



居家珍藏版

奠定中国 1.7 亿家庭健康基石的国家级医典

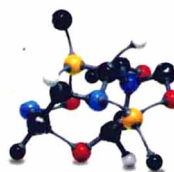
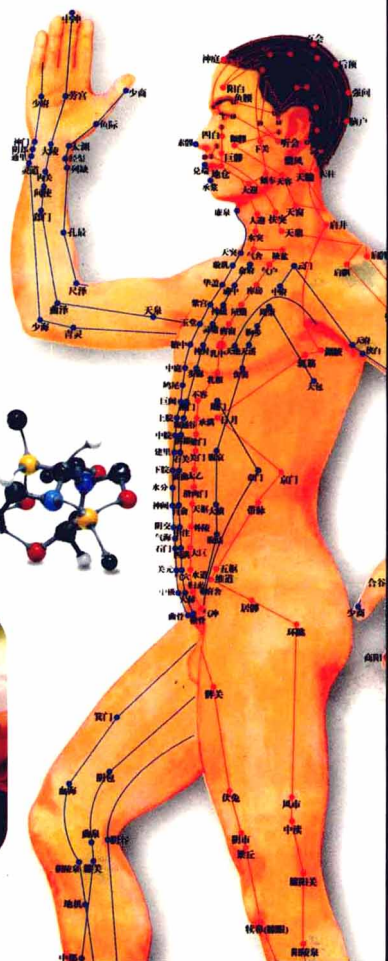
中国

原《新赤脚医生手册》

累计30年发行7000万册
被译成50多种文字在全世界发行

家庭医生大全

国家医疗标准与全民健康指南



《中国家庭医生大全》编辑部/编著
陕西师范大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国家庭医生大全 (新赤脚医生手册) / 《中国家庭医生大全》编辑部编著.

- 西安: 陕西师范大学出版社, 2007.3

ISBN 978-7-5613-3652-6

I. 中... II. 中... III. 乡村医生-手册

IV. R-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 025942 号

图书代号: SK7N0104



中国家庭医生大全

(新赤脚医生手册)

《中国家庭医生大全》编辑部 / 编著

责任编辑 / 周宏

出版发行 / 陕西师范大学出版社

经销 / 新华书店

印刷 / 北京盛兰兄弟印刷装订有限公司

版次 / 2008 年 7 月第 1 版

2008 年 7 月第 1 次印刷

开本 / 787 毫米 × 1092 毫米 1/16 25.5 印张

字数 / 600 千字

书号 / ISBN 978-7-5613-3652-6

定价 / 68 元

如有印装质量问题, 请寄回印刷厂调换

家庭常用中草药图谱

中国是中草药的发源地，在我国大约有12000种药用植物，对中草药的应用有着数千年的悠久历史。如果我们能多掌握一些中草药知识，就可以自己使用中草药预防、治疗一些常见疾病。在这里我们提供了195种家庭常用的中草药图谱，使大家能够了解可以在家庭中常备和使用的中草药的生态形貌。



紫苏(P179)



木兰(P180)



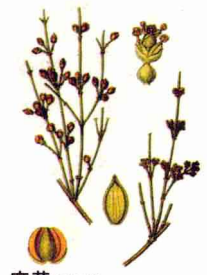
羌活(P180)



杜衡(P181)



黄芩(P182)



麻黄(P183)



荆芥穗(P183)



防风(P183)



细辛(P183)



柴胡(P183)



菊(P183)



葛根(P183)



薄荷(P183)



蒲公英(P184)



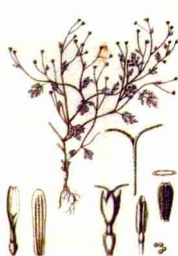
马齿苋(P186)



鸭跖草(P187)



忍冬(P188)



野菊(P189)



龙葵(P190)



白英(P192)



爵床 (P194)



蛇莓 (P201)



羊蹄 (P201)



夏枯草 (P203)



牛膝 (P204)



野荞麦 (P205)



蓼 (P207)



酸浆 (P210)



土当归 (P212)



竹 (P215)



地黄 (P215)



玄参 (P215)



紫草 (P215)



连翘 (P215)



白头翁 (P215)



骨碎补 (P220)



独活 (P222)



木瓜 (P222)



车前 (P223)



酢浆草 (P224)



黄花菜 (P226)



薏苡 (P230)



铃兰 (P232)



泽泻 (P232)



赤小豆 (P232)



玉米 (P232)



蒺藜菜 (P233)



旋复花 (P235)



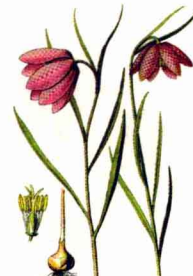
紫菀 (P238)



款冬花 (P238)



前胡 (P238)



贝母 (P238)



天南星 (P238)



莎草 (P239)



马兜铃 (P240)



野蔷薇 (P240)



木香 (P242)



橘 (P242)



郁金 (P242)



茺蔚 (P244)



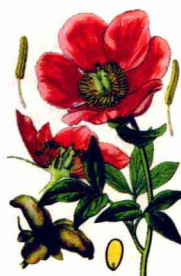
马鞭草 (P246)



丹参 (P251)



大蓟、小蓟 (P253)



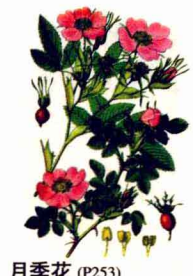
芍药 (P253)



红花 (P253)



王不留行 (P253)



月季花 (P253)



姜黄 (P253)



牛膝 (P253)



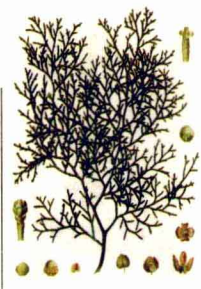
茜草 (P255)



地榆 (P259)



鹿蹄草 (P261)



柏 (P262)



槐 (P262)



莲藕 (P262)



白芨 (P262)



艾 (P263)



蚕豆 (P263)



丝瓜 (P263)



芥菜 (P263)



蒲黄 (P263)



大麦 (P263)



山楂 (P263)



木槿 (P264)



毛茛 (P265)



安石榴 (P266)



酸石榴 (P266)



大蒜 (P267)



乌桕 (P267)



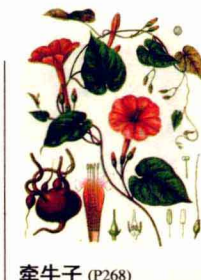
大黄 (P268)



郁李 (P268)



商陆 (P268)



牵牛子 (P268)



黄花蒿 (P268)



藿香 (P269)



附子 (P270)



山茱萸 (P270)



景天 (P270)



合欢 (P270)



远志 (P272)



酸枣 (P272)



菖蒲 (P272)



山药 (P272)



枸杞子 (P274)



何首乌 (P275)



蛇床 (P275)



女贞 (P276)



大豆 (P279)



枣 (P280)



甘草 (P280)



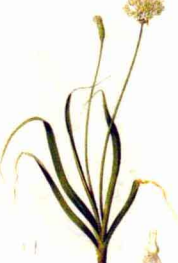
黄精 (P280)



当归 (P281)



桑 (P281)



韭 (P281)



肉苁蓉 (P281)



杜仲 (P281)



淫羊藿 (P281)



菟丝子 (P281)



石斛 (P281)



金樱子 (P282)



椿樗 (P283)



覆盆子 (P285)



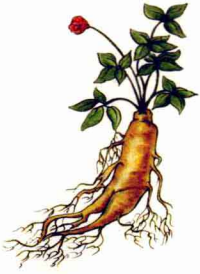
芡实 (P285)



梅 (P285)



海带 (P286)



人参



列当



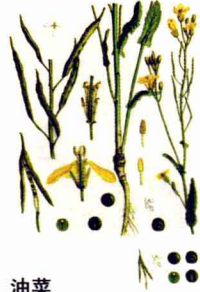
蚕豆



玄参



秦艽



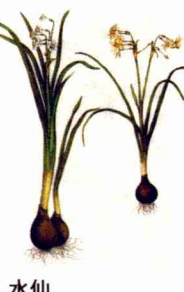
油菜



白鲜



石蒜



水仙



龙胆



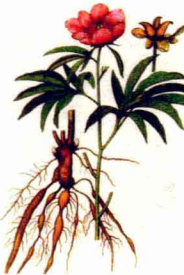
白芥



铁线草



白芷



牡丹



甘松香



高良姜



豆蔻



茱萸



肉豆蔻



瑞香



郁金香



茅香



茼蒿



水芹



迷迭香



水苏



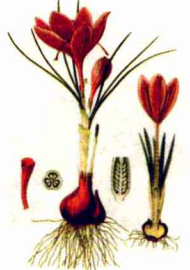
稻



丽春草



红蓝花



番红花



苦苣



恶实



芦



甘蕉



灯心草



蜀葵



萝卜



蜀羊泉



生姜



蛇含



鼠尾草



狼把草



青黛



荭草



蒺藜



蓖麻



葡萄



芹菜



蚤休



射干



玉簪



鸢尾



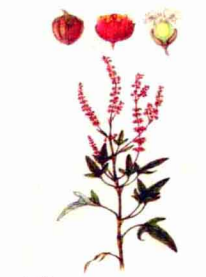
海芋



女娄



紫藤



酸模



白芷



水藻



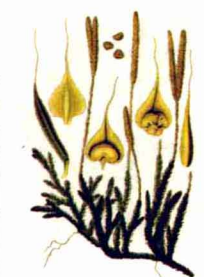
金星草



佛甲草



地衣草



石松



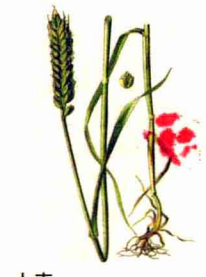
芝麻



亚麻



大麻



小麦



大麦



雀麦



菠菜



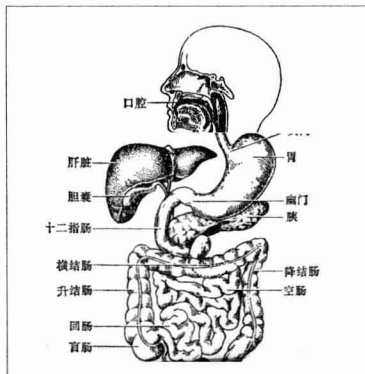
豌豆

一本奠定中国 1.7 亿家庭健康基石的实用手册
从根本上解决中国人看病医疗难题
累计发行 7000 万册，被译成 50 多种文字在全世界发行

中国家庭医生大全

(原《新赤脚医生手册》)

《中国家庭医生大全》编辑部 / 编著



陕西师范大学出版社

序

做自己的家庭医师

俗话说，“没什么别没钱，有什么别有病。”现代人生活节奏快，学习工作压力大，特别害怕生病。一方面生病会浪费宝贵的时间，从排队挂号到“穿肠过肚”做N种检查；另一方面则是一进医院，费用惊人，一个小感冒可能要花费几百元，更不用说大病。对每个人来说，保持健康不生病的状态非常重要。

随着当今社会经济的发展进步、生活水平的提高，人们越来越关注自身和家人的健康，想尽办法找寻正确的养生之道来预防疾病，保持身心健康。

而随着医疗知识的普及，市场上的健康养生类书籍的流行，人们都普遍意识到即使不是医学营养专家，也应该多了解一些医药常识、一些起码的自我诊断和用药知识，对疾病治疗有合理的目标和心理预期，那么我们就可以自己把握自己的健康，最大限度地避免在医疗上“过度消费”。而对于那些家里有小孩需要照顾、重症病人要护理的家庭，更深入地学习护理、急救常识和技能，以便在需要的时候从容应对各种情况，争取最佳的救治效果，是非常必要的。

《中国家庭医生大全》就是这样一本急大家之所急，为大家解决根本问题的家庭医疗养生必备书。它秉承清晰明了、简单易行、务实求效的原则，收录日常生活中可能遇到的所有病症，给出明确有效的自我诊断与施治方法，并提供一些常见药品供大家选择。在内容上，本书具有以下特点：

- ⊙ 只提供常见病、多发病的自我快速诊断法，绝不提倡医疗过度消费。
- ⊙ 只提供科学合理的新方法，绝不哗众取宠。
- ⊙ 只推荐真正有效、价廉物美的常规药，绝不用新药贵药。

这本《中国家庭医生大全》能使大家对自己的身体状况有一个较为清晰的判断和了解，能够进行自我诊断与治疗，做到“出钱不多，治疗便利”、“有病早治，无病早防”，甚至小病不用去医院。即使在必须去医院前，也能对自己的病情、需要进行的检查、需要使用的药物有一个提前的认识，这样就不至于就医时被动，不能很好地配合医生完成诊治。同时也可以对医疗费用做到心中有数，可以很好地防止过度医疗、过度消费的发生。

另外，一些人盲目相信市面上流行的养生书，跟随华而不实的养生潮流，不注重对养生保健基础知识的学习和运用，正走进一种“养生怪圈”之中。与那些光怪陆离的理论相比，《中国家庭医生大全》则显得朴实、大方而实用。这里只有经过数十年家庭保健实践证明的真实经验，以及科学、实用、有效的中西医理论和方法。如果您要追求养生防病的实际效果，本书就是不错的选择。

最后，鉴于大家在自己和家人在就医过程中，经常遇到选择药物的困惑。本书也提供了一些实用的常规药，当然这些只是一个选择。一些不良医师给我们开处方药时，由于受利益驱使，往往弃之不用价格便宜而疗效相同的常规药，给病人开贵药新药。这也误导了许多病人，以为贵药才好，其实常规药物往往价格便宜，其疗效和昂贵的新药也相差无几。

《中国家庭医生大全》最早的雏形为我国上世纪五六十年代各地医师汇编而成的《赤脚医生手册》，其在至今50年间，一直在不断修订更新。本书则在《新赤脚医生手册》的基础上，进行了全面更新：加入了120种近代常见病症，300

多种新常规用药；将不再适合现代家庭的罕见病症全部去掉；并且对其中的知识进行了核实和更改，以求更加适合现代中国家庭的需要。

本书内容全面、知识完备、结构清晰，是一本值得收藏的家庭必备书。在结构上，分为21章，第一章至第三章介绍了常见症状、小儿常见病和急症的诊断与处理，包括了预防、治疗急救等各个方面的常识，囊括了家庭健康方方面面的知识；第四章和第五章介绍了怎样防治疾病；第六章至第九章介绍了中医治疗疾病的方法和516种家庭常用中草药；第十章介绍了家庭意外伤害与救护；第十一章至第二十章介绍了常见疾病的诊断与治疗；第二十一章介绍了现代诊疗技术和家庭常用药。可以说，本书能为大家在第一时间内掌握疾病信号，选择最佳治疗方案，提供快速简便的帮助，使你在面对自身和家庭成员的健康问题时更从容、更有战胜疾患的信心。

另外本书还插入了近500幅简明实用的图片，包括中医针灸穴位图、家庭常用中草药图谱、意外救护方法图、伤科治疗方法图等，使你通过图片就能够掌握最实用的家庭医疗常识。

我们希望《中国家庭医生大全》能为大家提供临床应用久经不衰的知识作为参考，让你花最少的钱解决你遇到的健康问题。

在编写过程中，我们力求做到科学准确、简便易学、切合实际，使这本书成为符合现代人需要的家庭医疗大全。但是由于医学发展很快，编写时间仓促，加上编者的经验和水平所限，如果有不妥和错误之处，请专家和广大读者不吝批评指正！

《中国家庭医生大全》编辑部



目 录

第一章 常见症状的诊断与处理 … 17	第四节 小儿各系统疾病 …… 59
咳嗽 …… 17	支气管肺炎 …… 59
胸痛 …… 19	口腔炎 …… 61
呕吐 …… 22	鹅口疮 …… 61
腹泻 …… 25	疱疹性口腔炎 …… 61
黄疸 …… 27	溃疡性口腔炎 …… 62
肝脾肿大 …… 30	婴儿腹泻 …… 62
腹水 …… 32	佝偻病 …… 65
便血 …… 34	婴儿手足搐搦症 …… 66
血尿 …… 36	低血糖症 …… 67
水肿 …… 38	遗尿 …… 67
头痛 …… 40	暑热症 …… 68
眩晕 …… 43	第三章 急症处理 …… 69
第二章 小儿常见病 …… 46	高热 …… 69
第一节 概说 …… 46	腹痛 …… 72
小儿的生长发育 …… 46	昏迷 …… 73
小儿保育 …… 47	小儿惊厥 …… 78
小儿诊断的特点 …… 47	休克 …… 80
小儿治疗的特点 …… 48	晕厥 …… 83
第二节 新生儿疾病 …… 49	中暑 …… 84
新生儿颅内出血 …… 49	呼吸困难 …… 85
新生儿败血症 …… 50	气胸 …… 87
新生儿破伤风 …… 50	血胸 …… 88
新生儿硬肿症 …… 51	出血 …… 89
第三节 小儿传染病 …… 51	咯血 …… 89
麻疹 …… 51	呕血与黑粪 …… 91
水痘 …… 53	鼻出血(鼻衄) …… 92
猩红热 …… 54	常用农药及除害药物中毒 …… 93
流行性腮腺炎 …… 55	有机磷杀虫剂中毒 …… 93
百日咳 …… 56	土农药雷公藤中毒 …… 94
白喉 …… 57	常用除害药物中毒 …… 95
脊髓灰质炎 …… 58	急性中毒 …… 95