

JIANKANG JIAOYU CONGSHU

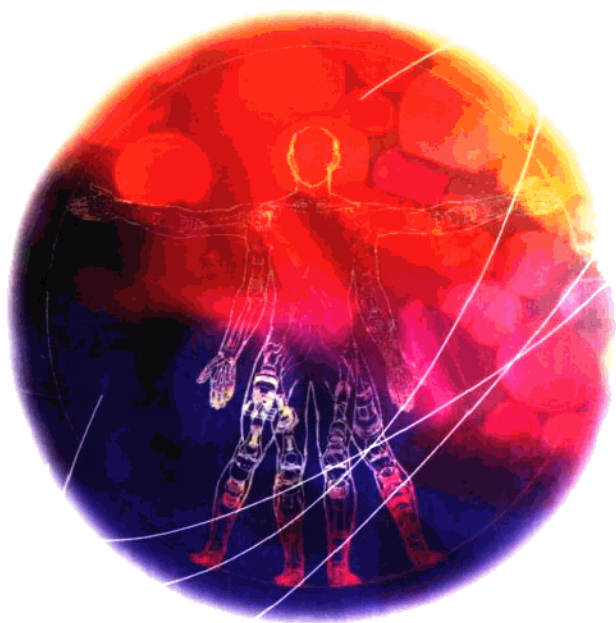
健康教育丛书

主编 张文康 副主编 余 靖

21

贫血

PINXUE



中国中医药出版社

健康教育丛书

贫 血

编 著 李 全 张晓红

中国中医药出版社

·北京·

图书在版编目(CIP)数据

贫血/李全等编著. -北京: 中国中医药出版社,
2000. 8

(健康教育丛书/张文康主编)

ISBN 7-80156-075-2

I. 贫… II. 李… III. 贫血-防治-普及读物
IV. R556-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 64659 号

14114/20

中国中医药出版社出版

发行者: 中国中医药出版社

(北京市朝阳区东兴路 7 号 电话: 64151553 邮码: 100027)

印刷者: 河北省南宫市印刷厂

经销者: 新华书店总店北京发行所

开 本: 787×960 毫米 32 开

字 数: 42 千字

印 张: 4

版 次: 2000 年 8 月第 1 版

印 次: 2000 年 9 月第 2 次印刷

册 数: 5001—10000

书 号: ISBN 7-80156-075-2/R·075

定 价: 4.00 元

出版者的话

人生最宝贵的应该是生命和健康，健康与疾病是全社会都非常关注的问题，它关系到每一个人、每一个家庭的切身利益。卫生部和国家中医药管理局领导非常重视这一全社会都非常关注的课题，他们制定的不是重在有病去治，而是无病先防的预防为主的工作方针。2000年为了积极贯彻江泽民总书记崇尚科学，大力开展科学知识普及工作等一系列指示精神，及李岚清副总理在全国九亿农民健康教育工作电视电话会议的讲话精神，精心组织策划了“健康家园——医学科普进万家10年大行动”的医学知识普及活动。为了使本次活动有声有色，张文康部长不但亲自担任活动组委员会主任，还亲自组织中西医专家学者主编了本次活动的宣教材料——健康教育丛书。丛书共分78个分册，介绍近百

种常见病的一般知识、疾病信号、家庭保健、用药宜忌等防治疾病的知识，并向患者提供与该病有关的信息。旨在提高全民族的健康意识与身体素质，把健康知识送到每一个家庭。

为保证本套丛书的科学性、权威性、实用性、普及性，组委会邀请数位医学界的科学院院士、工程院院士亲自审定，并出任审定委员会委员。出版本丛书是我们出版社的责任，为了使本丛书常盛不衰，我们准备每年修订一次，以使每个家庭能经常获得防病治病的普及新知识，使人人享有健康。

中国中医药出版社

二〇〇〇年七月

健康教育丛书

分书名

感冒	胃癌
哮喘	肝癌
慢性支气管炎	尿路感染
肺炎	泌尿系结石
肺心病	慢性肾炎
肺癌	尿毒症
心肌炎	贫血
心律失常	白血病
高血压	紫癜
冠心病	糖尿病
心力衰竭	高脂血症
消化性溃疡	肥胖病
慢性胃炎	甲亢
溃疡性结肠炎	骨质疏松症
脂肪肝	风湿类风湿性关节炎
慢性肝炎	脑卒中
肝硬化	头痛
胆囊炎胆石症	癫痫
便秘	失眠
食管癌	脱发

健康教育丛书

分书名

肩周炎	老年痴呆
坐骨神经痛	儿科病
颈椎病	痤疮
腰椎间盘突出症	湿疹
三叉神经痛	皮肤瘙痒
骨折	银屑病
痔	烧烫伤
前列腺疾病	美容
阳痿早泄	白内障
性病	近视眼
妇科炎症	耳鸣耳聋
经前期综合征与痛经	中耳炎
乳腺增生与乳腺癌	过敏性鼻炎
不孕不育	口腔溃疡
功能性子宫出血	慢性咽炎
子宫肌瘤	牙周炎
妊娠	龋齿
产后病	术前术后
更年期综合征	放化疗

健康家园

—医学科普进万家10年大行动

“健康家园—医学科普进万家10年大行动”是由中华人民共和国卫生部、国家中医药管理局为了更好地贯彻落实江泽民总书记崇尚科学，大力进行科学知识普及工作的一系列指示精神，精心组织的并具有宏大规模的医学科普系统工程。为了使本次活动搞得更好，张文康部长亲自组织中西医专家学者主编了本次活动的宣教材料——“健康教育丛书”，共计78种。同时还结合其他方式方法开展医学科普宣教活动，如与电视台、广播电台等媒体合作举办一些健康教育讲座节目，设立医学科普宣传周，举办医学科普义诊宣传及赠书活动等。其目的就是要让广大国民及病患者增强健康意识，了解常用的医学保健知识和有用的求医问药信息，从而更好地防病治病，保健康复，拥有健康，并自觉摒弃一切封建迷信和不科学的认识和方法。

健康家园—医学科普进万家10年大行动 组织委员会

主 任 张文康 中华人民共和国卫生部部长

副主任 余 靖 中华人民共和国卫生部副部长
兼国家中医药管理局局长

组委会成员

陈啸宏 中华人民共和国卫生部办公厅主任
姚晓曦 中华人民共和国卫生部办公厅副主任
李大宁 国家中医药管理局办公室主任
吴 刚 国家中医药管理局人政司司长
胡国臣 中国中医药出版社社长

组委会办公室

主 任 姚晓曦
副主任 吴 刚 胡国臣

“健康家园—医学科普进万家10年大行动”专用科普宣教材料

健康教育丛书

丛书特点

1. 权威性 本书由卫生部张文康部长任主编，由专家编写并由两院多名院士审定。
2. 科学性 本书由全国数百位中西医专家学者撰写，针对一般群众和病患者的实际情况和需求，介绍相关的医学保健知识和信息，针对性强，是真正“买得起、看得懂、用得上”的医学科普书。
3. 普及性 趣味性好，图文并茂，易懂使用。
4. 本科普丛书规模大，品种全，内容丰富。
5. 更新修订快 每1~2年对丛书修订更新，结合实际，充实新资料，并不断增加新品种、新内容。

健康教育丛书编辑委员会

主 编 张文康 中华人民共和国卫生部部长

副主编 余 靖 中华人民共和国卫生部副部长
兼国家中医药管理局局长

审定委员会名单(按姓氏笔划排序)

王永炎 石学敏 卢世璧 吴咸中 沈自尹
陈可冀 胡亚美 翁心植 程莘农 裘法祖

以上审定委员会成员均为科学院院士或工程院院士

贫血

27

中国
医学
出版社

PDF

健康教育丛书

主 编 张文康

副主编 余 靖

专家审定委员会(以姓氏笔划为序)

王永炎	石学敏	卢世璧	吴咸中
沈自尹	陈可冀	胡亚美	翁心植
程莘农	裘法祖		

中国中医药出版社
· 北京 ·

目 录

□一般知识

血液的组成成分	(3)
红细胞的生成和发育	(3)
红细胞是如何代谢的	(5)
制造红细胞需要哪些原料	(6)
红细胞形态有什么特点	(7)
红细胞有哪些生理功能	(7)
什么是贫血	(8)
贫血是一种具体的疾病吗	(9)
贫血的发病情况怎样	(10)
贫血的发病原因有哪些	(12)
贫血如何按红细胞形态学分类	(14)
贫血时会发生哪些病理生理 变化	(15)
怎样确定贫血的程度	(16)
贫血常见的类型有哪几种	(16)

是否贫血都需要输血	(18)
输血会出现什么不良反应	(19)
贫血的治疗原则是什么	(20)
中医是怎样认识贫血的	(21)
什么是缺铁性贫血	(22)
铁有何生理功能	(23)
铁在体内的代谢	(23)
哪些人易患缺铁性贫血	(24)
什么是铁粒幼细胞性贫血	(25)
什么是巨幼细胞性贫血	(25)
巨幼细胞性贫血是如何 产生的	(26)
哪些原因易引起叶酸和 维生素 B ₁₂ 缺乏	(27)
什么是恶性贫血	(27)
什么是再生障碍性贫血	(28)
哪些药物易引起再障	(28)
再障是如何发生的	(29)
再障有哪些临床表现	(30)
中医对再障的认识	(30)
哪些再障病人必须输血	(31)

什么是纯红细胞再生障碍性	
贫血	(32)
什么是再障危象	(32)
什么是溶血性贫血	(33)
溶血性贫血有哪些临床表现	(33)
什么是遗传性球形红细胞	
增多症	(34)
什么是遗传性球形红细胞增多症	
的溶血危象	(34)
什么是葡萄糖 6-磷酸脱氢酶	
缺乏症	(35)
阵发性睡眠性血红蛋白尿	
是怎么回事	(36)
什么是海洋性贫血	(36)
蚕豆病是怎么回事	(37)
什么是新生儿黄疸	(37)
感染诱发的溶血性黄疸是	
怎么回事	(38)
什么是行军性血红蛋白尿	(38)
什么叫症状性贫血	(39)
什么是慢性肾功能衰竭	
的贫血	(39)

- 什么是恶性肿瘤的贫血 (40)
- 什么是肝病的贫血 (41)
- 什么是急性失血性贫血 (42)

□疾病信号

- 皮肤粘膜苍白 (45)
- 疲倦乏力 (45)
- 异食癖 (46)
- 舌炎、手足麻木 (46)
- 血红蛋白尿 (47)
- 月经色淡量少 (47)
- 黄疸 (48)

□就医须知

- (49)

□检查须知

- 贫血时常做哪些化验检查 (55)
- 红细胞和血红蛋白的正常值
 是多少 (55)
- 如何从血常规化验单中初步
 判断贫血类型 (56)

什么是网织红细胞计数	(57)
贫血时为什么要查网织红细胞 计数	(58)
网织红细胞计数与贫血类型的 关系	(59)
缺铁性贫血时血涂片检查红细胞 形态如何	(59)
缺铁性贫血的骨髓象有何 变化	(60)
什么是血铁三项	(60)
什么是溶血三项	(61)
尿含铁血黄素检查是怎么 回事	(62)
巨幼红细胞性贫血实验室检查 有何异常	(62)
再生障碍性贫血的实验室检查 有何变化	(63)

□用药宜忌

怎样用药物治疗贫血	(67)
服铁剂的注意事项	(68)
维生素 B ₁₂ 缺乏时为什么	

- 禁用叶酸治疗 (69)
- 阵发性睡眠性血红蛋白尿补铁
注意 (69)
- 药物也可引起再障 (70)

□家庭保健

- 贫血的食疗原则 (73)
- 具有补虚生血作用的食物
有哪些 (73)
- 用于贫血药膳的药物有哪些 (74)
- 如何正确认识贫血 (75)
- 适用于贫血药茶、药粥的药物 (76)
- 贫血患者怎样选用药粥 (76)
- 含铁量较高的饮食 (77)
- 缺铁性贫血患者要注意治疗
慢性失血性疾病 (77)
- 婴幼儿当注意补铁 (78)
- 哪些食物富含维生素 B₁₂ (78)
- 哪些食物中叶酸含量较多 (79)
- 贫血简易药膳 (79)

□预后康复

- 贫血的预后 (83)