



早发现 早预防 早治疗
RENTIJIBINGZICHASHOUCE

人体疾病 自查手册



曹维娜 于桂春 赵丽华 编著



百病信号

看**五官**症状辨疾病 看**皮肤**症状辨疾病 看**意识**症状辨疾病

 哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

早发现 早预防 早治疗
RENTIJIBINGZICHASHOUCE

人体疾病 自查手册

曹维娜 于桂春 赵丽华 编著

百病信号

看五官症状辨疾病

看皮肤症状辨疾病

看意识症状辨疾病

图书在版编目(CIP)数据

人体疾病自查手册/曹维娜等编著. — 哈尔滨:哈尔滨出版社,
2008.1

ISBN 978-7-80753-064-0

I. 人… II. 曹… III. 疾病—防治—普及读物 IV.R4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 125391 号

责任编辑:罗 伟 李仁波

装帧设计:大田

人体疾病自查手册

曹维娜 于桂春 赵丽华 编著

哈尔滨出版社出版发行

哈尔滨市香坊区泰山路 82-9 号

邮政编码:150090 营销电话:0451-87900345

E-mail:hrbcbs@yeah.net

网址:www.hrbcbs.com

全国新华书店经销

黑龙江新华印刷厂印刷

开本 787×1092 毫米 1/16 印张 24 字数 334 千字

2008 年 1 月第 1 版 2008 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-80753-064-0

定价:33.80 元

版权所有,侵权必究。举报电话:0451-87900272

本社常年法律顾问:黑龙江大公律师事务所徐桂元 徐学滨

前言

P R E F A C E

当今社会,环境污染、不治之症、不健康的生活方式,以及缺少运动和锻炼等因素威胁着人类的健康。加之生活节奏变快,激烈的竞争无形地给人们增添着压力;各种各样的诱惑,时刻在引诱着我们透支健康。

由于生活中的各种原因,致使许多人有病不能及时检查、预防和治疗,身体健康状况已经不容乐观,轻则出现亚健康状态,重则发生种种疾病。但与此同时,人们对生活质量和身体健康的要求也在不断提高,越来越关注自身的健康,“呵护生命必须从珍惜健康开始”也逐渐成为整个社会的共识。那么,我们珍惜健康应从何做起呢?这就需要对疾病做到早知道、早预防。

万事万物的发展都有一定规律,疾病也是如此,从先兆到出现显著症状都有一个发展演变过程,一旦我们的身体出现异常现象,这些征兆、症状变化就会向我们发出警示。如果我们能够及早地发现这些异常变化,就能够早知道、早预防、早治疗,保证我们的健康。

世界卫生组织研究成果表明:人类三分之一的疾病通过预防保健是可以避免的,三分之一的疾病通过

早期发现是可以得到控制的,三分之一的疾病通过信息的有效沟通是能够提高治疗效果的。另外,数据显示,早期发现的疾病所需的治疗费用,远远低于晚期发现时的治疗费用,可能仅是晚期时费用的十分之一、百分之一,甚至更少。

基于以上原因,我们组织了大批临床经验丰富的专家,编写了这部《人体疾病自查手册》。本书使用通俗易懂的语言,选择贴近日常生活的实用内容,力求以最明了的方式向广大读者提供全面而周到的健康咨询和诊疗指导。

全书共分为上、中、下三篇。上篇为人体生理常识,介绍了人体的物质组成、基本结构、系统的组成和功能,以及人体的新陈代谢方面的知识,以期读者对自己的身体有一个全面、系统的认识,为预防疾病、早期发现打下基础。

中篇为看症状辨疾病,分为体貌、五官、躯干、四肢、皮肤、意识、男科、妇科、儿科九部分,依据各部分的症状和表现出的体征,阐述其可能对应的疾病,并说明疾病的特征、辨病的方法。

下篇为家庭护理常识,在介绍了常用护理和家庭用药常识,提供了对家庭病人的病情观察技巧和护理要领。

健康需要关注,健康需要投资,健康是可以通过努力追求到的。相信这本易懂、易用的《人体疾病自查手册》,能成为您的良师益友,帮助您“防患于未然”,早日摆脱疾病的困扰,拥有健康幸福的生活!

目录

CONTENTS



人体生理常识

人体的物质组成

有机物 / 003

无机物 / 007

人体的基本结构

细胞 / 014

组织 / 015

器官 / 017

系统 / 017

人体系统的组成和功能

消化系统 / 018

呼吸系统 / 024

循环系统 / 026

内分泌系统 / 028

神经系统 / 030

运动系统 / 033

泌尿系统 / 037

生殖系统 / 038

人体的新陈代谢

物质代谢 / 043

能量代谢 / 045

目 录



中篇 看症状辨疾病

看体貌症状辨疾病

体型高大 / 049
体型矮小 / 050
体型肥胖 / 051
体型消瘦 / 052
体位异常 / 053
头颅异常 / 055
面部异常 / 055
面部斑点 / 056
脸色异常 / 057
脱发 / 058
发色异常 / 059

看五官症状辨疾病

眼睑异常 / 061
眉毛异常 / 062
睫毛异常 / 063
眼球异常 / 064
瞳孔异常 / 065
结膜异常 / 066
巩膜异常 / 067

角膜异常 / 067
眼部疼痛 / 068
眼部发痒 / 069
屈光不正 / 069
眼发花发黑 / 070
眼畏光 / 070
经常流泪 / 071
眼屎异常 / 072
外耳异常 / 073
耳朵流液 / 074
耳疼 / 075
耳鸣 / 076
耳聋 / 077
鼻塞 / 078
鼻痒 / 079
打喷嚏 / 080
流鼻涕 / 080
鼻涕异常 / 081
鼻出血 / 082
嗅觉丧失 / 084
口唇形态异常 / 085
口唇颜色异常 / 086

Contents

- 牙色异常 / 087
- 磨牙 / 088
- 牙痛 / 089
- 牙龈出血 / 091
- 牙齿松动 / 092
- 舌体形状异常 / 092
- 舌体运动异常 / 093
- 舌质颜色异常 / 094
- 舌体感觉异常 / 095
- 舌苔异常 / 096
- 口腔黏膜异常 / 097
- 口干 / 099
- 口臭 / 100
- 味觉异常 / 101
- 咽喉异物感 / 102
- 咽喉疼痛 / 103
- 呼吸频率异常 / 104
- 呼吸节律异常 / 105
- 呼吸困难 / 106
- 声音嘶哑 / 108
- 咳嗽 / 110
- 咳痰 / 111
- 看躯干症状辨疾病
- 颈部血管异常 / 113
- 颈部疼痛 / 113
- 颈部活动异常 / 114
- 颈部肿块 / 115
- 气管移位 / 116
- 进食后出现异常感觉 / 117
- 呃逆 / 118
- 暖气、返酸 / 118
- 食欲不振 / 119
- 食欲亢进 / 121
- 吞咽困难 / 122
- 胃痛 / 123
- 呕吐 / 124
- 呕血 / 126
- 咯血 / 127
- 胸痛 / 128
- 放射痛 / 129
- 心悸 / 130
- 阵发性心搏过速 / 131
- 脉率异常 / 132
- 胸闷 / 133
- 胸廓异常 / 134
- 胸壁压痛 / 135
- 腰背痛 / 135
- 背痛 / 137
- 腹式呼吸异常 / 138

目 录



腹痛 / 138
腹泻 / 140
腹内肿块 / 142
腹胀 / 143
腹水 / 145
黄疸 / 146
肛门肿物 / 146
肛痒 / 147
便秘 / 148
便血 / 151
便秘腹泻交替出现 / 151
放屁异常 / 152
脐部异常 / 153
大便颜色异常 / 154
大便形态异常 / 155
排便失禁 / 156
尿急 / 156
尿痛 / 157
夜尿频繁 / 158
尿色异常 / 159
尿味异常 / 161
尿量异常 / 161
脓尿 / 163
乳糜尿 / 164
局部淋巴结肿大 / 165
全身性淋巴结肿大 / 167

贫血 / 169

看四肢症状辨疾病

指甲形状异常 / 170
指甲颜色异常 / 171
拇指异常 / 172
食指异常 / 173
无名指异常 / 173
手心发热 / 174
手部异常 / 174
手掌异常 / 175
手足皲裂 / 176
四肢异常 / 177
四肢疼痛 / 178
四肢麻木 / 179
四肢强直 / 180
腋下多汗 / 181
肩痛 / 181
小腿疼痛 / 182
足部异常 / 183
关节痛 / 184
卓别林步态 / 185
步态异常 / 186
不自主运动 / 187
瘫痪 / 189

Contents

看皮肤症状辨疾病

肤色异常 / 191

皮肤瘙痒 / 192

痣恶变 / 194

皮疹 / 195

水肿 / 196

皮肤溃疡 / 197

皮肤出血 / 199

皮肤肿瘤 / 200

多汗 / 202

无汗 / 203

盗汗 / 204

冷汗 / 205

汗色异常 / 205

汗味异常 / 206

发热 / 206

寒战 / 208

怕冷 / 210

看意识症状辨疾病

头痛 / 211

头晕 / 213

昏厥 / 214

昏迷 / 215

失眠 / 217

嗜睡 / 219

睡眠异常 / 220

预兆梦 / 222

烦躁不安 / 223

看男科症状辨疾病

阴茎异常 / 224

阴茎异常勃起 / 225

阳痿 / 226

龟头异常 / 228

尿道口异常 / 229

包皮异常 / 230

阴囊肿物 / 230

精索异常 / 231

睾丸肿痛 / 232

遗精异常 / 233

不射精 / 234

血精 / 235

精液量异常 / 236

脓性精液 / 237

精液黏稠度异常 / 237

性欲低下 / 238

看妇科症状辨疾病

乳房小 / 240

乳房不对称 / 241

目 录



乳房肿块 / 242
乳房疼痛 / 243
乳房下垂 / 245
乳头凹陷 / 245
乳房“酒窝” / 247
乳房红肿 / 247
溢乳 / 248
乳头排液 / 249
月经异常 / 249
痛经 / 251
闭经 / 252
月经过多 / 254
月经过少 / 255
月经过频 / 256
月经稀发 / 256
阴道排液 / 257
周期性腹痛 / 258
下腹疼痛 / 258
女性阴吹 / 260
外阴溃疡 / 261
外阴肿物 / 262
阴蒂异常 / 263
肛门坠胀 / 263
女性腹胀 / 264
白带过少 / 265
白带增多 / 265

白带异常 / 267
排尿困难 / 267
阴道出血 / 268
性欲亢进 / 271
性交困难 / 272
性交疼痛 / 273
女性低热 / 274
女性不孕 / 274

看儿科症状辨疾病

幼儿泪眼 / 276
小儿耳痛 / 276
小儿哮喘 / 277
小儿鼻塞 / 278
小儿打鼾 / 279
小儿鼻出血 / 280
小儿呼吸不畅 / 281
语言障碍 / 281
齿列不整 / 283
乳牙脱落异常 / 284
婴幼儿烂嘴 / 284
地图舌 / 285
咬合失调 / 286
咬合不正 / 287
新生儿吐奶 / 287
婴儿拒食 / 288

Contents

婴儿哭闹 / 289

小儿厌食 / 290

小儿异食 / 292

小儿贪食 / 293

小儿头痛 / 294

小儿低热 / 295

小儿呕吐 / 297

吮吸手指 / 298

婴儿胎记 / 298

外阴发红 / 300

皮肤青紫 / 301

小儿夜汗 / 302

多发性抽动 / 303

小儿胃痛 / 303

小儿尿频 / 304

牛奶尿 / 305

果汁尿 / 305

小儿尿少 / 306

小儿多尿 / 307

小儿遗尿 / 307

小儿血尿 / 308

小儿粪便异常 / 309

小儿腹泻 / 311

小儿便秘 / 312

婴幼儿便血 / 314

儿童肛门剧痒 / 315

麻疹 / 315

水痘 / 317

小儿痿管 / 318

下篇 家庭护理常识

常用的护理方法

布置卧室 / 321

头部护理 / 322

口腔护理 / 323

皮肤护理 / 324

更换体位 / 326

预防褥疮 / 326

饮食调养 / 327

测量呼吸 / 329

测量脉搏 / 329

测量体温 / 330

目 录



测量血压 / 331

换药 / 333

注射 / 334

热敷 / 336

冷敷 / 336

家庭常见病人的护理

老年病人的护理 / 338

小儿支气管炎的护理 / 340

发热病人的护理 / 341

双眼皮手术后的护理 / 342

骨折病人的护理 / 343

癫痫病人的护理 / 345

偏瘫病人的护理 / 346

昏迷病人的护理 / 347

心肌梗死病人的护理 / 350

恶性肿瘤病人的护理 / 351

家庭用药常识

配备家庭药箱 / 354

按时按量服药 / 355

用温开水送服 / 356

注意用药姿势 / 357

不可随意停药 / 358

用药谨防成瘾 / 359

服用西药也须忌口 / 360

打针不能代替服药 / 362

自行购药要小心 / 363

变质药物的鉴别 / 365

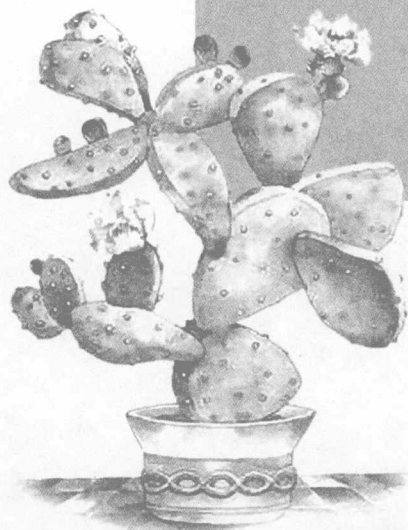
老年人尽量少用药 / 366

乳母用药应有选择 / 368

驾驶员应慎用药物 / 369

术前慎用中草药 / 370

人体 生理 常识



上 篇

33-111-100

W. A. A.

1911

1912

1913

1914

1915

1916

1917

1918

1919

1920

1921

1922

1923

1924

1925

33-111-100

人体的 ● 物质组成



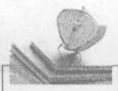
世间万物皆由化学元素组成，人体也不例外。组成人体的化学物质，又可以分为有机物和无机物两大类。起初，科学家们把从有生命的有机体中提取出来的物质，叫做有机化合物，简称有机物，如尿素、蔗糖、淀粉、油脂等；而把从没有生命的矿石、水等提取出来的物质称为无机物，如硫酸钙、氧化铁等。但随着科学的发展，人们不仅可以从有机体中提取越来越多的有机物，而且还可以利用无机物进行人工合成有机物，从而打破了有机物与无机物区别的界线。但是，由于历史和习惯的原因，人们仍然沿用有机物、无机物这两个名称。

有机物

构成人体的有机物主要包括蛋白质、酶、核酸、维生素、碳水化合物和脂类。

1. 蛋白质：是细胞组织的重要组成部分，也是人类赖以生存的营养要素。其营养状况直接影响人体机体的生理功能及抵御疾病的能力。在人体中，它的生理功能主要表现在以下几个方面：

①构成和修补人体组织。人体的每种组织如神经、内脏、肌肉、血液、骨骼、皮肤，以及毛发、指甲等一切细胞的原生质都是以蛋白质为主要原料，来负责体内组织的修复或更新。因此，人体每天对蛋白质的合



理摄入就显得尤为重要了。

②参与物质代谢及生理功能的调控。人体的新陈代谢主要是通过化学反应来实现的,在这些化学反应过程中,均离不开酶的催化作用,而这些具有特殊功能的酶就是由蛋白质构成的。另外,一些调节生理功能的激素及抵抗疾病的免疫物质也是由蛋白质组成的。因此,体内缺少蛋白质时,机体的功能就会衰退,抵抗力也会降低。

③维持机体渗透压平衡。合理摄入蛋白质,可确保机体渗透压平衡。如果体内缺乏蛋白质,血浆蛋白特别是白蛋白的含量就会降低,从而导致血液内的水分过多的渗入周围组织,造成临床上的营养不良性

水肿。因此,蛋白质可以起到维持机体渗透压保持平衡的作用。

④维持机体酸碱平衡。体内组织细胞必须处于合适的酸碱度范围内,才能完成其正常的生理活动。

机体的这种维持酸碱平衡的能力是通过肺、肾脏以及血液缓冲系统来实现的,而蛋白质缓冲系统是血液缓冲系统的重要组成部分,因此,蛋白质在维持机体酸碱平衡方面起着重要的作用。

⑤运输氧气及营养物质。血液里的红蛋白,可以携带氧气到身体的各个部分,供组织细胞代谢使用。体内营养物质的吸收、运输、储藏则需要各种载体蛋白,比如运铁蛋白、钙结合蛋白、视黄醇结合蛋白等,营养素只有通过它们才能正常运转,供人体使用。

⑥为身体提供热能。体内所摄入的蛋白质,除完成以上的功效外,所剩余的蛋白质均被氧化分解转化为能量,每克蛋白质能产生16千焦(约4千卡)热量。体内充足的热能维持了人体生命的一切活动。

