

现代老年人丛书

老年就医指南

黎雪 朱雪奇 主编 / 江苏人民出版社



老年人丛书

老年就医指南

黎雪 朱雪奇 主编 / 江苏人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

老年就医指南/黎雪、朱雪奇主编. —南京:江苏人民出版社, 2001. 12

(现代老年人丛书)

ISBN 7-214-03075-6

I. 老... II. ①黎...②朱... III. 老年人—疾病—诊疗—指南 IV. R4-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 092281 号

- 书 名 老年就医指南
主 编 黎雪 朱雪奇
责任编辑 蒋德群
出版发行 江苏人民出版社(南京中央路 165 号 210009)
网 址 <http://www.jspph.com>
<http://www.book-wind.com>
经 销 江苏省新华书店
印 刷 者 淮阴新华印刷厂
开 本 850×1168 毫米 1/32
印 张 7.375 插页 2
印 数 1—10170 册
字 数 139 千字
版 次 2002 年 1 月第 1 版第 1 次印刷
标准书号 ISBN 7-214-03075-6/R·2
定 价 12.00 元

(江苏人民版图书凡印装错误可向本社调换)

夕阳也是美丽的

——为《现代老年人丛书》序

进入 21 世纪,我国正全面建设小康社会,迎来一个新的历史发展阶段。与此同时,我国也开始步入老龄化社会。到目前为止,我国 60 岁以上的老年人口已超过总人口的 10%,达到 1.3 亿左右。今后一个阶段,我国老年人口还将以较快的速度增长。老年人对经济供养、医疗保健、生活料理和精神文化等方面需求的日益增长,必将给国民经济和社会发展带来巨大的挑战。

我们中华民族自古就有尊老的传统。中国人历来把“孝”字看得是很重的,就是说一个人从小就要敬爱父母,长大了则要诚心诚意地尊养老人,使他们颐养天年。孟子说:“老吾老,以及人之老。”这就又进了一步,尊爱自己的父母还不够,还要设身处地、由此及彼,尊爱所有的老人。这是我们传统文化中非常好的一面。

新中国成立后,特别是改革开放以来,随着生活水平的提高、医疗保健事业的改善,我国人均寿命大大延长了,过去说“人生七十古来稀”,现在人活到七十、八十则

是很正常的现象。党和国家也越来越重视老龄工作，颁布实施了《中华人民共和国老年人权益保障法》，并作出了《中共中央、国务院关于加强老龄工作的决定》。最近又制定了《中国老龄事业发展“十五”计划纲要》，指出要“重点解决老龄事业发展中的突出问题，落实‘老有所养、老有所医、老有所教、老有所学、老有所为、老有所乐’，把老龄事业推向全面发展的新阶段”。《纲要》还特别强调了要大力发展老年教育事业，建立老年教育网络，把老有所教、老有所学落到实处。

为了让老年人生活得更加幸福，我认为社会要关心两个方面的事情：一是关心老年人的健康，二是要让老年人生活充实、活得快乐。健康，包括身体健康和心理健康，这是生活幸福的基础。很多老年人往往重视自己身体的健康，而忽视了心理上的健康。其实，老年人的很多问题，主要是由于进入老年后产生的特殊心理变化引起的。因此，社会应该多理解老年人，让他们获得精神上的慰藉；同时，老年人也应逐步走出心理的误区，学会适应新的生活方式。要活得快乐，就得让生活充实，有事情可做。很多老人在60岁以前操心于工作，忙碌了大半辈子，很多个人兴趣都放弃了。现在则完全解脱了，可以兴之所致，充分享受生活，比如学学书画，跳跳舞，养养鱼鸟花草，甚至玩玩电脑、结伴外出旅游，等等。与其“倚老卖老”，不如做个“老顽童”。只要保持童心，生活中处处能找到乐趣。当然，社会也应尽可能地提供帮助，包括维护老年人的合法权益，选择老年人喜闻乐见的内容和形式，

努力开拓他们的视野,拓展他们的生活空间。关心老龄事业,就是关心我们自己的未来。

《现代老年人丛书》的编辑出版,正是适应了这样的形势和要求,因此是一件很有意义的工作,是一件功德无量的事。这套丛书按照目前和今后一段时期老年人在思想、人身、婚姻、财产、受赡养抚养、住房、教育、享受社会发展成果、医疗保健、健康娱乐等方面所面临的实际问题,设身处地地为老年人着想,具有很强的针对性和实用性。撰写者尽管都是各方面的专家,但内容通俗易懂、深入浅出,很适合不同层次的老年同志阅读。目前社会上专门针对老年人的书不少,但一般是讲养生或保健的,而且部头比较厚,像《现代老年人丛书》这样从健康、法律、教育、理财直至娱乐和修身养性全面为老年人服务的系列通俗读物并不多见。社会需要这样的书,老年人需要这样的书。希望这套读物能够成为老年朋友们的良师益友。

最后有一句话要和老年朋友们共勉:只有年老的体态,没有年老的心灵;做个现代老年人,夕阳的颜色也是特别美丽的!

周光召
2001年12月

目 录

老年就诊要点·····	(1)
看病前的准备·····	(1)
选择就诊医院·····	(3)
尽快找到就诊室·····	(6)
安心等待候诊·····	(7)
清楚说明病情·····	(7)
看病时讲配合·····	(11)
选择专家门诊·····	(14)
仔细填医疗卡·····	(15)
急诊前注意点·····	(16)
急诊就医步骤·····	(16)
急诊种种情况·····	(18)
妇科就诊须知·····	(19)
心理门诊指南·····	(21)
忌病急乱投医·····	(23)
防止交叉感染·····	(24)
忌乱要求用药·····	(24)
取药时注意点·····	(26)
打针并非快愈·····	(27)
药物过敏试验·····	(29)

医技诊断科室	(30)
医技治疗科室	(33)
办理入院手续	(34)
留院治疗程序	(35)
康复医院就诊	(36)
老年健康检查	(37)
老年常见症状	(39)
发热	(39)
高热	(43)
低热	(45)
疲倦	(46)
虚弱	(47)
水肿	(48)
口腔出血	(51)
鼻出血	(52)
咯血	(53)
呕血	(54)
便血	(56)
血尿	(56)
阴道出血	(59)
尿频	(60)
便秘	(61)
咳嗽	(62)
呼吸困难	(64)
紫绀	(66)

心悸	(67)
头痛	(69)
胸痛	(72)
腰背痛	(75)
四肢痛	(78)
关节肿痛	(80)
腹痛	(81)
消瘦	(85)
肥胖	(87)
呕吐	(88)
厌食	(91)
吞咽困难	(93)
腹胀	(94)
腹泻	(96)
尿色异常	(97)
少尿无尿	(98)
头晕	(99)
晕厥.....	(101)
昏迷.....	(103)
心理障碍.....	(105)
精神神经异常.....	(106)
乳腺肿块.....	(107)
色素沉着.....	(108)
毛发稀少.....	(109)
脱发.....	(110)

老年常见疾病	(112)
呼吸道感染.....	(112)
高血压.....	(114)
冠心病.....	(116)
高脂血症.....	(123)
肥胖症.....	(125)
糖尿病.....	(127)
痛风.....	(130)
慢性胃炎.....	(132)
消化性溃疡.....	(133)
贫血.....	(135)
骨质疏松症.....	(138)
前列腺增生症.....	(140)
更年期综合征.....	(141)
脑血管疾病.....	(143)
帕金森病.....	(146)
老年人痴呆.....	(148)
白内障.....	(149)
青光眼.....	(151)
耳聋.....	(153)
癌肿.....	(154)
老年特殊检查	(163)
特殊检查前准备.....	(163)
超声检查.....	(165)
X 射线检查.....	(167)

CT 检查	(168)
ECT 检查	(170)
磁共振检查	(170)
胃镜检查	(172)
气管镜检查	(173)
导管检查	(176)
同位素检查	(178)
¹³¹ 碘检查	(179)
特殊穿刺检查	(180)
脑电图检查	(182)
学会看化验单	(183)
血液检查	(183)
骨髓检查	(187)
痰液检查	(188)
免疫试验	(190)
尿液检查	(190)
粪便检查	(194)
老年用药须知	(195)
用药要点	(195)
用药剂量	(199)
合理用药	(201)
用药相互作用	(210)
不能同时用的药	(212)
用药禁忌	(214)

老年就诊要点

看病前的准备

老年朋友,您的身体不适了,要到医院去看病。看病前,最好先作一些准备。

看病前,不要化妆,不然会掩盖本来面目,给医生诊断带来一定的困难,甚至会造成不必要的误诊。我们知道,人体内的一些疾病,常从面部及五官的颜色上表现出来。如脸部呈现白色,主要是虚、寒、失血、夺气、脱津等引起的。如贫血的病人,面色、嘴唇及指甲呈苍白色。黄色,主要是脾虚证、湿证、黄疸病等。赤色,主要是热证。又如慢性风湿性心脏病、二尖瓣狭窄的病人,两颧及口唇多呈紫红色。青色,主要是寒、痛、气滞血证及惊风证。黑色,主要是肾虚、水饮与寒证。一些内分泌疾病患者,眼圈灰暗。患有胃病及消化不良者,面部往往有褐斑。神经衰弱的病人,面色无华、头发稀疏枯槁等。千万注意,化妆品会掩盖了本来的肤色,对诊断贫血、黄疸、斑丘疹、血管痣等病症十分不利。

观察舌体、舌苔的变化是中医独特的诊断方法,不适

当的饮食,也会造成舌苔假象,故就诊前不要刮舌苔,喝浓茶及食用着色染苔的食物。

看病之前还要注意不要剧烈运动、长途步行、饱食或情绪过于激动,这些因素均使心跳脉搏快而有力,而掩盖其真实情况。

如去医院化验,化验大便前三天应吃素食,不要吃维生素 C。化验血,如生化检验肝功能、肾功能、心肌酶谱,均不能吃早饭,前一天不要喝酒,不要熬夜,近几天应停服其他药物。做尿的检查,一般留取早晨第一次尿。若怀疑自己体内出血,要带上有血的大小便或者痰等等。

就诊前不要喝酒或大量吸烟。由于中等量饮酒(尤其是烈性酒)或大量吸烟可引起心率(脉搏)显著加快,血压波动,以及出现其他异常改变,容易产生某些“假象”,给确诊造成一定困难,因此,要求患者在就诊前 4~6 小时内,不要饮酒或大量吸烟。

不要用药后立即就诊。有些药物可遮掩症状,因此,除非病情紧急需用抢救药之外,一般在就诊前不宜用药,特别是镇痛药、解热药、降压药、镇静安眠药等。

如果是复诊,看病前要带上以前的病历和检查结果等等。不少外地患者在转院看病时常常忘带当地医院做的化验单、X 光片等检查资料,这是很可惜的。因为一个好的医生往往可以从以往的检查资料中迅速发现诊断疾病的线索,初步断定疾病的发生、发展及愈后。而重新进行化验排查不仅费钱费时间,更不利于医生对疾病的连续观察与分析。所以在转院特别是到外地医院去求诊

时,带上病历资料是十分必要的。保存并携带病历资料到上级医院看病,也是“少花钱,治好病”的窍门之一。

觉得自己的病较重,最好让自己的亲友陪同前去。家属应该积极配合就诊,配合治疗和预防。应该了解用什么药,怎样用药,在日常生活中应注意些什么事项,以及什么时候需要复诊,这样可起到事半功倍的效果。但有相当数量的患者或家属却把主要精力集中于疾病是什么原因引起的,疾病是怎样发生的。在此可以坦率地说,除了感染和传染性疾病外,大多数疾病的病因及发病机理至今尚不十分明确。所以上述问题不一定需要问及。

选择就诊医院

在选择就诊医院时,应当全面考虑以下几个方面因素:

1. 医院的医疗水平和医疗质量。选择医院当然首先是治疗疾病,所以要看一个医院的医疗质量和技术水平,这是毫无疑问的,这其中包括医院的诊断水平、治疗水平,特别是疑难病、急重病的诊治水平,为此应当全面考察一下这个医院的医生工作态度是否严肃认真。医疗工作应安全可靠,谁也不愿意到那些经常发生医疗事故的医院去看病,整天提心吊胆。

2. 医院诊治疾病的医疗经费开支水平。看病就得花钱,尤其是在现代社会,随着医学的发展,诊断和治疗的开支是很惊人的,大家对此都有很深的感触。然而与

此形成尖锐矛盾的是，绝大多数人经济条件尚不富裕。医疗改革的总方针也只能是低水平、广覆盖，这就迫使我们在选择医院时不得不考虑到医疗经费问题。在相同条件下，我们当然要选择那些收费相对低一些的医院，包括单病种收费、检查费、药费。当然医院也会相应地作出很大努力，尽量减少医疗经费开支。然而还必须提醒大家，这就是选择医院时当然要考虑到收费问题，但这并不是第一位的。最根本、最重要的还是医疗质量和水平，因为金钱价值毕竟是有限的，而健康和生命则是无价的。有时表面上看是省了一点钱，短时间看是划算的，而实际上由于没有从根本上解决问题，结果造成一定的隐患，甚至后遗症，到头来得不偿失，甚至遗憾终身。

3. 医院设备条件。先进的医疗仪器设备固然可以从一个侧面反映出医院的医疗水平，然而并不能简单地将这两者等同起来。先进的设备能否充分、恰到好处地发挥作用，关键要看医技人员的医德水平和技术水平，更何况诊治许多常见病也不一定非要什么高、精、尖的医疗设备，所以千万不要过分迷信先进的医疗设备。

4. 医院工作效率。现代社会大家都深感时间的宝贵和效率的重要。有人说现在是“时间诚可贵，效率价更高”。所以医院一切工作也要讲究效率，在选择医院时您也要考虑到这些。此外，疾病的发生、发展是一个很复杂的过程，因而诊治疾病也不可能如人们想象的那么容易、快捷。

5. 服务态度。人生病了本来身体不舒服，心情也容

易急躁,再遇上一个服务态度生硬的大夫,当然就容易引出许多不愉快的事端来,所以大家要求医护人员改善服务态度是十分有道理的。医护人员始终要清楚地认识到自己所处的社会角色和地位,在任何情况下都应无条件地耐心、和蔼地对待病人,尽量满足他们的合理要求。但是最关键的还得看医疗技术水平。整天笑脸面对病人,瞧不好病也是没用。

6. 看病距离远近及交通状况。这在选择医院时也是要考虑到一个因素,医院离家太远,看病不方便,尤其是如遇一个急症,又发生在夜间,就更令人着急了。所以,尽量选择离家和工作单位近一些的医院。但这也不是绝对的,因为现在交通工具很方便,所以第一位的还是要看医院的医疗质量和技术水平。

7. 综合考虑不同层次医院搭配。因为医改内容之一就是每一个人可选择3家医院左右,这就给我们以更大的灵活选择的机会。可以根据上述原则综合考虑选择3家医院,在这个过程中可以选择1~2家中、小医院,平时小伤、小病可以到就近社区地段医院,既方便又省钱,但一定要选择一家大型的三级甲等综合医院,以便万一得了重病、急病、疑难病时可去就医。此外,患有慢性病的朋友选择医院时还可考虑一家相应的专科医院。

8. 相对固定。选择好医院后,在一定时间内相对固定,不要经常变换,这样有利于医患双方互相了解,不断调节和磨合。

尽快找到就诊室

当进入一个陌生的医院时,可能一时找不到看病的位置。在这种情况下,请不必着急,首先找到门诊部,才能进一步找到看病的诊室。

门诊部通常对着医院大门,有的小医院受条件所限,门诊部可能难找,不过大多数医院有平面示意图或指示牌,一进大门就可以见到,您应该学会看示意图。示意图上下左右所示的单位与医院实际展开位置相一致。

一进入门诊大厅得先根据自己不同的病情,挂上不同的号。挂号处均设在门诊部前厅,排队挂了号,然后再找就诊室。现在多数医院设有服务台或询问台,有些医院有佩戴绶带、袖套的导医人员,他们会回答您的问题,或领您去就诊室。

找到专科诊室之后,先把病历本和挂号牌交给诊室医生或护士,然后到室外耐心等待医生或护士叫号,这样,既省时又省力。

如果您患有急性重病或外伤,或是护送急重病人到医院,应该直奔急诊室进行急诊救治,不必先去排队挂号,以免耽误救治时机。

在节假日和夜间,医院门诊部通常不对外开诊,只好去急诊室看病。