

Pictures

Diagnosis
and Discovery

张天钧医师的 名画诊疗室

张天钧◎著

从感性的绘画欣赏中，
看出疾病的端倪、观察医疗的信息，
带你一探奥妙的医学世界，
获得正确的健康知识。



机械工业出版社
China Machine Press

Pictures
Diagnosis
and Discovery

张天钧医师的 名画诊疗室

张天钧◎著

从感性的绘画欣赏中，
看出疾病的端倪、观察医疗的信息，
带你一探奥妙的医学世界，
获得正确的健康知识。



机械工业出版社
China Machine Press

© 2001张天钧

本书中文简体字版由台北时报文化出版企业股份有限公司独家授权机械工业出版社在中国内地出版发行。未经出版者书面许可，不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何部分。

版权所有，侵权必究。

本书版权登记号：图字：01-2003-1291

图书在版编目（CIP）数据

张天钧医师的名画诊疗室 / 张天钧著. —北京：机械工业出版社，2003.9

（身体·文化系列）

ISBN 7-111-12379-4

I. 张… II. 张… III. ①常见病—诊疗—普及读物 ②保健—普及读物 IV. R4-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2003）第052519号

机械工业出版社（北京市西城区百万庄大街22号 邮政编码 100037）

责任编辑：王颖 版式设计：刘永青

中国电影出版社印刷厂印刷·新华书店北京发行所发行
2003年9月第1版第1次印刷

850mm×1168mm 1/32·5印张

定 价：26.80元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换
本社购书热线电话：（010）68326294

序

人生一定要留下记录



我从小就很喜欢画画和唱歌，可是长大以后，这两项兴趣却都没有成为我的职业，反而选择了医学，更奇怪的是，还担任医学院的教授。我的工作性质1/3是老师，1/3为研究者，剩下的1/3才真正是医师，可能与父母亲都是老师有关。

我的人生态度是“人生一定要留下记录，才不虚此行”，因此除了将研究心得写成论文外，也时常写一些介绍健康常识的文章，在报刊杂志发表，并集结出书。下班后，更是努力于作画，将亲人、生活、旅游、感触、周边的动植物或事物等等以画笔留下回忆。出国旅游时，也尽量以到美术馆赏画为重点，并拍摄所见到的名画，以留作记录。1997年初，



Pictures, Diagnosis and Discovery

张天钧医师的名画诊疗室

骆绅先生邀请我为他主编的医药保健版写文章。当时我们讨论后，决定用一张画做引子，来介绍一个医学知识，每个星期写一篇，结果从1997年2月18日起一直到现在，已经近200篇。在这期间，医药保健版的主编换成李蜚鸿小姐，但这个专栏仍持续不变，依旧每星期一定期刊出。

由于常有读者问何时出书，前面80篇文章，后来就出版了《名画与疾病》。在《名画与疾病》出版后，很多新闻媒体争相报道，也邀请我上电视或电台接受访问，甚至香港亚洲电视台都来采访，连马来西亚的朋友都说在电视上看到我。

1999年，“时报出版”的编辑部副理兼主编心岱小姐，看到“夜与荷尔蒙”这篇文章，对我的画作“猫头鹰”偏爱有加，便积极地找我商量出版计划。这张画于是成了这本书如今能展现在读者面前的关键因缘。

艺术是甜美的，而医学本身并不枯燥，差的只是有否好的表达方式。我想经由艺术来介绍健康知识，相信会缩短您和医学的距离。



Part.1

生活保健篇

序 / 人生一定要留下记录

生活保健篇

关于食物

下午茶 / 抗癌的多酚·····	4
宁静 / 咖啡的反作用·····	8
均衡之美 / 手黄脚黄是病吗? ·····	12
生命之水 / 红葡萄酒为何可以减少心脏病发作? ·····	16
太阳 / 葵花子油有益健康 ·····	20
美食 / 吃鱼油有用吗? ·····	24

关于养生

舍得 / 简化生活方式是减低压力的秘方 ·····	28
失眠人 / 睡眠不足降低对细菌的抵抗力 ·····	32
祝福 / 爱情有害健康? ·····	36
美好的仗 / 珍惜活在世上的每一刻 ·····	40

关于药物

手中线 / 发抖的原因 ·····	44
不安 / 失眠怎么办? ·····	48
少一点的幸福 / 抑制胃口的减肥新药 ·····	52
粒粒皆辛苦 / 维他命B1缺乏的症状 ·····	56

梦幻世界 / 锂在精神异常和甲状腺疾病方面的应用	60
--------------------------------	----

特定疾病篇

关于性荷尔蒙

神秘时分 / 夜的荷尔蒙	68
潮起潮落 / 避孕药的作用原理	72
她 / 停经后使用女性荷尔蒙比较容易得乳癌吗?	76
变化 / 男性有更年期吗?	80
灵感源泉 / 治疗男性更年期的口服药物	84
爱之喜悦 / 女性更年期以后补充男性荷尔蒙有什么用?	88

关于甲状腺

出诊 / 误以为是喉咙发炎的亚急性甲状腺炎	92
面具 / 治疗凸眼症的新方法	96
纳西斯的变形 / 甲状腺超音波检查的用途	100
把脉 / 把脉可以诊断甲状腺疾病	104

关于糖尿病与肥胖

看 / 糖尿病会妨碍视力	108
春风拂过 / 糖尿病妈妈容易生出巨大的婴儿	112
苹果与橘子 / 糖尿病病人容易细菌感染	116

甜蜜的诱惑 / 糖尿病人饮食注意事项·····	120
双子神 / 肥胖会影响女性生育力·····	124
人生 / 断食减肥的危险性·····	128

关于疾病

忧郁症 / 认识帕金森氏病·····	132
忘情水 / 强迫性官能症和忧郁症的药物治疗·····	136
靠近与疏离 / 皮肤硬化的疾病·····	140
醒来 / 脚部水肿的原因·····	144
生命的回忆 / 从手诊断肢端肥大症·····	148

Pictures, Diagnosis and Discovery

人的健康与否，和遗传有密切的关系，但后天的保养也很重要。由于科学的进步，哪些因素会影响健康也渐渐清楚，而预防疾病的发生，也渐渐有了较好的方法。例如饮食要如何注意和选择，应常运动、避免压力、睡眠充足和注射疫苗等等。而在生病时，应选择适当的医生去看，好尽快恢复健康。

现代人的生活充满了紧张和忙碌，复杂而多变，健康的保养，常常操在个人的手中。本篇将通过美丽的图画，介绍一些常见而实用的医学保健知识。

你知道吗？

1. 喝什么比较不易得癌症？

A. 绿茶 B. 咖啡 C. 葡萄酒

2. 老年人喝咖啡对骨头的影响如何？

A. 增强骨质 B. 骨质流失

3. 哪一种油对健康较好？

A. 猪油 B. 葵花子油

4. 压力大时，甲状腺机能亢进容易：
A. 复发 B. 好转
5. 失眠时，对抗感染的免疫细胞活动性：
A. 增加 B. 减少
6. 罹患帕金森氏症的人什么时候发抖？
A. 休息时 B. 动作时
7. 哪种年纪的人比较不容易入睡且易醒？
A. 老年人 B. 小孩
8. 65岁以上的人，或糖尿病病人应该打流行性感苗吗？
A. 应该 B. 不应该
9. 注射肝炎疫苗的人，得到肝癌的机会：
A. 增加 B. 减少
10. 利用药物抑制脂肪的吸收来减肥，大便次数会：
A. 增加 B. 减少

答案： 1. A 2. B 3. B 4. A 5. B 6. A 7. A 8. A 9. B 10. A

关于食物

下午茶

抗癌的多酚

霍加斯（1697—1764）为英国画家。他把注意力集中在日常生活上，观察从最上至最下阶层人们的生活面貌，并将其记录。为了让每一阶层的人都能欣赏到他的作品，他也将其艺术作品印刷复制。

在这幅“斯特罗德之家”的作品中，他描绘斯特罗德及其夫人招待都柏林的大主教史密斯喝茶。管家正专心地为他们沏茶，他将热水从银器倒入瓷器做的茶壶中。大概他们正在享受英国传统的下午茶。



《斯特罗德之家》

The home of Strode

1738霍加斯画 William Hogarth

描绘斯特罗德及其夫人招待都柏林的大主教史密斯喝茶。管家正专心地为他们沏茶，他将热水从银器倒入瓷器做的茶壶中。大概他们正在享受英国传统的下午茶。

茶是人们最常喝的饮料，世界上大约2/3的人口喝茶。茶的种类很多，例如绿茶、红茶、乌龙茶等等。日本和中国比较常喝绿茶。

绿茶和红茶里面含有多酚，科学家对其抗癌作用很有兴趣。在日本，流行病学调查显示常常喝绿茶的人，比较不易得癌症，而教日本茶道的女老师，她们死于癌症的几率更低。

细胞培养和动物实验显示，绿茶及其所含的多酚可以抗前列腺癌；流行病学调查也显示，经常喝茶的人较不易得前列腺癌。此外，经常喝绿茶的中国人，很少发生前列腺癌。除了减少癌症的发生，它对心血管疾病、肾结石、细菌感染、蛀牙也有帮助。

为什么喝茶有益健康呢？研究显示有四种可能的机理：

①茶的多酚是强抗氧化物，可以减少低密度脂蛋白胆固醇的氧化，也因此减少心脏病，它减少DNA的氧化代谢物的形成，所以降低得某些癌症的风险；②茶的多酚可以选择地促进一些酵素的形成，它们可以增加致癌物的排泄；③茶可以减少细胞的增生，因此抑制肿瘤的生长；④茶可以



改变肠道的菌种，减少不好的细菌，增加有益的细菌。以上证据显示，经常喝茶可以减少慢性病的发生和它们所导致的死亡。

不过虽然动物实验证明茶可以预防癌症和心血管疾病，但在人的研究上并不都是一致的，也就是说它的效果可能不大。此外，动物实验使用的量较大，若茶喝到那么多，像咖啡因那样，造成兴奋作用带来的坏处，也是要考虑到。而且喝的时候也要注意，俗话说：“早酒晚茶最伤身。”晚上喝太多茶，可能让人一整个晚上睡不着觉，也不是很好的事情。

此外，要注意的是，目前的研究主要与绿茶有关，红茶的研究较少，因此要能有效，也要注意喝的茶的种类。

未来对于哪一类的茶喝多少对身体最有帮助，仍值得进一步研究。

茶有益健康

茶是抗氧化物，可以减少低密度脂蛋白胆固醇的氧化，也因此减少心脏病。它减少DNA的氧化代谢物的形成，所以降低得某些癌症的风险。茶可以增加致癌物的排泄，也可以抑制肿瘤的生长。

宁 静

咖啡的反作用

为了寻找阳光明亮、适合作画的地方，梵高到了法国南部的城市——阿尔。的确，夏日的阿尔，阳光真的很强，最后还把梵高搞疯掉，而我只去阿尔一天就感冒了。

虽然梵高最常画的是大太阳下的景物，但有时也画夜空下的事物，例如这张画于1888年的“夜的咖啡屋”，就是很有名的作品。当时的咖啡店名为Café de la Gare，也就是车站咖啡店，不过由于梵高的名气，这家咖啡屋现已改名为“梵高咖啡屋（Cafe \ Van Gogh）”。

