

上海中医药大学出版社
上海东方广播电台 编

求医问药 上海滩

NEIKE CHANGJIANBING DAOHANG

内科

常见病导航

借问医家何处有
康博遥指上海滩



上海中医药大学出版社

上海中医药大学出版社
上海东方广播电台

编

求医问药

上海滩 内科常见病导航



上海中医药大学出版社

责任编辑 何倩倩
周哲婧
技术编辑 徐国民
责任校对 陈美满
封面设计 王 磊
出版人 朱邦贤

图书在版编目(CIP)数据

求医问药上海滩·内科常见病导航 / 上海中医药大学出版社, 上海东方广播电台编. —上海: 上海中医药大学出版社, 2003

ISBN 7-81010-713-5

I. 求... II. ①上... ②上... III. 内科—常见病—诊疗 IV. R5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 044925 号

求医问药上海滩·内科常见病导航

上海中医药大学出版社
上海东方广播电台 编

上海中医药大学出版社出版发行 (零陵路 530 号 邮政编码 200032)

新华书店上海发行所经销

上海新华印刷有限公司印刷

开本 850mm×1168mm 1/32 印张 15 字数 337 千字 印数 1—10 000 册

版次 2003 年 6 月第 1 版

印次 2003 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 7-81010-713-5

定价 21.20 元



问
药医

上海滩

总 策 划	陈 樑	朱邦贤	
主 编	朱邦贤	李 平	
常务编委	陈金宝	洁 蕙	许兴汉
	黄 健	马胜英	
编 委	(按姓氏笔画排序)		
	于见玲	李孝刚	王 虹
	王玲琍	王德良	陆 菁
	杨雪军	肖元春	江 静
	沈 蕾	张杏洁	单宝枝
	贯 剑	姜水印	秦葆平
	钱静庄	樊玉琦	



前 言

“生病就医”，在一般人眼里似乎是再简单不过的事。然而，在日常生活中，正是这再简单不过的事却时常困扰着许许多多的人。因为他们不知自己是否生了病，生了什么病；或不知去何处就医，找哪位专家诊治。这种看似简单的问题，实际上蕴含着很大的学问。

看病最好去北京、上海等大城市，早已成为全国百姓的共识，这是由于北京、上海等地的医疗水平在全国处于领先地位的缘故。近年来，上海走在改革开放的前列，科学、信息、技术等飞速发展，于是来上海求医者更是络绎不绝。有鉴于此，上海东方广播电台《求医问药上海滩》节目组与上海中医药大学出版社本着为广大患者排忧解难的宗旨，决定邀请有关专家学者编写一套实用医学科普丛书——《求医问药上海滩》，以期来上海求医者“指点迷津”。

我们应上海中医药大学出版社之邀，从实用的角度出发，以病为纲，选取内科常见病 52 种，以通俗易懂的语言，借助于“听众来信”、“医生函复”、“相关链接”、“就医指南”四大板块，分门别类地介绍各种疾病有关病因、诊断、治疗、病后调摄、饮食宜忌等方面的知识，

以及上海众多名医的学术专长和门诊时间,编写成《求医问药上海滩·内科常见病导航》一书。

值得一提的是,在本书的编写过程中,我们塑造了“康博士”这一公众医生形象,他既是广大患者寻医问药的桥梁,又是日后与更多患者对话谈心的朋友,希望读者能够喜欢他。

“爆竹声中一岁除,春风送暖入屠苏”,王安石《元日》中的诗句使我们想起现在已近新年了。值此新春来临之际,我们不借美酒,谨借本书捎去最真诚的祝福,祝病友们早日康复!

编 者

2003年1月



1. 感冒	1
2. 非典型肺炎	11
3. 流行性腮腺炎	28
4. 糖尿病	33
5. 肥胖症	44
6. 高脂血症	54
7. 痛风	63
8. 骨质疏松症	74
9. 类风湿关节炎	83
10. 红斑狼疮	91
11. 艾滋病	99
12. 支气管哮喘	106
13. 慢性支气管炎	115
14. 支气管扩张	123
15. 肺气肿	130
16. 胸膜炎	138
17. 慢性胃炎	146
18. 消化性溃疡	157
19. 溃疡性结肠炎	167
20. 乙型肝炎	174

21. 肝硬化	182
22. 胆囊炎与胆石症	191
23. 胰腺炎	199
24. 心律失常	204
25. 风湿性心脏病	212
26. 冠心病	220
27. 高血压病	229
28. 肺源性心脏病	237
29. 病毒性心肌炎	244
30. 充血性心力衰竭	251
31. 慢性肾小球肾炎	260
32. 肾病综合征	270
33. 慢性肾功能衰竭	280
34. 尿路感染	289
35. 多囊肾	295
36. 泌尿系结石	302
37. 再生障碍性贫血	311
38. 缺铁性贫血	318
39. 甲状腺功能亢进症	326
40. 甲状腺肿	334
41. 三叉神经痛	341
42. 内耳眩晕症(梅尼埃病)	349
43. 偏头痛	356
44. 中风	365
45. 震颤麻痹	375
46. 焦虑症	385
47. 神经衰弱	392

48. 更年期综合征	402
49. 精神分裂症	410
50. 抑郁症	418
51. 老年性痴呆	429
52. 癫痫	445
附一 上海市市级医院简介	453
附二 上海市各区中心医院、中医医院	465
附三 上海市各区专科医院	468



1. 感 冒



听众来信

主持人：您好！

我今年45岁，经常感冒，我们办公室只要有人感冒，我就会被传染上，我听人说感冒有不同的类型，是这样的吗？请问有什么简便有效的治疗和预防感冒的方法吗？

谢谢！

上海听众 王丽春



医生回复

王丽春听众：您好！

确实，感冒包括不同的类型，在临床上应首先分清风寒型感冒（为通俗起见，称之为“冷感冒”）和风热型感冒（“热感冒”）。由于感染的病毒不同，又分为普通感冒（俗称“伤风”）和流行性感冒。普通感冒在冬、春季节气候多变时发病率升高，常呈散发性，病情较轻，症状不重。流行性感冒发病不限于季节，有广泛的传染和流行性，起病急骤，病情较重，全身症状显著，常合并其他病变。此外，尚有体虚感

冒,所谓体虚感冒是指平素体质虚弱的人,得了感冒。此类患者感冒之后,往往经久不愈或反复感冒,在临床上应该区分气虚、阴虚的不同。

感冒一般不经过治疗会自愈,病程大约7~10日。目前,临床上主要是对症治疗,作为患者,主要是注意休息、减轻感冒症状,早日恢复健康。中医学认为感冒类型不同,治疗方法和用药也不同。中医药对普通感冒和流行性感冒均有良好疗效。

感冒的药物预防措施很重要,尤其是在流行性感冒的流行季节,更应先预防服药,主要药物有贯众、大青叶、板蓝根、鸭跖草、藿香、佩兰、薄荷、荆芥等。另外,可根据所感染的不同病毒,在医生的指导下,注射不同的流感疫苗;经常感冒的人,可在医生指导下,注射核酪等以提高人体免疫力,或者常服玉屏风散,以预防感冒。

谨祝安康!

康博士



相关链接

● “热感冒”与“冷感冒”不同

1. “热感冒”: 发热重, 怕冷轻, 出汗, 鼻涕浓稠, 口渴, 舌苔薄黄。

2. “冷感冒”: 怕冷重, 发热轻, 不出汗, 鼻流清涕, 口不渴, 舌苔薄白。

● 普通感冒与流行性感冒不同

1. **普通感冒**:初起多见鼻、咽部痒而不适,鼻塞,流涕,喷嚏,声重而嘶哑,头痛,怕风,怕冷等。鼻涕开始为清水样,2~3日后鼻涕变稠,继而发热、咳嗽、咽喉疼痛、肢节酸重不适等。部分胃肠型感冒(中医称之为“挟湿感冒”)患者,表现为胸闷、恶心、呕吐、食欲减退、大便稀不成形。

2. **流行性感冒**:多呈流行性,多人同时突然发病,迅速蔓延。首发症状常见怕冷、发热,体温在 $39\sim 40^{\circ}\text{C}$,全身酸痛,疲乏无力。1~3日后出现明显的鼻塞、流涕、咳嗽、咽喉疼痛等,病情较普通感冒重,体力恢复较慢。

● 气虚感冒与阴虚感冒不同

1. **气虚感冒**:在感冒诸症的基础上兼有怕冷,疲倦无力,气短、不愿说话,身痛,不出汗,咳嗽无力,脉浮等气虚证症状。

2. **阴虚感冒**:兼见身微热,手足发热,心烦口干,出汗较少,干咳少痰,舌红,脉细数。

● 感冒的综合治疗

1. **自我护养**:患者应注意休息,最好是卧床休息,多喝水;饮食以清淡、宜消化为主,不抽烟,不饮酒,房间要通风。

2. **药物治疗**:一般有对症处理性药物和抗病毒药物治疗,中医辨证治疗感冒效果较好,尤其对反复感冒或感冒久治不愈者效果更为理想。

3. **家庭特色疗法**:包括食疗、刮痧、按摩、针灸等家庭治疗感冒的特色疗法。

● 单验方治疗感冒

1. 蒲公英 15~30 克,水煎服。适用于感冒偏热者。
2. 板蓝根 30 克,羌活 15 克,水煎服。适用于单纯型流行性感
冒。
3. 白茅根 15 克,芦根 15 克,葱白 3 寸,水煎服。适用于
单纯型流行性感
冒挟湿者。

● 中成药治疗感冒

1. 午时茶冲剂:每次 1 袋,每日 3 次,口服。适用于风寒
型感冒。
2. 银翘解毒片(丸):每次 4~6 片(丸),每日 3 次,口服。
适用于风热型感冒。
3. 桑菊感冒片:每次 4~6 片,每日 3 次,口服。适用于
风热型感冒。
4. 板蓝根冲剂:每次 1 袋,每日 3 次,口服。适用于风热
型感冒。
5. 藿香正气丸(片)(水):每次 1 丸(6 片)、(1 支),每日 3
次,口服。适用于胃肠型感冒。
6. 玉屏风散口服液(丸):每次 1 支(6 克),每日 3 次,口
服。适用于气虚型感冒。

● 治感冒七法

1. 易患感冒者,取苹果皮适量,加适量水(淹没苹果皮为
宜)和白糖煮开饮用。
2. 临睡前将双脚浸泡在热淡盐水中,直至双脚变红为
止,然后吃一碗热乎乎的面条入睡,第二天即可明显减轻普通

感冒症状。

3. 用电吹风对准两侧太阳穴,交替吹 3~5 分钟热风,每日 3 次,可缓解流涕、鼻塞、打喷嚏和头痛等症状。

4. 麝香止痛膏 2 张,其上洒落少许速效感冒胶囊内容物,分别贴于两脚心“涌泉”穴处,再持续按摩 2~3 分钟,感冒症状可减轻或消失。

5. 在稀饭中放入切成 2~3 厘米长的韭菜,放盐后加热食用。对感冒伴见恶心、腹泻和腹痛者疗效较好。

6. 生大蒜 1 瓣含于口中,生津后则咽下,直至大蒜无味时吐掉,连服 3 瓣。

7. 洋葱 1 个,切成细丝,用热水稀释,加入蜂蜜、生姜汁即可饮用。用于感冒初起。

● 冬季预防感冒三方药

1. 蚤休 6 克,水煎服,连服 3 日。

2. 贯苏饮:贯众 9 克,紫苏叶 6 克,生甘草 3 克,水煎服,连服 3 日。

3. 板蓝根 9 克,水煎服,连服 3 日,或板蓝根冲剂,每日 1 包,连服 3 日。

● 预防感冒的综合措施

1. 加强体育锻炼,增强体质。

2. 进行耐寒锻炼,补充营养。

3. 注意冷暖,不要劳累。

4. 开窗睡觉,勤晒被褥。

5. 居室醋熏消毒。



就医指南

陈凤鸣：男，毕业于上海中医学院，副主任医师。现任上海市医学会、中医药学会、中西医结合学会下属的呼吸专业委员会委员、副主任委员。擅长中西医结合诊治呼吸、消化、心脑血管系统疾病。

医疗机构：上海中医药大学附属龙华医院。

专家门诊：呼吸内科。

医疗特长：各种呼吸系统疾病。

门诊时间：星期二上午，星期五上午。



听众来信

主持人：您好！

我是一位 32 岁的乡村女教师，经常感冒，我一感冒，就到乡医院去看病，医生经常给我打青霉素，说是感冒后打青霉素好得快。昨天我又感冒了，就又开了青霉素来打，刚好我表姐从城里来，她告诉我说：感冒后打青霉素不好。我问她：为什么感冒后打青霉素不好？她也说不清楚。我只好请教您了，盼望您早日给我回信。

谢谢！

浙江平湖听众 陈翠英



医生答复

陈翠英听众：您好！

一般人都认为感冒后用抗生素(包括青霉素)治疗见效快。其实这种看法是不对的。抗生素主要用于治疗各种细菌感染性疾病,如急性扁桃体炎、中耳炎、肺炎、泌尿系感染、胆道感染以及皮肤化脓性感染等。事实上,抗生素对普通感冒或流行性感冒起不到治疗作用。因为感冒大多数是由病毒引起的、以呼吸道感染为主的疾病。有些人患感冒后并发细菌感染,抗生素能起到杀灭细菌的作用,所以对这类患者是有效的,而对无细菌感染者,使用抗生素就没效果了,反而会给人体带来不良影响。因此,要根据感冒后是否并发细菌感染的具体情况来决定是否应用抗生素。

祝您早日康复!

康博士



相关链接

● 乱用抗生素治疗病毒感染性疾病的副作用

1. 帮助有害细菌,造成人为的感染:因为抗生素可能使人体口腔、呼吸道、生殖系统等处的细菌数量和比例发生改变。而在正常情况下,由于各菌群保持着相对的平衡,并不会使人患病,大量使用抗生素尤其是广谱抗生素,菌群会失去相互的抑制,有害细菌有可能趁机大量繁殖,造成人为的感染。

2. 杀死对人体有益的细菌：人体肠道内有许多细菌可以合成某些维生素，是对人体有益的细菌。大量应用抗生素会杀死这些细菌，有益菌一旦被杀死，于健康不利。

3. 产生耐药菌株，使抗生素失效：抗生素的频繁使用会使体内耐药菌株产生，若这类细菌大量繁殖，一旦生病，再使用同类抗生素便不起作用。



听众来信

主持人：您好！

我是一名业务员，工作很忙，经常到外地出差。最近感觉胸闷、心里发慌、没有劲，到医院检查后诊断为“病毒性心肌炎”。我的同事说我的病跟我半个月前的感冒有关系，是这样的吗？盼望得到您的答复。

谢谢！

上海杨浦区听众 郑志刚



医生回复

郑志刚听众：您好！

一般来说，医生常对感觉胸闷、心悸、乏力等症状来就诊的患者问及“最近是否感冒或有过消化道病史”。事实上，对明确诊断为病毒性心肌炎的患者，常在患病前1~3周的确有过感冒史或胃肠型感冒。尤其是小儿患者，经常于感冒后出现频繁早搏和心动过速，但由于小孩大多数不会诉说自己哪儿不舒服，即使心率每分钟在140次以上，或