

有病早治，无病早防。

有健康便有希望，有希望便有一切。

假如只有一次选择，请选择健康，健康值千金。

# 人体100个 异常信号

郑鲁南 张得崇 主编

RENTIYI BAIGEYI CHANGXINHAO

浙江人民出版社

R4/2

2008

# 人体100个 异常信号

郑鲁南 张得崇 主编



浙江人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

人体 100 个异常信号/郑鲁南, 张得崇主编. —杭州: 浙江人民出版社, 2008.1

ISBN 978-7-213-03268-4

I. 人… II. ①郑…②张… III. 常见病—防治  
IV.R4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 030892 号



人体 100 个异常信号

郑鲁南 张得崇 主编

浙江人民出版社

杭州体育场路 347 号

市场部电话: (0571)85061682 85176516

李 宁

戴文英

王 坚

杭州天一图文制作有限公司

浙江印刷集团有限公司

710×1000 毫米 1/16

17

33 万

2

1-6000

2008 年 1 月第 1 版·第 1 次印刷

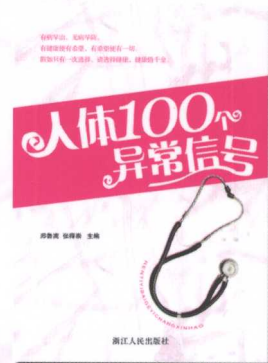
ISBN 978-7-213-03268-4

29.00 元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与市场部联系调换。

三分药，七分养。无债幸福，无病富裕。

储蓄健康，从今天开始。管理健康，从现在开始。



保健知识是最好的保健品。

大病要养,小病要抗,无病要防。  
健康和智慧是人生的两大财富。

# 人体 100 个异常信号

## 编委会名单

主 编：郑鲁南 张得崇

副 主 编：刘海伦 邹 练

编 委：徐 青 彭雪征 刘锦明 刘燕军

刘卫星 罗 颖 翁庐英 郑鲁春

姚桂莲 黄丽飞 曾宁生 张晓秋

## 目 录

1. 发热的异常信号 / 1
2. 头痛的异常信号 / 4
3. 眩晕的异常信号 / 6
4. 失眠的异常信号 / 8
5. 消瘦的异常信号 / 10
6. 肥胖的异常信号 / 12
7. 水肿的异常信号 / 15
8. 脱水的异常信号 / 17
9. 盗汗的异常信号 / 20
10. 维生素与矿物质缺乏的异常信号 / 22
11. 脑出血的异常信号 / 25
12. 抑郁的异常信号 / 28
13. 痴呆的异常信号 / 31
14. 血压升高的异常信号 / 33
15. 低血压的异常信号 / 36
16. 休克的异常信号 / 38
17. 视物模糊的异常信号 / 41
18. 眼球突出的异常信号 / 44
19. 眼睛发红的异常信号 / 46
20. 眼球震颤的异常信号 / 49
21. 泪液过多的异常信号 / 51
22. 眼睛干涩的异常信号 / 53
23. 耳鸣的异常信号 / 55
24. 耳痛的异常信号 / 58
25. 耳聋的异常信号 / 60





26. 鼻子不通气的异常信号 / 62

27. 鼻出血的异常信号 / 65

28. 喉咙发痒的异常信号 / 67

29. 声音嘶哑的异常信号 / 69

30. 牙龈肿痛的异常信号 / 71

31. 牙龈出血的异常信号 / 73

32. 舌痛的异常信号 / 76

33. 口腔白斑的异常信号 / 78

34. 口腔溃疡的异常信号 / 81

35. 口臭的异常信号 / 84

36. 口干的异常信号 / 87

37. 胸痛的异常信号 / 90

38. 心慌的异常信号 / 93

39. 咳嗽的异常信号 / 95

40. 咳痰的异常信号 / 99

41. 咯血的异常信号 / 102

42. 哮喘的异常信号 / 106

43. 呼吸困难的异常信号 / 109

44. 吞咽困难的异常信号 / 111

45. 食欲不振的异常信号 / 113

46. 恶心与呕吐的异常信号 / 116

47. 腹泻的异常信号 / 119

48. 胃肠胀气的异常信号 / 122

49. 便血的异常信号 / 125

50. 便秘的异常信号 / 128

51. 粪便形状改变的异常信号 / 130
52. 腹水的异常信号 / 133
53. 肝肿大的异常信号 / 135
54. 脾肿大的异常信号 / 137
55. 皮肤发黄(黄疸)的异常信号 / 139
56. 胆囊结石的异常信号 / 142
57. 上腹部疼痛的异常信号 / 145
58. 中下腹疼痛的异常信号 / 149
59. 尿结石的异常信号 / 152
60. 排尿困难的异常信号 / 155
61. 尿液混浊的异常信号 / 157
62. 尿失禁的异常信号 / 159
63. 血尿的异常信号 / 162
64. 尿量异常的异常信号 / 165
65. 阴囊增大的异常信号 / 168
66. 阳痿的异常信号 / 170
67. 乳房包块的异常信号 / 173
68. 不孕的异常信号 / 176
69. 阴道不规则出血的异常信号 / 179
70. 痛经的异常信号 / 182
71. 闭经的异常信号 / 185
72. 盆腔包块的异常信号 / 187
73. 白带的异常信号 / 189
74. 外阴瘙痒的异常信号 / 192
75. 性交疼痛的异常信号 / 194





- 76. 更年期综合症的异常信号 / 196
- 77. 颈肩痛的异常信号 / 200
- 78. 手脚麻木的异常信号 / 203
- 79. 腰痛的异常信号 / 205
- 80. 腿脚抽筋的异常信号 / 208
- 81. 骨关节疼痛的异常信号 / 211
- 82. 肌肉萎缩的异常信号 / 215
- 83. 骨质疏松的异常信号 / 217
- 84. 皮肤色素异常的异常信号 / 220
- 85. 指甲变化的异常信号 / 223
- 86. 皮肤黏膜溃疡的异常信号 / 226
- 87. 脱发的异常信号 / 228
- 88. 皮肤瘙痒的异常信号 / 230
- 89. 药物疹的异常信号 / 234
- 90. 过敏的异常信号 / 237
- 91. 皮肤硬化的异常信号 / 239
- 92. 淋巴结肿大的异常信号 / 241
- 93. 白细胞异常的异常信号 / 243
- 94. 红细胞异常的异常信号 / 246
- 95. 婴儿哭闹的异常信号 / 248
- 96. 多动的异常信号 / 250
- 97. 不自主运动的异常信号 / 253
- 98. 汞中毒的异常信号 / 255
- 99. 铅中毒的异常信号 / 258
- 100. 铝中毒的异常信号 / 261

后记 / 263

RENTIYICHANGXINHAO



当腋下体温超过 $37^{\circ}\text{C}$ 或口腔温度超过 $37.3^{\circ}\text{C}$ 或直肠温度超过 $37.6^{\circ}\text{C}$ ，昼夜间波动超过 $1^{\circ}\text{C}$ 时，即为发热。

## 1. 发热的异常信号



### 异常信号提示

1. 流行性感冒。流行性感冒是由流感病毒引起、经飞沫传播的急性呼吸道传染病，起病急骤，有畏寒、高热、头痛乏力、全身肌肉酸痛和轻度呼吸道症状。

2. 肺部感染。以细菌性肺炎最为常见。发热时伴有咳嗽、咳痰多，部分有胸痛， $1/3$ 的患者病前有感冒病史。病毒性肺炎与支原体肺炎症状相似，起病缓慢，有头痛、乏力、发热、咳嗽、咳少量黏痰。近年来，肺结核发病率有上升趋势，发热常为午后低热，伴食欲减退、乏力、盗汗。

3. 消化道感染。发热伴恶心、呕吐、腹痛、腹泻者多为急性胃肠道炎症。若发热、黄疸伴右上腹痛者，应注意肝炎或胆管感染。细菌性痢疾是常见的急性肠道传染病，以发热、腹泻、腹痛、里急后重、黏液脓血便为主要表现。

4. 泌尿系统感染。患者除发热外，多伴有腰部钝痛或酸痛，常有尿频、尿急、尿痛等膀胱刺激症状。

5. 风湿性疾病。多数病人发病前1—5周有咽炎或扁桃体炎等病史，除发热外，患者有关节游走性红肿热痛、皮下小结、环形红斑等。

6. 神经系统疾病。发热伴有头痛、意识障碍和抽搐、双下肢瘫痪、大小便失禁者，应考虑中枢神经系统感染。

7. 造血系统疾病。约半数以上患者以发热起病，体温高于 $38.5^{\circ}\text{C}$ 时常常是由感染引起，伴有出血、贫血、淋巴结和肝、脾肿大。

8. 传染性疾病。有明显的季节性、地区性和传染性。麻疹患者以皮肤出现红色斑丘疹和黏膜上有麻疹黏膜斑为其特征。流行性脑膜炎除发热外还有明显的神经、精神症状和皮肤黏膜的淤点、淤斑。

9. 肿瘤。原因不明的发热、贫血、体重减轻。



### 医生忠告

引起发热的原因有很多，一般分为感染性发热和非感染性发热两类。感染性发



热是由多种急、慢性疾病,如肺炎、伤寒、麻疹、感冒等引起的。非感染性发热包括过敏性疾病、血液病、心肌梗死、恶性肿瘤等。药物引起的发热多在用药后7—10天发生,常伴有荨麻疹或其他皮疹,一般在停药后48小时内退热。

对长期原因不明的发热患者,要注意寻找体内隐蔽的化脓性病灶,如肝、胆、膈下、盆腔、鼻窦等。另外,部分原因不明的发热常常会造成诊断上的困难,需多方面反复检查。在临床上,对长期或反复低热的患者要进行多次的化验检查,重复化验不仅是为了避免出现漏诊和误诊,更为重要的是,由于疾病发展的阶段不同,临床表现和化验结果也会逐渐发生变化,例如检测血清抗体的产生、变化等。如果医生在经过仔细检查仍不能明确诊断,而且患者病情发展迅速,可以在有经验的医生指导下慎重地选择试验性治疗。试验性治疗应该选择代表性药物,所用药物的剂量要足,疗程要够,便于对疗效的判定。需要指出的是,试验性治疗有可能影响疑似疾病的疾病过程和表现。



### 保健专家忠告

发热时,病人自感全身不适,四肢关节酸痛、畏寒、乏力等,有些儿童低热可发展为高热,引起惊厥,需要及早使用解热药物。年老体弱的患者在发生严重的感染时,也可出现神智变化,但体温未必很高,部分老年患者早期仅表现为食欲减退。因此,儿童和老人出现低热时宜及早检查、及早治疗。

发热期间,人体的消化功能减弱,要避免油腻食物,多食用水果、清淡饭菜,尤其要多饮水,防止因发热导致的脱水。对高热患者适当用冰袋和凉毛巾冷敷,以帮助降低体温。在诊断未明确之前,不能随便使用退热药。



### 发热病人如何挂号就诊

1. 发热伴有流涕、打喷嚏、咳嗽、咽痛,挂呼吸科。
2. 发热伴有恶心、呕吐、腹泻,挂消化科。
3. 发热伴有头痛、意识改变和抽搐,挂神经科。
4. 发热伴有尿频、尿急、尿痛,挂泌尿科。
5. 发热伴有游走性关节肿痛、心肌炎、皮下小结、环形红斑,挂风湿免疫科。
6. 发热伴有皮肤黏膜疹时,到传染病院就诊。
7. 发热伴有出血、贫血、淋巴结和肝脾肿大,挂血液科。
8. 发热伴有不明原因乏力、消瘦、咯血、出血、出现肿物,挂肿瘤科。

9. 发热前2—3周有皮肤外伤及结节或皮肤红肿热痛,提示有皮肤感染,挂皮肤科。

10. 甲状腺功能亢进引起的低热常伴心悸、出汗、手抖、食欲亢进和消瘦,挂内分泌科。



## 哪些疾病容易引起老年人发热

1. 老年肺炎。肺炎是导致老年人死亡的最常见感染。老年人机体老化,全身和呼吸道局部的防御和免疫功能降低,基础体温较低,对感染的反应能力较差,往往无发热或低热,当出现呼吸急促或呼吸困难时,应该引起重视。

2. 尿路感染。在老年男性中最常见,这是因为老年男性大多患有前列腺增生,出现尿频常不以为然,往往漏诊或误诊。

3. 肿瘤。老年人的恶性肿瘤发病率明显高于年轻人,因此当老年人出现原因不明的长期低热时,要提高警惕。

闫春连 解放军第二炮兵总医院呼吸内科副主任医师

马建新 解放军第二炮兵总医院呼吸内科副主任医师



医学小常识

YIXUEXIAOCHANGSHI

## 哪些人需要做胃镜检查?

1. 反酸、嗝气、上腹疼痛、原因不明的食欲减退和体重减轻、呕血、吞咽不利或进食有阻塞感、上腹部包块等。

2. 原已做过胃镜,诊断为萎缩性胃炎、食管癌、胃溃疡,或胃癌手术后治疗了一段时间,需要复查,观察治疗效果。

3. 发现胃或十二指肠息肉,异物吞进食管或胃内等,都可在胃镜下治疗,这样既可免受手术之苦,又能节省医疗费用。





## 2. 头痛的异常信号

头痛是生活中最常见的症状。头痛的部位、性质不同,病因的分类也不同。



### 异常信号提示

1. 偏头痛。多为一侧也可双侧交替发作,部分病人呈持续性搏动性头痛,常伴有恶心、呕吐、面色潮红或苍白、出汗、睑结膜充血。
2. 紧张性头痛。程度分为轻度、中度,每日可发作数次。发作前多伴有明显的诱发因素,如紧张、焦虑、忧郁等。
3. 脑血管意外性头痛。头部呈炸裂样痛,多伴有烦躁不安、恶心呕吐、颈部强直、抽搐和精神症状,有不同程度的意识障碍。
4. 头痛性癫痫。多见于青少年及儿童,发病突然,反复发作,持续时间短,发作时可有精神异常和意识障碍的表现,头痛发作间歇期患者完全正常。
5. 颈性头痛。多见于中、老年人,头痛部位多在枕或枕下部,也可向头顶、额颞部、眼部放射,部分病人可有眩晕、耳鸣、眼痛、咽痛、面红、手麻、心前区不适等表现。
6. 脑膜炎症性头痛。头痛特点为全头部弥漫性持续跳动性头痛,多伴有恶心呕吐、颈项强直、意识障碍、癫痫样发作、发热。
7. 五官科相关疾病引起的头痛。青光眼性头痛,多有眼痛,在低头、俯卧位或压迫患者侧眼球时头痛加重,伴有眼部充血、视力减退,部分病人有恶心呕吐,眼压增高。鼻源性头痛,在头痛同时有鼻塞、流涕,以前额及面颊部疼痛为主,如急性额窦炎,晨起头痛较重,午后减轻。上颌窦炎为晨起头痛较轻,午后较重。耳源性头痛,多有患耳剧烈疼痛,呈搏动性跳痛,继之出现头痛,并向患耳同侧的颞、顶、枕部放射,引起半侧头痛。
8. 感染发热性头痛。常伴有发热、头晕等症状,一旦感染发热得到控制,头痛即消失。
9. 高血压性头痛。血压升高时,颅内血管舒缩功能障碍引起头痛。可以是偏头痛,也可呈双侧前额及后枕部搏动样跳动、钝痛,呈血管样头痛的表现。



### 医生忠告

头痛是临床上最常见的一种疾病,它可以是一种独立的疾病反映,也可以是诸

多疾病的一个症状表现。引起头痛的原因很多,其症状可以表现为整个头部疼痛或面部头痛。局部头痛又可以表现为额部、头侧部或头后部头痛。头痛有时候是某些疾病的先兆,如高血压等。动脉硬化患者若突然发生剧烈头痛,提示脑血管意外的可能。偏头痛、紧张性头痛发作是颅内外血管收缩、扩张的结果,与焦虑、精神刺激、疲劳、季节、月经周期、噪音等因素有关,也与相关的疾病有关。感冒、发热也会引起头痛,因此,头痛患者在病因未明确之前,不要随意使用止痛药,如果头痛进行性加重,伴有恶心、呕吐、颈部发硬等症状,应尽早去医院就诊。



### 保健专家忠告

1. 头痛时要注意头痛的性质、部位,是否有相关并发症。
2. 老年人出现头痛要注意观察血压情况。
3. 有颈椎病、高血脂的病人,要避免突然的体位变动,在日常生活中采用低盐、低脂饮食。
4. 倘若突然出现剧烈头痛,一定要尽早到医院就诊、检查,以免延误病情。
5. 不要同时服用两种以上的解热镇痛药,以免用量过大,产生不良反应。



### 头痛病人如何挂号就诊

1. 头痛伴有头晕、发热、咳嗽、流鼻涕等症状,到内科就诊。
2. 头痛伴有头晕、颈椎病、脑血管病变(脑梗死、短暂脑缺血)、脑膜炎症(发热、脑膜刺激症状)的病人,到神经内科就诊。
3. 颅内肿瘤引起的头痛,到神经外科就诊。
4. 头痛伴有眼痛、眼睛充血、视力减退,到眼科就诊。
5. 头痛伴有耳内疼痛、鼻塞、流涕等症状,到耳鼻喉科就诊。

### 维生素B<sub>1</sub>能缓解头痛

维生素B<sub>1</sub>可以对神经传导有调理作用,当人体缺乏维生素B<sub>1</sub>时,会出现头痛,口服维生素B<sub>1</sub>可以适当缓解头痛的症状。

耿岷萍 解放军100医院神经内科主任、副主任医师





### 3. 眩晕的异常信号

自觉肢体在空间发生振动，或感觉周围物体绕自己在转动，常伴有平衡功能障碍，是为眩晕。



#### 异常信号提示

1. 梅尼埃病(美尼尔综合征)。眩晕时伴有耳鸣、眼球震颤、听力下降。病人感觉自身在转动,有些人还伴有恶心、呕吐等症状。
2. 颈椎病。头部或颈部活动时突然感到头晕、肢体僵硬,头颈部活动受限。
3. 脑卒中。眩晕时伴有上肢或下肢无力,麻木感,视力模糊或说话困难。
4. 高血压。高血压引起的眩晕与血压的变化有关。有些高血压患者由于血压的升高,出现头痛或眩晕。
5. 脑肿瘤。眩晕时伴有头痛、乏力,协调或平衡障碍,失去平衡感。
6. 贫血或营养不良。眩晕症状相对较轻,病人有头晕眼花、乏力、疲惫的感觉。
7. 内耳病变。除眩晕外,还伴有耳鸣和听力减退,多为单侧性。
8. 自主神经功能紊乱。常在精神紧张、疲劳后,出现头晕,经过1—2天休息会好转,没有任何后遗症。



#### 医生忠告

当身体某些系统发生病变时,病人会产生眩晕的感觉,感到周围的物体向一个方向转动或自身旋转,或是头晕眼花,视力模糊;或是头重脚轻、站立不稳。病人自诉的主观感觉,可能预示相关的疾病,所以首先要明确病因,对症治疗。

注意两点:第一,眩晕伴有血压升高者,千万不可仅治眩晕,应以治高血压为主;第二,眩晕突然发生(无过去病史),并伴有呕吐、手脚麻木、语言不清、吞咽困难等症状,有可能是脑血管栓塞形成,应立即送医院治疗。

眩晕是一个涉及多学科疾病的常见症状,诊治时,需要全面系统地检查和综合评定,采取有针对性的治疗。