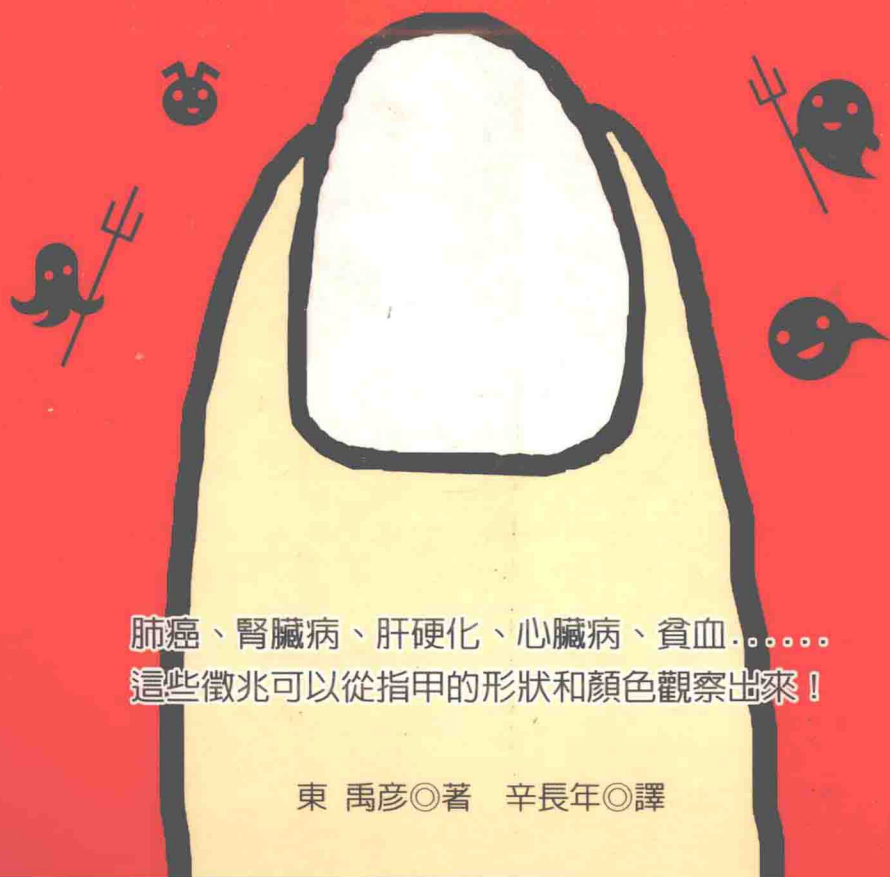


每天一次，替你自己的健康做診斷

指甲



疾病的警報器

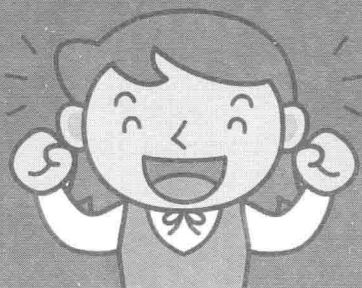


肺癌、腎臟病、肝硬化、心臟病、貧血.....
這些徵兆可以從指甲的形狀和顏色觀察出來！

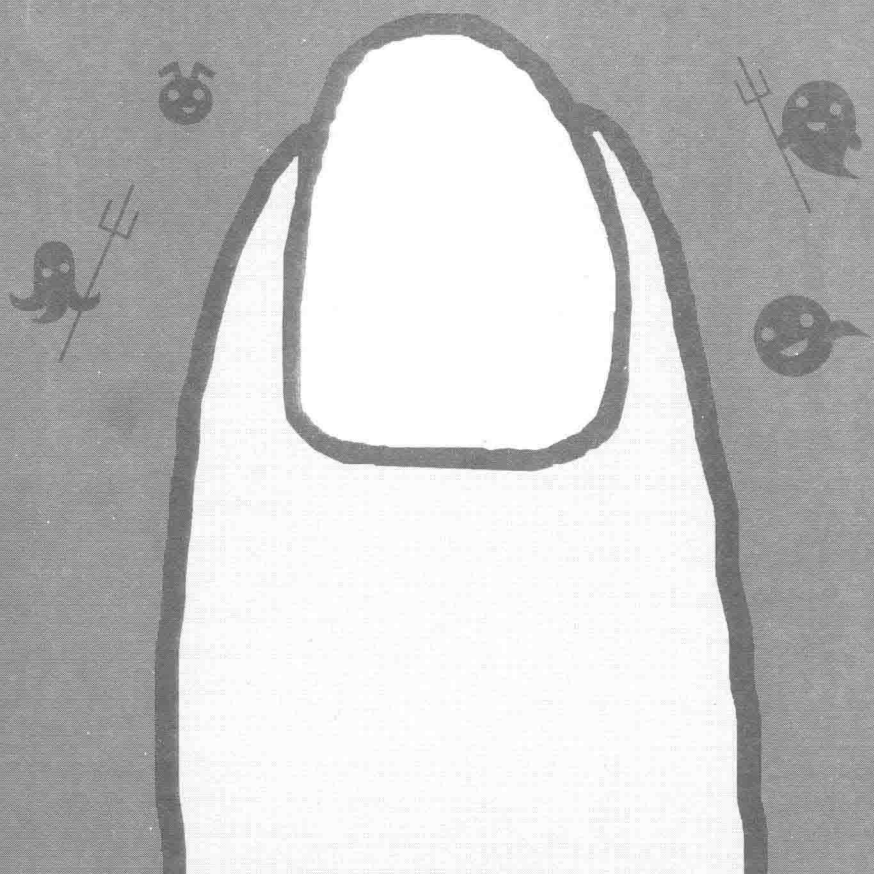
東 禹彥◎著 辛長年◎譯

每天一次，替你自己的健康做診斷

指甲



疾病的警報器



指甲疾病的警報器/ 東禹彥作；辛長年譯
-- 初版 -- 臺北縣中和市：暖流，2006[民 95]
面：公分.-- (TOP 健康；36)
ISBN：957-706-376-4 (平裝)
1. 診斷學 2. 指甲
415.211 95010348

指甲疾病的警報器

TOP 健康 36

著者 東禹彥
譯者 辛長年
出版者 暖流出版社

台北縣 235 中和市建康路 130 號 4 樓之 2
電話：(02) 2226-3070 傳真：(02) 2225-0913

網路書店 www.101books.com.tw
郵政劃撥 戶名：漢湘文化事業股份有限公司
帳號：1697754-9

執行編輯 蔡承恩
美術編輯 黃威諭
初版一刷 2006 年 7 月
定價 價格以封面為準
版權編碼 J01
製作編碼 P40136

◆中國大陸版權總代理
成都漢湘文化廣告傳媒有限公司
版權專業網：www.book4u.com.cn
版權專線 (028) 6662-5800

◆台灣總經銷
朝日文化事業有限公司
北縣中和市橋安街 15 巷 1 號 7 樓
電話：(02) 2249-7714
傳真：(02) 2249-8715


選擇，重於一切
www.101books.com.tw
漢湘網路書店·超值禮品天天送

* 版權所有·翻印必究 *
如有缺頁、破損、裝訂錯誤者
請寄回本公司更換



前言

前言

你的疾病警報器是什麼？

如果你這樣詢問別人，大部份人就會馬上變得臉色難看，並且會如此回答，「當老毛病又犯時，就會知道身體的發病信號了。」當然，這種只有自己清楚且能察覺到身體異常狀況的標準是非常必要的。

但是，這個診斷健康的「標準」因人而異，只是一個大致的東西。有人認為，「這種病，還是去醫院檢查一下為好。」還有人會說，「不不，對我來說，這種小病算不了什麼，根本沒有必要去醫院。」我認為，如果對於自己的健康「標準」過於相信，可能會延誤本來可以治癒的疾病，而導致嚴重的後果。

那麼，對所有人來說，一個通用的令人信賴的健康標準是否存在呢？而且，這樣一個標準在任何時候都可以用來診斷自己的疾病嗎？

回答是肯定的，這個標準就是我們人人身體上都有的二十個指甲。

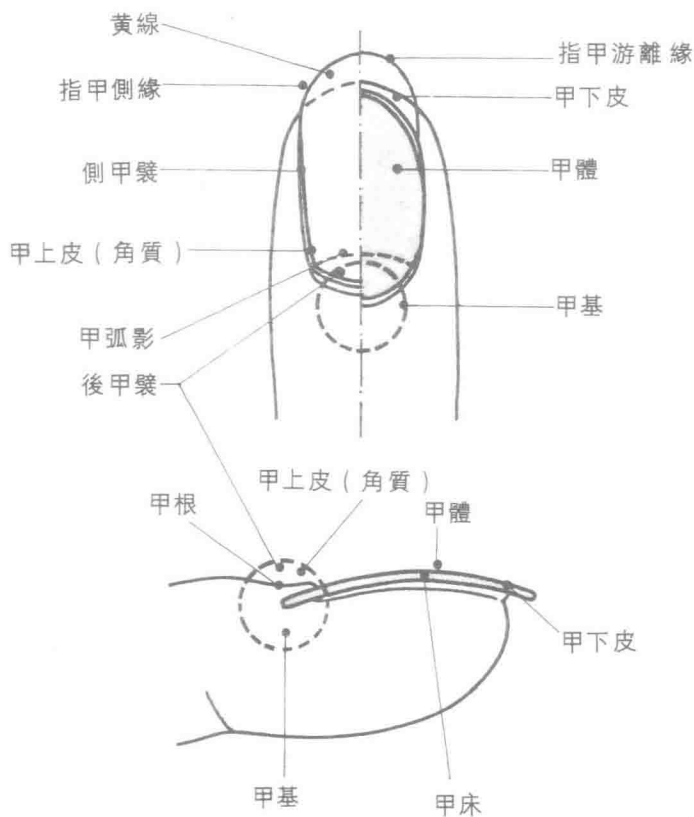


身為皮膚科醫生，我很早以前就已開始致力於這些指甲的研究，屈指算來，也有三十五年之久了。當時，就連商門的醫學書中都沒有關於指甲的詳細介紹，何況根據指甲的變化可預測以肺癌為主的疾病這一新觀點，就更是無人可以想像的了。特別是關於肺癌這一點，由於其在指甲上特徵性的出現比自覺症狀的出現還早，因此就有利於我們及早察覺疾病，這樣的例子不勝枚舉。對此本書會向大家做詳盡的介紹。當初染此病時，在指甲上，呈現出預兆的機率高達六〇%。因此，對於指甲，與其說是一個大致的「標準」，還不如稱其為預知疾病的「警報器」，這種說法並不為過。

但是，令人遺憾的是，關於這種如此高效的健康晴雨計——指甲的書，至今尚無問世。對我來說，作為一名醫生，有義務也有責任來完成這件事。其中的「指甲可幫助我們及早察覺疾病」這一觀點對大家來說是一種新發現。而且，本書中還針對那些本身患有疾病而造成生活上諸多困擾的指甲，提出了各種治療方法，可謂是全方位性的內容。

指甲的結構

指甲不僅僅是透明的部分





前言

第1章 指甲的各種傳說

▼指甲上出現豎條紋是老化的信號嗎？

- ◇ 小指甲大觀點 14
- ◇ 為何指甲是硬的？ 16
- ◇ 月牙為何是乳白色的？ 19
- ◇ 指甲上的月牙越大越健康嗎？ 21
- ◇ 指甲上出現直條紋表示有病嗎？ 23
- ◇ 白「☆」是好運的預兆嗎？ 26
- ◇ 指甲形成橫溝的原因 29



第2章

看「甲」知疾病

▼只要不耽誤，癌症也能及時發現

- ◇用指尖工作的人不必剪指甲 31
- ◇哪一個指甲長得最快？ 33
- ◇人死後指甲還會再長嗎？ 36
- ◇人體中只有指甲是「面向前方」的 38
- ◇二十個優秀的疾病警報器 42
- ◇為何不是在頭髮，而是在指甲上呈玩？ 43
- ◇注意指甲的變化情形 45
- ◇「先天性變化」與「後天性變化」 47
- ◇全身的健康信號都可在指甲上呈現 49



1 ↓ 由指甲的形狀變化知疾病 51

✂ 鼓槌指 ↓ 【肺病】 【心血管疾病】 52

◇ 原發性肺癌患者六〇%有鼓槌指 52

◇ 出現原因——指尖血流量增加 56

◇ 「鼓槌指」與肺部疾病 58

◇ 遺傳性的鼓槌指 60

✂ 勺形甲 ↓ 【缺鐵性貧血】 【甲狀腺功能亢進症】 62

◇ 貧血治癒，指甲會復原 62

◇ 為何女性多有「勺形甲」 64

◇ 體內無病時也會出現勺形甲 66

◇ 指甲承受過大的外力時 68

◇ 指尖處由指甲單獨承受外力 70

◇ 若非貧血則可能是出現甲狀腺疾病 72



- ✕ 兩片甲↓【低血紅素性貧血】 74
 - ◇ 兩片甲的主要原因也是貧血 74
 - ◇ 嚴重缺乏蛋白質也會促使指甲變壞 76
- 2 ↓ 讚指甲的顏色變化知疾病 77
- ✕ 發白甲↓【肝硬化】 78
 - ◇ 指甲發白可能是患有肝硬化 78
- ✕ 半色甲、褐色弓狀線甲↓【腎臟病】 82
 - ◇ 腎臟病患者指甲一般是紅褐兩色搭配 82
 - ◇ 橫向白線是重病的證據 84
 - ◇ 患糖尿病時，僅腳趾甲變為暗紅色 85
 - ◇ 為何住院患者的指甲變為藍色或粉紅色？ 86
 - ◇ 為何僅有指甲不會曬黑 87



第3章 擁有健康漂亮的指甲

▼可隨時察覺全身的疾病

【1】指甲變壞時要剪去甲邊

——指甲又痛又難看，是由日常不良習慣造成的

104

3↓指甲周邊（甲襞）的變化 98

- ◇初次因指甲異常而發現的子宮瘤 99
- ◇唯有在初期診斷困難時才能發揮作用 101
- ◇比皮膚更早發生異變 90
- ◇出現褐色甲時應檢查一下常用藥 92
- ◇指甲變黑時要儘快治療 93
- ◇容易受傷的指甲 95
- ◇變厚、發黃——雙重變化 98



- 【陷入甲】並不僅僅由於穿鞋過緊 105
- ◇意外原因——指甲剪得過短 108
 - ◇過頭的治疗方法 110
 - ◇最新療法——用X光薄膜人工製甲 111
 - ◇陷入甲治好，一不適也不藥而癒 113
- 【彎鉤甲】由於劇痛而不能走路、穿鞋 114
- ◇腳趾甲過短不利於腳趾皮膚及骨的生長 117
 - ◇人工甲有益於手術後的調養 119
- 【捲甲】外反拇趾的預備軍也會長成捲甲 120
- 【咬甲癖】連腳趾甲都咬的小孩 123
- ◇安上「堅硬難吃」的人工甲治療 125
- 【指甲下出血（甲體下血腫）】登山者需特別注意 126
- 【指甲的外傷】指甲即使被菜刀切了也無所謂 127



【凹凸甲（洗衣板狀指甲）】指甲癬造成的 128

【指甲縱裂症】角質異常直接影響指尖處 129

【2】對指甲的變化與疾病的了解

——吃成藥及職業都會引起指甲變色 131

【指甲自身的疾病】指甲也會長癬 133

◇不徹底治療則腳氣難除 134

◇指甲顏色變深濁是老化現象嗎？ 136

◇腳癬的內服液會使肝臟變壞嗎？ 138

◇常接觸水者的指甲容易粘有真菌 140

◇照顧臥床的母親而受感染 143

◇對策！工作完畢馬上把手擦乾 144

◇體內之禍端——真菌可使指甲剝落 146

◇不使用指甲與「翼狀甲」 148



-
- ◇癩疽的天敵——傷口 149
- ◇如何祛除使指甲變綠的菌 150
- ◇指甲的凹凸變化 152
- 【先天的指甲變化】**即使是先天的也不可大意 153
- ◇指甲的遺傳並非好事 154
- ◇走路易跌倒的孩子尤應注意腿與指甲的關係 156
- ◇並非疾病的「球拍甲」 157
- ◇胎兒與指甲的關係 158
- 【藥物與指甲的關係】**妊娠期間要禁酒 161
- ◇胃藥與指甲變色的關係 162
- ◇服藥與指甲的關係 164
- 【皮膚病與指甲的關係】**指甲與皮膚是相連的 167



第4章

指甲與人的密切關係

▼非凡的作用、美感的展現

【1】人體為何要有指甲

—存在的理由及受人喜愛的原因

186

◇皮膚病的罪魁禍首——毛髮 168

◇患平常性乾癬時，指甲的三種變化 170

◇並非指甲發病的症狀 171

【腫瘤引起的指甲變化】骨質的破壞者——濕疣 172

【職業與指甲的關係】三〇%美髮師的指甲毀於職業 181

◇找出指甲的致病源 182

◇手套的副作用 183



◇形形色色的指甲病患者 188

◇假如沒有指甲 189

【2】如何成為「指甲美人」

——指甲油的選用標準：有益於指甲健康 191

◇如何擁有理想健康的指甲？ 194

◇如何修剪指甲 196

◇為何會形成「逆甲」？ 200

◇如何塗指甲油 201

◇指甲化妝品的常識 203

◇為何會現成病指甲的惡性循環 205

○給追求指甲美的你的忠告 206

實例一、指甲表面凹凸不平 206

實例二、指甲尖易折裂 207



○ 如何使用第二指甲	210
實例四、指甲變黃	208
實例三、指甲脫落	207