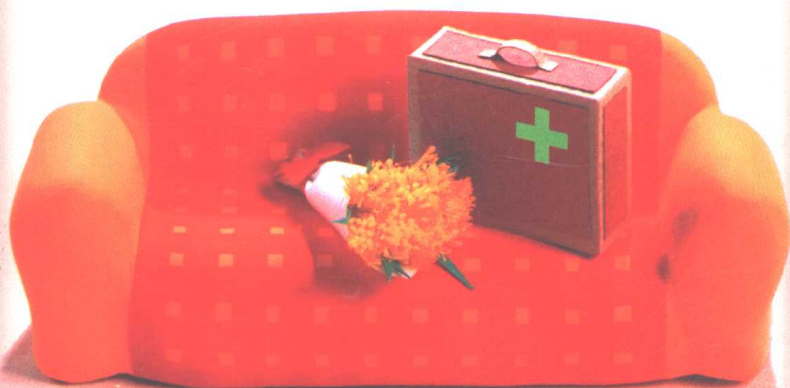


家庭中医

求诊手册



主编 黄小玲 黄红中
副主编 邓雪梅 刁发铭



广东科技出版社

家庭中医求诊手册

主 编 黄小玲 黄红中
副主编 邓雪梅 刁发铭

广东科技出版社

·广 州·

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭中医求诊手册/黄小玲, 黄红中主编. —广州:
广东科技出版社, 2002.1
ISBN 7-5359-2369-0

I. 家… II. ①黄…②黄… III. 中医学-手册
IV. R2-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 068730 号

Jiating Zhongyi Qiuzhen Shouce

出版发行: 广东科技出版社

(中国广州市水荫路 11 号 13~14 楼 邮码: 510075)

E-mail: gdkjzbb@21cn.com

出版人: 黄达全

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

排 版: 广东科电有限公司

印 刷: 广东新华印刷厂

(广州市永福路 44 号 邮码: 510070)

规 格: 787mm×1 092mm 1/32 印张 8.25 字数 165 千

版 次: 2002 年 1 月第 1 版

2002 年 1 月第 1 次印刷

印 数: 1~6 000 册

定 价: 15.00 元

若发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

内 容 简 介

本书以有效帮助普通患者正确求医问诊为出发点，根据普通患者在中医求诊过程中常会遇到的问题，简单介绍了中医诊治疾病的方法和防治原则，患者如何根据自身的病情症状选择诊疗科室；重点而详细地介绍了各种常用辅助检查的适应证及其注意事项，常用化验检查结果的参考值及其临床意义，中药使用的注意事项，饮食禁忌（忌口）、常见病症的饮食宜忌、家庭常用食物的性能与功效，常见中成药的剂型、药品有效期的辨别、家庭常用中成药的性能和用法及注意事项等。

该书实用性强，通俗易懂，力求使得每个读者都能理解和运用书中知识，达到防病治病的目的，特别适宜普通家庭人员、社区医疗人员等参考使用。

本书书名题字

邓铁涛（国家著名中医学大家，广州中医药大学
终身教授）

本书作者工作单位

黄小玲 广州中医药大学

黄红中 中山医科大学附属第一医院

邓雪梅 广东省妇幼保健院

刁发铭 广东省中医院

前 言

随着中医药事业迅猛发展，“中医药热”蓬勃兴起，中医药文化的推广和普及已越来越显得必要和重要。

在中医诊治过程中，往往会有患者因不了解中医的诊治特点，以致不懂如何正确求诊，从而影响治疗效果。

目前，广大群众对中医求诊的常识一般来自医护人员的嘱咐或部分中医药专业书籍。然而，对中医求诊常识的了解，单纯靠患者到医院向医护人员咨询是非常不够的。而且在紧张的医护工作中，让医护人员抽出大量时间来向患者作各种基本知识的宣传推广，在许多医院还难以实现。

因此，不管是医护人员还是广大人民群众都冀望有一本能系统地介绍中医求诊基本知识的书籍，指导患者求诊，让病人懂得如何配合医生的诊治和巩固治疗效果。

本书按普通患者在中医求诊过程中常会遇到的问题，以及解决问题方法为主线索，通俗易懂，力求每一个读者都能理解运用书中知识，达到防病治病的目的，让祖国医学为人类健康事业做出更大的贡献。

黄小玲

2001年6月于广州中医药大学

编写说明

在医疗实践中，常会有病人问：我这样的病该挂什么号；中药要不要洗；放多少水；煎多久等问题。别看这是些“小”常识，但对于病人来说却是“人命关天”的大事。假如病人能正确求医用药，就有利于病人的康复，增强人们对中医药防病治病的信心。

作为中华民族优秀文化瑰宝的中医药学，博大精深。为便于广大群众自学中医药知识和求助中医药，以及懂得怎样与中医医生沟通，使中医药在保障人民卫生健康方面发挥其简、廉、便、验的优势。我们依据病人求医的一般心理：看完病后，药物如何使用；要不要忌口……在书中向读者介绍中医的诊治基本知识，诊疗科室的选择，中药的临床使用，饮食宜忌等。藉此能帮助每一个家庭都能了解中医药的基本知识，从而能够正确运用中医药防病治病。

该书得以出版，得到了中山医科大学附属第一医院李俊彪教授、陈泽雄副主任和广东科技出版社杨贵生编辑的热情支持和悉心指导；此外，对本书所引用的参考书的各位作者，以及叶利云、刁飞强、刘定州、卢翠芳、刘伟寒等同志在本书编写过程中给予的支持，在此一并表示衷心感谢！

由于中医药学知识领域浩如烟海，编写过程时间

仓促，因而在书中会有许多不足之处，敬请广大中医药工作者和读者批评指正。

编者

2001 年 6 月

本书中使用的计量单位说明

min —— 分钟；h —— 小时；d —— 天、日

cm —— 厘米；mm —— 毫米

L —— 升；mL —— 毫升

g —— 克；mg —— 毫克； μg —— 微克；ng —— 纳克

mol —— 摩尔；mmol —— 毫摩尔； μmol —— 微摩尔；

nmol —— 纳摩尔；pmol —— 皮摩尔

U —— 单位； μU —— 微单位

IU —— 国际单位；mIU —— 毫国际单位

目 录

一、中医是如何诊治疾病的	1
(一) 中医诊法	2
1. 四诊	2
2. 舌诊	2
3. 脉诊	3
4. 中医疾病命名常见形式	5
(二) 中医治疗方法	5
1. 药物疗法	5
2. 针灸疗法	6
3. 推拿疗法	6
4. 外治法	6
5. 饮食疗法	8
6. 意疗法	8
(三) 中医防治原则	9
1. 预防	9
2. 治则	9
二、如何选择治疗科室	11
(一) 发热	13
(二) 咳嗽与咯痰	15
(三) 头痛	17
(四) 眩晕	19
(五) 晕厥	20

(六) 食欲减退	22
(七) 胸痛	23
(八) 心悸	25
(九) 疲乏	26
(十) 消瘦	28
(十一) 恶心和呕吐	30
(十二) 腹痛	31
(十三) 腹泻	34
(十四) 便秘	35
(十五) 黄疸	36
(十六) 咯血	38
(十七) 便血和粪便颜色异常	39
(十八) 腰背痛	41
(十九) 血尿	43
(二十) 水肿	44
(二十一) 关节痛	46
(二十二) 鼻出血	48
(二十三) 淋巴结肿大	49
(二十四) 丘疹	51
三、常用辅助检查的适应证及注意事项	57
(一) B 超	57
(二) 心电图	58
(三) 动态心电图	59
(四) 脑电图	60
(五) 脑血流图	61
(六) 经颅多普勒	62
(七) 支气管镜	63

(八) 纤维胃镜·····	64
(九) 纤维结肠镜·····	66
(十) 膀胱镜·····	67
(十一) 腹腔镜·····	68
(十二) 宫腔镜·····	69
(十三) 腰穿·····	70
(十四) 胸部透视或照片·····	71
(十五) 腹平片·····	72
(十六) 胃肠钡餐·····	72
(十七) 钡剂灌肠·····	73
(十八) 脑血管造影·····	74
(十九) 支气管造影·····	75
(二十) 静脉胆道造影·····	76
(二十一) 静脉肾盂造影·····	77
(二十二) 肾血流图·····	77
(二十三) 甲状腺吸 ¹³¹ 碘率测定·····	78
(二十四) CT·····	79
(二十五) 核磁共振·····	80
四、常用化验检查结果及临床意义 ·····	83
(一) 说明·····	83
(二) 常用化验正常参考值和临床意义·····	84
1. 血液常规检验·····	84
2. 小便常规检验·····	86
3. 大便常规检验·····	88
4. 血脂测定·····	90
5. 肿瘤免疫学常见检验·····	91
6. 糖类检验·····	92

7. 肝炎免疫测定	93
8. 乙肝两对半检查	94
9. 肝功能检验	96
10. 常用肾功能检查	98
11. 心肌酶检查	99
12. 无机离子测定	100
13. 甲状腺功能免疫学测定	102
14. 内分泌六项测定	103
15. 精液检验	105
16. 前列腺液检验	106
17. 痰液检验	107
18. 阴道分泌物检验	107
19. 性病免疫学检验	108
20. 其他常见检验	109
五、中药使用的注意事项	110
(一) 煎煮中药的器皿	110
(二) 煎煮中药用水的选择	110
(三) 煎煮中药的方法与火候	111
(四) 中药煎煮前的洗与不洗	112
(五) 中药煎煮时间越长并不等于药汁浓度越高	113
(六) 中药汤剂要“复渣”	113
(七) 中药的服用时间	114
1. 宜在饭前服用的中药	114
2. 宜在饭后服用的中药	114
3. 宜睡前服用的中药	115
4. 必要时服用的中药	115
5. 宜定时服用的中药	115

(八) 中药的相互配伍与禁忌	116
1. 中药的相互作用	116
2. 相畏、相反和妊娠禁忌药物	117
(九) 不宜与中药同服的西药	118
1. 降低药效的中西药配伍	118
2. 产生副作用的中西药配伍	119
3. 增加毒性的中西药配伍	120
(十) 服中药期间的忌口	120
(十一) 常见的毒性中药	121
(十二) 中草药解毒方法	121
1. 苍耳子中毒	121
2. 木薯中毒	122
3. 大茶药中毒	122
4. 羊角扭中毒	122
5. 毒野菇中毒	122
6. 漆树中毒	122
7. 曼陀罗中毒	122
8. 氰化物中毒	123
9. 铅中毒	123
10. 药物或其他中毒	123
六、饮食宜忌	124
(一) 饮食禁忌 (忌口)	124
1. 病中饮食禁忌	125
2. 妊娠、产后饮食禁忌	125
(二) 常见病症的饮食宜忌	126
1. 感冒	126
2. 发热	126

3. 咳嗽	127
4. 哮喘	127
5. 肺脓肿	127
6. 肺结核	127
7. 咯血	128
8. 心悸	128
9. 高脂血症	128
10. 失眠	129
11. 多汗	129
12. 消化不良	129
13. 呕吐	130
14. 腹泻	130
15. 慢性胃炎	130
16. 痢疾	131
17. 便秘	131
18. 便血	131
19. 黄疸	131
20. 慢性肝炎	132
21. 眩晕	132
22. 头痛	132
23. 中风	133
24. 小便不利	133
25. 水肿	133
26. 遗尿	133
27. 遗精	134
28. 阳痿	134
29. 贫血	135

30. 糖尿病	135
31. 风湿痹痛	135
32. 神经官能症	136
33. 甲亢	136
34. 痛经	136
35. 带下病	136
36. 子宫下垂	137
37. 妊娠呕吐	137
38. 先兆流产	137
39. 更年期综合征	138
40. 产后头晕	138
41. 产后缺乳	138
42. 麻疹	139
43. 水痘	139
44. 疳积	139
45. 大脑发育不良	139
46. 皮肤疮疖	140
47. 乳腺炎	140
48. 阑尾炎	140
49. 淋巴结肿大	140
50. 湿疹、疥癣	141
51. 热疹	141
52. 痔疮	141
53. 跌打损伤	141
54. 弱视、近视	142
55. 红眼病	142
56. 咽喉痛	142

57. 口疮	142
58. 牙龈出血	143
59. 鼻窦炎	143
(三) 家庭常用食物的性能与功效	143
1. 水陆蔬菜	144
2. 水果鲜果	155
3. 谷物干果	162
4. 禽兽虫蛇	166
5. 鱼类龟鳖蚌蛤	173
6. 调料及其他	180
7. 常用食物的蛋白质含量	182
8. 维生素对人体的作用	182
9. 微量元素对人体的作用	183
七、家庭常用中成药	185
(一) 常见的中成药剂型	185
(二) 药品的有效期限辨别	185
1. 药品批号	185
2. 药品失效期限的推算	186
3. 药品有效期与失效期的辨别	186
(三) 家庭常用中成药	187
1. 清热药	187
2. 感冒药	189
3. 润肺祛痰止咳药	192
4. 祛暑药	196
5. 妇科用药	197
6. 小儿用药	201
7. 耳鼻喉科用药	204

8. 心血管用药	209
9. 肝胆用药	213
10. 泌尿系用药	216
11. 胃肠用药	218
12. 肛肠用药	224
13. 补益药	225
14. 补肾壮阳药	227
15. 止血止痛药	229
16. 跌打损伤用药	231
17. 眼科用药	234
18. 皮肤外用用药	235
19. 旅行居家常用药	236
参考文献	241