

家庭常见病防治

陶庆军 主编



中国人口出版社



社会主义新家庭文化屋丛书 · 科普健康保健系列



宁波市人口和计划生育委员会 编



中国人口出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭常见病防治/陶庆军主编. —北京: 中国人口出版社, 2009. 7

(社会主义新家庭文化屋丛书·科普健康保健系列)

ISBN 978 - 7 - 5101 - 0030 - 7

I. 家… II. 陶… III. 常见病—防治 (卫生) —问答
IV. R4 - 44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 127777 号

家庭常见病防治

陶庆军 主编

出版发行	中国人口出版社
印 刷	北京卓诚恒信彩色印刷有限公司和谐分公司
开 本	787 × 1092 1/32
印 张	2. 25
字 数	30 千字
版 次	2009 年 8 月第 1 版
印 次	2009 年 8 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978 - 7 - 5101 - 0030 - 7
定 价	45. 00 元 (共 5 册)

社 长	陶庆军
网 址	www. rkcb. net
电子信箱	rkcb@ 126. com
电 话	(010) 83519390
传 真	(010) 83519401
地 址	北京市宣武区广安门南街 80 号中加大厦
邮 编	100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

编 委 会

主 编 陶庆军

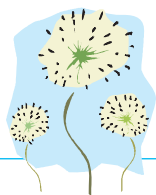
副 主 编 邱 立 韩智明

编 委 王亚利 赵仲龙

孙国梅 朱双龙

美术编辑 秦晓晨

版式设计 秦晓晨

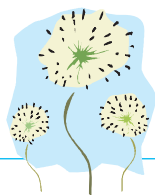


目录 CONTENTS

家庭常见病防治

JIA TING CHANG JIAN BING FANG ZHI

1. 家庭常见病的预防	1
2. 痢疾	2
症状	3
治疗	4
预防	5
3. 肝炎	6
甲型肝炎	7
传播途径	7
症状	8
治疗	9
预防	10
乙型肝炎	11
传播途径	11
症状	11
治疗	12
预防	13
4. 狂犬病	15
症状	16

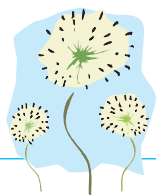


目录 CONTENTS

家庭常见病防治

JIATINGCHANGJIANBINGFANGZHI

传染方式	17
治疗	18
预防	19
5. 呼吸道感染性疾病	20
感冒	20
症状	21
应对措施	22
哮喘	23
症状	24
原因	25
治疗	26
肺结核	27
症状	28
治疗	28
预防	30
6. 心脑血管疾病	31
心脑血管疾病正在年轻化	32
心脑血管疾病要早防早治	33
治疗	35

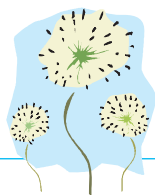


目录 CONTENTS

家庭常见病防治

JIA TING CHANG JIAN BING FANG ZHI

预防	35
冠心病	36
病因	37
治疗	38
应对措施	39
7. 糖尿病	40
病因	41
症状	41
如何防治糖尿病	42
饮食疗法	42
运动疗法	42
药物治疗	43
糖尿病监测	43
8. 骨质疏松	44
为什么会发生骨质疏松	45
症状	45
分类	46
原因	46



目录 CONTENTS

家庭常见病防治

JIA TING CHANG JIAN BING FANG ZHI

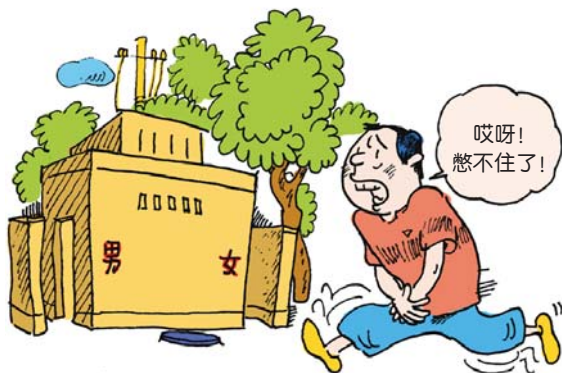
防治	47
9. 癌症	48
认识癌症	48
良性肿瘤和恶性肿瘤	49
致癌因素	50
改正不良的饮食习惯	53
饮用水要卫生	54
居室环境与健康	55
避免职业危害	56
应保持良好开朗的心情	57
吸烟既害自己，又害别人	58
10. 倡导科学、文明、健康的生活方式	59
生活方式	60
有关专家总结了健康的四大基石	61
结 语	64



1. 家庭常见病的预防

构建和谐社会、建设社会主义新家庭，广大朋友需要掌握预防疾病、控制疾病的卫生科普知识。健康是人们的共同追求，但要实现健康仅靠医疗是不够的，还需要每个家庭和个人提高自我保健意识和能力，做到早期预防、及时发现和治疗疾病。





2. 痢疾

痢疾是夏秋季节最常见，而且是发病最多的一种肠道传染病。痢疾最主要的症状就是腹泻，俗称“跑肚”或“拉稀”。最多见的是由痢疾杆菌引起的细菌性痢疾，还有一种叫“阿米巴”痢疾。



症状：

痢疾发病特别急，发高烧、怕冷、全身酸痛、疲乏无力，同时拉稀、大便次数明显增加，开始是稀便或水样便，后来是黏液便或脓血便，还有拉不完又拉不出的感觉又称里急后重感。





治疗:

发现痢疾患者要早报告，及时隔离，彻底治疗。患者的排泄物、呕吐物及被污染的食物、用具，都要严格消毒，杜绝经“粪——口”途径把痢疾传染给健康人。



预防：

预防肠道传染病，主要是把好“病从口入”关，加强饮食、水源、食品的卫生管理和灭蝇工作。

注意个人卫生，饭前便后要洗手，生吃瓜果蔬菜要洗烫，不喝生水，不吃腐烂变质的食物，对垃圾粪便进行无害化处理。





3. 肝炎

肝炎可由多种病因引起，特别是病毒性肝炎最为常见。肝炎是我国流行最为广泛的一类疾病之一。

病毒性肝炎有许多类型，主要分为五型：即甲、乙、丙、丁、戊型；分别由甲、乙、丙、丁、戊型肝炎病毒引起。

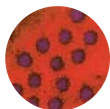
五种肝炎病毒，按传播途径主要分为两大类，一类主要经胃肠道途径传播，如甲型和戊型；另一类经血液传播，如乙型、丙型和丁型，乙型肝炎也可以通过性行为传播。



甲型肝炎

传播途径:

甲型肝炎是由甲型肝炎病毒引起的急性消化系统传染病，甲肝患者的大便污染了干净的食物或水，当健康人吃下或喝下被污染的水、食物后即可能被传染。



甲肝病毒





症状:

病毒进入人体大约半个月时间，患者会出现发高烧、不想吃东西、拉肚子等症状，有些严重的患者，会有皮肤发黄，右上腹肝肿大等情况。



治疗:

患者应该隔离治疗，在医生的指导下用药，保证充分的营养和休息，不喝酒、避免劳累，顺利度过急性期。

