治医师。现在中国军事医学科学院附属医院(简称307医院)骨科工作。大学毕业后，在北京武警总医院进修学习1年。被浙江省江山市幸来特色医学研究所聘为研究员。先后与周幸来撰写、出版了《中西医临床注射疗法》、《常见疑难病中医特色疗法》、《中国民间诊病奇术》、《现代疑难病症特色疗法丛书·呼吸科疑难病症特色疗法》、《现代疑难病症特色疗法丛书·心血管科疑难病症特色疗法》、《男科疑难顽症中医特色疗法》、《现代疑难病症特色疗法丛书·男科疑难病症特色疗法》、《特色疗法丛书·注射疗法》、《全息望诊图谱》、《特色疗法丛书·电针疗法》、《望耳诊病与耳穴治疗图解》11部学术专著，计658万余字，插图近3000幅。发表医学论文20多篇。

内容简介

本书分上篇和下篇，上篇以中医学“有诸内者，必形于诸外”以及现代“医学生物全息”等边缘学科基础理论为指导，从人体的体貌体型、五官感觉、日常活动、分泌物与排泄物、心理与生理等诸多方面，较为详细地讲解了通过用眼观、手摸的方法，探查人体各部位出现的色泽、形态、结构等方面的异常改变，阐述这些异常变化与机体内部器官变化的对应关系，并分析其可能发生或易于发生的疾病。下篇介绍了一般常见疾病的简易治疗方法，以指导读者在早期发现疾病的基础上，能够做到早期应用简单、适用的方法来对疾病进行恰当治疗，将其消灭在萌芽状态。书中所介绍的各种推测疾病的方法，既不需要昂贵的仪器设备，亦无需专门的诊室，既省时省钱，又方便易行。从而真正做到有病早知道，小病早治疗，大病变小病，危重病变平安病，以永葆身体健康，青春长驻。

本书深入浅出，人繁我简，人简我繁，简繁得当，图文并茂，内容丰富，通俗易懂，简明实用，雅俗共赏。既可供普通家庭作自我防病保健之用，也可供具有初中以上文化程度的广大医学爱好者浏览、学习，也可供广大基层医务工作者诊断疾病时参考。

前言

千百年来,人们总以为只有医生才能诊断、治疗疾病。然而,随着社会的进步和医学科学技术的不断发展,人们的观念也正在逐步得到更新。现在的观点认为,早期发现疾病还得依靠病人自己。有关医学统计资料表明,最严重危害妇女健康的疾病之一——乳腺癌,通过自检、自查发现的(占95%)比通过常规体格检查和普查发现的(占5%)多出了整整18倍。不仅乳腺癌如此,其他一般的常见病、多发病,甚至是疑难病,也大多可以通过自检、自查及早发现。如果每个家庭中有一人学会了自检、自查疾病,那么,疾病的早期发现、早期治疗这一医学上的老大难问题也就会迎刃而解,其意义之深远是不言而喻的。

古时候有位著名的医家曾用两句话来概括人们寿命的一般规律,第一句话说的是“不知老之将至,此人之寿也”。其意思就是说,不知道衰老已经到来,这是许多人得以长寿的基本原因。因为活泼、年轻的心态有助于推迟衰老的到来。第二句话说的是“不知病之将至,此人之夭也”。其意思就是说,不了解疾病发生的规律过程,当疾病在早期即有所表现的时候,却不能早期发现、早期治疗疾病,这是人们最后死亡的根本原因所在。所以,世界卫生组织的一位秘书长讲过这样一句名言:“人不是死于疾病而是死于无知,许多人的病就是因为了解了自己太少了。”

构成整个生命的每个脏器,的确每分每秒、时时刻刻都在

不停地运行着、变化着，一旦发生疾病就会通过各种征兆向我们作出预示，如果我们能够及早掌握这些疾病所发出的早期信息，我们就能够提早预防和治疗这些疾病，从而保证身体正常、健康。相反，如果对所发生疾病的征兆漠不关心、麻木不仁、熟视无睹、泰然处之，则不但会耽误病情，甚至会为造成丧失挽救生命的宝贵时间而后悔莫及。“上工之取气，乃救其萌芽”，这就是说，应该将祸邪疾病消灭在萌芽状态，以达到未病防病，有病防变的目的。

正因如此，我们深深感到宣传和普及一般的医学知识，提高广大人民群众的自我保健意识，通过自检、自查疾病，做到有病早知道、早治疗，是我们卫生工作者义不容辞的光荣而神圣的职责。经过几十年的辛勤努力，我们收集了大量早期诊疗疾病的有关文献资料，并结合大量的临床实践，撰写了这本《身体的疾病信号——有病早知道、早治疗》。我们衷心地希望本书的出版、发行，能为广大读者带来健康的福音，这也是我们撰写该书的初衷。

006

本书在整个撰写过程中，曾参阅了大量古今医学文献及报刊中的有关内容，并观察了二十多万例病人，拜访了多位民间医生。因此，本书所研究的成果，实在是集体智慧的结晶。因涉及面较广，又因篇幅所限，书中未能将众多的原作(著)者和被访者的姓名一一列出，在此谨表深深的歉意以及衷心的谢忱和敬意。由于水平有限，复加时间仓促，书中谬误之处定然不少，敬请广大读者指出、斧正。

周幸来

2006年8月于浙江省江山市幸来特色医学研究所

目 录

上篇

怎样早期发现疾病

第一章 从人的外貌体型中早期发现疾病	002
一、从人的头发里早期发现疾病	002
二、从人的头部早期发现疾病	004
三、从人的面部早期发现疾病	006
四、从人的眉毛里早期发现疾病	011
五、从人的眼睛里早期发现疾病	012
六、从人的额头上早期发现疾病	015
七、从人的耳朵里早期发现疾病	016
八、从人的鼻子里早期发现疾病	018
九、从人的嘴巴里早期发现疾病	020
十、从人的牙齿上早期发现疾病	024
十一、从人的牙龈上早期发现疾病	025
十二、从人的舌头里早期发现疾病	026
十三、从人的舌下部早期发现疾病	028
十四、从人的腭部早期发现疾病	028
十五、从人的颊黏膜变化早期发现疾病	029
十六、从人的咽喉部早期发现疾病	030
十七、从人的脖子上早期发现疾病	030
十八、从人的胸部、乳房早期发现疾病	031
十九、从人的肩臂部早期发现疾病	034

二十、从人的背腰部早期发现疾病·····	035
二十一、从人的腹部早期发现疾病·····	036
二十二、从人的脐部早期发现疾病·····	037
二十三、从人的手部早期发现疾病·····	037
二十四、从人的指（趾）甲中早期发现疾病·····	042
二十五、从人的腿部与脚掌里早期发现疾病·····	081
二十六、从人的皮肤毫毛里早期发现疾病·····	082
二十七、从人的掌纹改变中早期发现疾病·····	083
第二章 从人的感觉器官里早期发现疾病·····	169
一、从人的听觉异常中早期发现疾病·····	169
二、从人的视觉异常中早期发现疾病·····	169
三、从人的嗅觉异常中早期发现疾病·····	172
四、从人的味觉异常中早期发现疾病·····	173
第三章 从人的日常活动中早期发现疾病·····	175
一、从人的笑容中早期发现疾病·····	175
二、从人的声音里早期发现疾病·····	176
三、从人的步态中早期发现疾病·····	177
四、从人的饮食中早期发现疾病·····	178
五、从人的睡梦里早期发现疾病·····	180
第四章 从人的分泌物、排泄物里早期发现疾病·····	182
一、从人的痰液中早期发现疾病·····	182
二、从人的汗液中早期发现疾病·····	184
三、从人的耳垢中早期发现疾病·····	188
四、从人的鼻涕里早期发现疾病·····	188
五、从人的气味里早期发现疾病·····	189
六、从人的屁中早期发现疾病·····	190
七、从人的尿液里早期发现疾病·····	191
八、从人的粪便里早期发现疾病·····	192

第五章 从人的生理、心理变化中早期发现疾病	193
一、从人的呼吸变化中早期发现疾病	193
二、从人的脉搏变化中早期发现疾病	194
三、从人的性格方面早期发现疾病	196

下篇

常见病简易治疗法

一、上呼吸道感染	199
二、急性支气管炎	200
三、慢性支气管炎	201
四、肺炎	202
五、支气管哮喘	203
六、急性胃肠炎	205
七、胃、十二指肠溃疡	206
八、胆石症	206
九、肝硬化	207
十、慢性尿路感染	208
十一、尿路结石	209
十二、冠心病	209
十三、原发性高血压	210
十四、病毒性心肌炎	212
十五、偏头痛	213
十六、神经衰弱	213
十七、脑血管意外后遗症	214
十八、甲状腺功能亢进症	215
十九、糖尿病	215
二十、风湿性关节炎	216
二十一、缺铁性贫血	218
二十二、颈淋巴结结核	218

二十三、单纯性甲状腺肿大	220
二十四、急性乳腺炎	221
二十五、乳腺囊性增生症	222
二十六、急性阑尾炎	223
二十七、痔疮	224
二十八、脱肛	225
二十九、前列腺炎	226
三十、前列腺增生症	227
三十一、带状疱疹	229
三十二、皮肤瘙痒症	230
三十三、荨麻疹	231
三十四、痤疮	232
三十五、脱发	233
三十六、功能失调性子宫出血	234
三十七、痛经	235
三十八、盆腔炎	236
三十九、子宫脱垂	236
四十、流行性腮腺炎	237
四十一、食管癌	238
四十二、胃癌	239
四十三、原发性肝癌	240
四十四、大肠癌	241
参考文献	242
常见疾病信号彩图分析	
一、	
二、	
三、	
四、	
五、	
六、	
七、	
八、	
九、	
十、	
十一、	
十二、	
十三、	
十四、	
十五、	
十六、	
十七、	
十八、	
十九、	
二十、	
二十一、	
二十二、	

Y O U B I N G Z A O Z H I D A O Z A O Z H I L I A O

上篇

怎样早期发现疾病

第一章

从人的外貌体型中 早期发现疾病



一、从人的头发里早期发现疾病

头发位于人体的最上部，头发不仅能起到保护头皮的作用，而且乌黑秀美的发丝还能够装饰头部，使脸庞更显得神采飞扬。更为重要的是，头发还可以反映人的健康状况，通过观察头发的微细变化可以察知所得疾病以及生长、发育、衰老的种种变化，故民间有“人之衰老，始于白发”之说。《医述》说：“察其毛色枯润，可以覘脏腑之病”，从头发的变化推测所患疾病，主要就是通过观察头发的色和质的变化来推测体内存在的疾病及其发展变化规律。

002

头发中的主要成分是角蛋白，还含有 20 多种氨基酸以及锌、铜、铁等 10 多种微量元素。据有关报道，通过头发中微量元素的测定，可对多种疾病作出推测。故 1978 年美国的《科学》杂志载文认为：“头发分析很有希望作为一个工具而成为血清和尿液分析的理想补充。”

(1) 女性头发浓而亮，眉毛浓密，甚至长出胡须，可能是患了肝病，易引发脂肪肝；若同时见虚脉，则为肾虚，可能患了内分泌系统疾病，如库欣病、肾上腺性征异常等。

(2) 男性发育成熟后，如见发际明显后退，头发油腻，头皮屑较多，头皮发痒，要提防发生“油风”，即“脂溢性脱发”，此与脂肪摄入过多有关，提示易患动脉硬化症、原发性高血压、冠心病等。

(3) 频频的脱发,可能与冠心病有关。如脱发严重,患有冠心病的几率为常人的3倍以上,这可能是由于导致秃发的雄激素增加了血中胆固醇的缘故。

(4) 脱发与颈椎病有一定的关联,这可能是因为偏突的颈椎压迫了神经根而引起头部神经营养障碍的缘故。

(5) 单纯的颅顶秃发,提示可能患了胆囊炎、结肠炎、前列腺疾病等。男人前额发际脱发,提示有肾病信号。女人全头见散发性脱发,提示有肾炎信号。

(6) 头发、眉毛明显脱落,伴见白色皮屑,提示为慢性中毒信号,包括药物中毒,如抗肿瘤、抗结核药物中毒等。

(7) 头发过于黑色,或原来不是很黑,后来不明原因地逐渐变得黑了起来,极有可能是得了某种癌症的一种早期报警信号。应及时到医院确诊,以便及早治疗。

(8) 少年白发,常为散在性白发,主要出现在头顶或其周围,而两侧鬓部则极少见。见脑后头发黑白交杂,提示易患神经衰弱。

(9) 白发还可见于维生素B₁、维生素B₂、维生素B₆、烟酸等缺乏以及结核病、胃肠病、动脉硬化、贫血等。

(10) 头发过早发白要注意区别是否由遗传、精神因素引起,还是由疾病所引起,如严重贫血、动脉硬化、慢性胃肠病、结核病等。应去医院查明病因,确诊后作对症处理。

(11) 头发紧缩成束,形似毛笔笔头状,头发根、头皮处堆积有银白或污黄色鳞屑,多见于银屑病(俗称“牛皮癣”)、黄癣以及脂溢性湿疹等。

(12) 头发直立、干枯,不能屈伸;或小儿头发均见上逆,称为“发竖”。多为病情危重征兆。

(13) 毛发脆弱易断,提示患了甲状腺疾病。



二、从人的头部早期发现疾病

(1) 头颅较正常人狭小，头顶部尖凸高起，又尖又小，前额较窄，眼眶较浅，鼻尖发育滞后，称为尖头畸形，又称“塔颅”、“尖颅”（图2-1）。大多为颅骨人字缝与冠状缝过早闭合所致。常见于各种遗传性疾病，如先天性胸腺发育不全症、黏多糖先天性代谢缺陷等，并伴见智能低下等。可因先天不足，亦可因产程过长，颅脑损伤所导致。

(2) 头颅体积均匀增大（额、顶、颞、枕部均突出膨大呈圆形），颅缝开裂，称为“解颅”（先天性脑积水头颅，图2-2）。相比之下脸面显得相对较小，甚至出现双眼下视，眼睛白膜外露，眼球震动不已等症状。多见于多种原因引起的脑积水，如外伤、感染、肿瘤及先天发育不全等。

(3) 额顶部明显向外凸出，颞部向两侧凸起，头顶部扁平而呈正方形，称为“方颅”或“方头”（图2-3）。见于佝偻病、先天性梅毒、先天性成骨不全、石骨症等。

(4) 额、顶骨明显凸出，矢状缝明显凹陷，正面看头颅见倒置臀部形状，称为“臀形颅”（图2-4）。见于佝偻病。

(5) 枕部明显扁平的头颅，称为“扁头畸形”（图2-5）。多因小儿长久仰卧引起，也可见于头小畸形及先天愚型。



图 2-1 尖颅



图 2-2 解颅



图 2-3 方颌



图 2-4 臀形颌

(6) 婴幼儿囟门早闭, 多见于小头畸形; 囟门迟闭, 骨缝不合, 多见于解颅或颅骨生长迟缓的病儿 (佝偻病)。

(7) 头部不自主或不随意地摇摆不定或颤动不已的, 多见于西医的帕金森病、慢性酒精中毒。

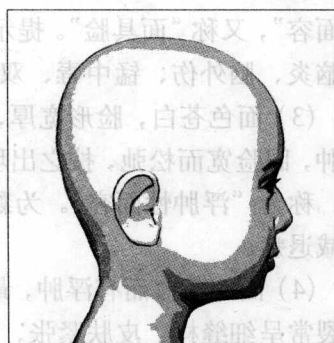


图 2-5 扁头畸形

(8) 头偏向一侧, 转动困难, 前后俯仰困难的, 可见于先天性斜颈、落枕、颈肌膜炎、颈部扭伤、颈椎病等, 也偶见于颈部细菌感染性疾病或肿瘤病等。

(9) 头仰不下, 两眼上翻, 全身呈角弓反张状态, 伴见手足抽搐、痉挛, 常见于脑炎、脑膜炎、破伤风或小儿惊厥等。

(10) 头肿大如同斗状, 面目亦肿, 眼睛不能睁开, 中医称为“大头瘟”, 西医称为“急性流行性腮腺炎”。

(11) 头部不自主或不随意的摇摆不定或颤动不已的, 多见于西医的帕金森病、慢性酒精中毒。