

家庭卫生保健丛书



疾病防治知识

苏丽雯 路齐一 编选

中国医药出版社

家庭卫生保健丛书

疾病防治知识

苏丽雯 路齐一 编选

中国医药出版社

家庭卫生保健丛书

疾病防治知识

苏丽雯 路齐一 编选

✱

中国医学出版社出版

(北京西城区太平桥大街号)

北京市永乐店达明印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

开本787×1092毫米1/32 印张13.5 字数274,000

1989年5月北京第1版 1989年5月第1次印刷

印数1—10,400

ISBN 7-5050-0380-1/R·09 定价: 3.85元

前 言

《家庭卫生保健丛书》是一套卫生科普书。它是由苏丽雯和路齐一同志合编的。他们两人利用工作之余，经过长期的工作，从全国各地出版的卫生科普、杂志、报纸和资料中挑选、整理出这些文章，总共有一千五百余篇。其中多数文章的题目是编者加注的。文章的基本内容则是由各省市医学专家、医务工作者及科普工作者编写的。因而，从某种意义上讲，这部书又是一部上千人的大合作。书中所包括的医药卫生常识内容丰富、通俗、易懂；形式活泼、生动，在群众化方面亦做出一定的努力。

当然，书中也存在不少问题和缺点。例如，因是综合性的普及读物，所以在分类上就比较困难，编者在这方面尽管作了努力，亦欠完善，只好打破一些学科之间的界线，基本上按人们生活习惯进行编排的，当然，这也是一种尝试，希望能在今后的实践中，使书的内容和形式逐步得到改进。

希望今后我们卫生科普事业能得到更迅速的发展，为提高我国人民的精神文明和健康水平，为提高我国人民的医药卫生科学知识水平作出贡献。

吕炳奎

一月十六日

编 者 的 话

《家庭卫生保健丛书》是一套卫生科普书，这套书共分八册。本册为其中之一，主要介绍疾病防治知识，分传染病防治、常见病防治及痛症防治三部分。在这册书中，我们共选编了439个问题，参考和整理了330余人的文章或文中部分内容，他们的名单如下（以下人名按文章或基本内容出现的顺序排列），

柯文、张秀芬、戈蕊、郝如一、周旭佩、侯恩祥、
刘笑春、吴宗璘、赵春芸、张学勤、张国栋、陈宝明、
宋明家、陈茂芬、傅金如、李佩斌、杨锋、彭园、
孙秀霞、徐苓、刘瑞华、董天恩、王用予、乔富渠、
李守民、余自立、王滢、范殿英、怡军、李振忠、
王玉敏、贾文绪、陈佑坤、赵灿熙、童绍宏、麦伦、
薛文昌、陈子烈、李静轩、郭兵权、虞卫、连仲元、
杨名声、杨荣宏、李力、刘健英、张剑偶、胡开先、
王用予、孙启凤、于宗河、陈文孝、姚德鸿、徐笨人、
葛书翰、胡国庆、赵长纯、张庆森、山石、何金英、
戴行吉、刘意榕、化石、郭喜庆、陈以安、张耀铮、
刘诗娟、姚义经、吴振元、莫锦明、赵祥敏、刘作思、
张玉霞、陈泽霜、叨非、徐济民、戈剑、戴林娣、
余忆、李鸿业、肖雪、凌清漳、丁青艾、党群、
赵灿熙、高明林、谢祖荣、邹逸伟、张素心、张剑祥、

张奇元、李襄五、翁德立、曾庆林、黄国雄、周其林、
金英男、魏太星、其植、张书起、良珍、王贵森、
冀心文、陈俊杰、金春和、蒋宣、王朝廷、艾信初、
邓重信、汪宗俊、张玉才、陈俊杰、熊世杰、树元、
张颀、刘国柱、谢成范、李文中、秦勇、王维亮、
周仍芝、刘诗娟、徐启刚、傅德明、王吉友、田玉凤、
胡渝生、晓军、张小秋、丰收、赵祥敏、丁青艾、
王秀德、谢贻芳、高中澄、居家瑜、张树勤、天竹、
汪宗俊、刘玉香、于宗河、肖桂元、郑鸣、王宗根、
普文、李治、赵灼英、哈志远、杨华渝、郭菊英、
欲晓、何金渺、翼淑雪、徐隆绍、王维亮、张振远、
叶贻彪、刘振祥、高礼作、苏长普、张之虎、毛祖烈、
张文生、周泽滇、陆健民、黄居添、丁应镗、张剑侗、
姚景莉、白法毅、马腾骧、张祖沼、张耀铮、陈绍枝、
宋漪、张家铎、赵心常、晓成、承祥宝、宋漪、
厚玲、李松林、洪我象、陈玉瑛、刘桥、郭延栋、
李乐民、冯克孝、汤行宽、王在民、刘清贻、王允惠、
孙经林、周章保、信初、陈顺云、黄煌长、陆惟鑫、
赵刚、邱明月、雷一平、刘认华、李芷春、吕兴久、
李明、禾玉、张守杰、孙经林、李成章、李玉兰、
林尚泽、李秉琦、薛军岳、薛运书、王洪生、熊志忠、
张义册、陈久祥、于秦曦、李元聪、锐强、张德福、
黄林邦、曾祥云、金璎、姚培元、关兴华、赵天恩、
李毓馨、林秉瑞、周本功、王一川、陈开树、李正凡、
刘宗量、江以生、张显仁、刘炳凡、王梅松、韩书恩、
田素琴、熊先明、薛军岳、秦发中、周庆符、万俊增、

余正方、郭德辉、高天、陈绍枝、李振海、刘菊芝、王宗根、李思泰、蓝云嫦、申文江、许家强、李吉友、陈泽霖、何乃恒、斯文、魏工、思秦、殷凤峙、石卫、文德、何锡瑞、黄旭光、王肇基、高常志、余忆、严明礼、汝华、王化信、王声远、齐瑞蓉、周明昌、苏金发、杨环、李明烈、陈松林、姚培元、卢关平、智超、席嘉元、李真、李吉友、史留声、朱畅宁、徐均、吴延芳、陈之胜、李襄五、葛铭、王福才、乃晨、赵浮、张平远、王声远、沈汉澂、张祖沼、张景寿、殿台、张有生、方志沂、朱长俊、彭兴、陈从新、王燕东、苏丽雯、王美岭、张久恒、虞旭、陈信玉、冷广骨、常辰、许广湘、侯子正、易校成、勇威本、刘令仪。

以上我们所提到的这三百多人，多是医学专家、医药工作者，也有翻译和科普工作者。他们的文章为本书提供了基础，特别是一些高水平的文章，为本书增添了光彩。如果没有他们的工作，这本书是不可能问世的，为此我们向他们表示衷心的感谢！

家庭卫生保健方面的知识，内容繁多，包罗万象，为了使读者较全面地掌握这方面的科技知识，我们在其他几册书里编选了以下几个方面的内容：

婴幼儿卫生保健；

妇女卫生保健；

计划生育与优生；

老年卫生保健；

生理卫生知识；

劳动生活卫生知识，

营养卫生知识，

药物与治疗知识。

由于时间仓促、水平有限、资料欠缺，固此书中难免有不少错误和不足，恳请广大读者给以批评指正。我们希望广大医务工作者、科普工作者，能在这方面做出新的成绩，为繁荣我国的科学事业，为提高中华民族的科学文化水平和健康水平而努力。

最后，对于中华全国中医学会的吕炳奎等同志的热情支持和帮助，表示衷心感谢！对于王燕东、刘振祥、刘会议、王用予、朱萍等同志的热情支持和帮助，表示衷心感谢！

编 者

目 录

一、传染病防治

呼吸道传染病的传播有什么特点？	(1)
咳嗽与呼吸道传染病有什么关系？	(3)
感冒和流感有什么区别？	(3)
感冒与气象的关系如何？	(5)
感冒为什么要多饮水？	(6)
感冒有什么危害？	(6)
感冒与心肌炎有什么关系？	(7)
怎样区别“流脑”和感冒？	(8)
蚊子和乙型脑炎有什么关系？	(9)
养鸽与脑炎有关吗？	(11)
肺结核能传染吗？	(12)
肺结核在家中治疗应注意什么？	(13)
肺结核病人用药应注意什么？	(14)
肺结核病人的饮食应怎样调理？	(15)
怎样及早地发现和治疗结核性风湿症？	(16)
水与肠道传染病有什么关系？	(17)
如何防治急性胃肠炎？	(18)
何谓“细菌性痢疾”？	(20)
怎样预防中毒型痢疾？	(21)
怎样做好痢疾病人的护理？	(22)

怎样进行痢疾的简易防治？	(22)
怎样预防流行性腹泻？	(23)
早期出血热的临床特征是什么？	(24)
怎样防治斑疹伤寒？	(25)
伤寒肝炎是怎么回事？	(26)
为什么出现黄疸？	(27)
病毒性肝炎有哪些种？	(28)
什么是暴发型肝炎？	(30)
转氨酶高就是肝炎吗？	(31)
注射器能传播肝炎吗？	(32)
怎样进行病毒性肝炎的治疗和预防？	(33)
怎样进行肝炎病人的隔离？	(35)
肝炎病人为什么应注意休息？	(37)
怎样注意肝炎病人的营养？	(38)
患过肝炎的人为什么常常肝区疼痛？	(39)
肝炎恢复期要注意什么？	(41)
麻风病传染性强吗？	(42)
麻风病会遗传吗？	(43)
钩端螺旋体病为什么容易误诊？	(44)
狂犬病有什么危害？	(45)
狂犬病怎样防治？	(45)
疟疾是怎样得的？	(47)
蛔虫是怎样长期生存的？	(47)
小儿吮指与蛲虫病有什么关系？	(48)
怎样预防姜片虫病？	(50)
如何预防绦虫病和囊虫病？	(51)

钩虫性皮炎怎样防治？	(2)
何谓“布病”？	(53)
寄生虫在人体内的寿命有多久？	(54)

二、常见病防治

治疗消化不良有什么简便易行方法？	(55)
怎样判断胃酸过少？	(56)
慢性胃炎怎样防治？	(56)
胃下垂是怎么回事？	(58)
怎样治疗胃下垂？	(59)
患胃炎应注意什么？	(60)
怎样预防肠梗阻？	(60)
腹泻是由哪些原因引起的？	(61)
何谓“精神性腹泻”？	(63)
为什么长期便秘要医治？	(64)
为什么不要滥用泻药治便秘？	(65)
便血是怎么回事？	(65)
阑尾有什么用处？	(66)
阑尾为什么爱发炎？	(67)
患了急性阑尾炎会有什么信号？	(68)
胆石病怎样防治？	(68)
胆囊炎病人为啥不宜吃油腻食物？	(70)
肝大是怎么回事？	(71)
肝硬化病人要注意什么？	(72)
怎样预防脂肪肝？	(74)
怎样治疗肝腹水？	(74)

肝昏迷是怎么回事？	(75)
药物性肝炎是怎么回事？	(76)
饮酒与肝病有什么关系？	(77)
肾病和肝病为什么被称为“母子病”？	(78)
怎样防治急性肾炎？	(79)
尿液中有蛋白质是肾炎吗？	(81)
秋疝子与肾炎有什么关系？	(82)
为什么肾脏病人要少吃盐？	(83)
肾绞痛是怎么回事？	(84)
如何防治药物损伤肾脏？	(85)
怎样保护肾脏？	(86)
石淋是怎么回事？	(87)
什么是“特发性浮肿”？	(88)
哪些疾病与咳嗽有关？	(89)
气管炎是怎样引起的？	(90)
慢性气管炎患者冬天应注意些什么？	(91)
慢性气管炎怎样用饮食治疗？	(92)
怎样防治支气管扩张？	(93)
怎样预防哮喘病？	(94)
怎样治疗哮喘？	(95)
哮喘病人在饮食上应注意哪些问题？	(97)
怎样防治肺气肿？	(98)
为什么心脏性气喘常在夜间发作？	(100)
怎样防治肺心病？	(101)
肺心病病人如何过冬？	(102)
咯血的原因是什么？	(103)

何谓心血管病?	(105)
什么是高血压和高血压病?	(106)
患了高血压病的人还能活多少年?	(107)
高血压会遗传吗?	(107)
紧张性血压增高怎么办?	(108)
哪些职业的人容易患高血压?	(110)
好发脾气的人容易患高血压吗?	(110)
早期高血压有哪些症状?	(110)
为什么有的人既患贫血又有高血压?	(111)
为什么高血压病人降压不能“矫枉过正”? ...	(111)
降压药联合应用有什么好处?	(112)
食盐与高血压病有什么关系?	(112)
治高血压有食疗法吗?	(113)
高血压病人可采用哪些自身疗法?	(114)
治疗妊娠高血压要注意什么?	(114)
治疗溃疡病患者的血压要注意什么?	(115)
治疗冠心病患者的高血压要注意什么?	(115)
何谓冠心病?	(115)
高血压冠心病应怎样保健?	(117)
冠心病可以早知道吗?	(118)
冠心病患者早晨起床应注意什么?	(120)
心前区疼痛或憋闷都是冠心病吗?	(121)
怎样应急处理心绞痛?	(122)
为什么中年人患冠心病猝死率高?	(122)
冬季怎样预防猝死?	(124)
冠心病病人怎样使用保健盒?	(126)

什么是心肌梗塞的前兆?	(126)
怎样进行心肌梗塞的现场抢救?	(127)
怎样进行心脏复苏抢救术?	(128)
铬和动脉硬化有什么关系?	(129)
脑血栓是怎样形成的?	(130)
睡眠与脑血栓形成有什么关系?	(132)
中风前会有哪些信号?	(132)
小中风是怎么回事?	(133)
如何防治神经功能性心脏病?	(134)
心悸是不是心脏病?	(135)
早搏是心脏病吗?	(136)
先天性心脏病是怎么一回事?	(137)
为什么心脏病病人不宜吃得过饱?	(138)
控制血脂升高的食物有哪些?	(139)
何谓“胆固醇”?	(139)
踟蹰是四联症的特有现象吗?	(140)
什么是青年人奋力综合症?	(141)
献血能引起低血压吗?	(141)
低血压是不是贫血?	(142)
缺铁性贫血如何补充铁?	(143)
醉酒能引起贫血吗?	(144)
何谓“低血钾麻痹症”?	(145)
什么是“血红蛋白病”?	(145)
怎样防止白细胞减少?	(147)
哪些常用药物可引起血液病?	(148)
糖尿病是一种什么病?	(150)

尿糖阳性就是糖尿病吗？	(151)
哪些人易患糖尿病？	(152)
糖尿病的早期信号是什么？	(153)
怎样防治糖尿病？	(154)
为什么说调节饮食是糖尿病的治疗基础？	(155)
为什么高纤维饮食能治疗糖尿病？	(156)
为什么糖尿病患者须防感染？	(157)
糖尿病与中风有什么关系？	(158)
糖尿病和皮肤病有什么关系？	(159)
糖尿病患者能结婚吗？	(160)
什么是巨人症？	(161)
得了侏儒症怎么办？	(162)
甲状腺机能亢进引起的突眼怎样治疗？	(162)
何谓脑震荡？	(163)
紧张性头痛是怎么回事？	(164)
什么是三叉神经痛？	(166)
羊角风病是不治之症吗？	(167)
癫痫病人可以结婚吗？	(168)
神经衰弱会变成精神病吗？	(169)
怎样早期发现精神病人？	(170)
什么是精神病三因素？	(172)
怎样对待癔病的发作？	(173)
心身疾病在治疗上应注意什么？	(174)
软组织急性炎症怎样防治？	(175)
冻伤怎样防治？	(177)
烧伤怎样抢救？	(178)

怎样处理常见小外伤?	(179)
什么是骨折病?	(180)
怎样进行骨折的急救?	(181)
怎样进行股骨颈骨折病人的家庭护理?	(182)
颈椎病是怎么回事?	(183)
腰椎骨质增生与腰痛有什么关系?	(184)
腰痛的原因和防治有哪些?	(185)
怎样防治肩周炎?	(187)
膝关节痛是怎么回事?	(188)
关节炎与天气有什么关系?	(189)
关节脱臼怎么办?	(190)
风湿性关节炎和类风湿性关节炎有什么不同?...	(191)
腱鞘炎是怎样发生的?	(193)
痛风是怎样引起的?	(193)
大骨节病是怎么回事?	(194)
坐骨神经痛是怎么回事?	(196)
急性感染性多发性神经根炎是怎么回事?	(196)
怎样防治慢性前列腺炎?	(198)
怎样治疗顽固性遗尿?	(199)
尿石是怎么回事?	(200)
包皮过长应怎样处理?	(201)
下肢静脉曲张是怎么一回事?	(202)
痔疮是怎样发生的?	(203)
怎样防治脱肛?	(204)
肛裂是怎么回事?	(205)
近视眼是怎样得的?	(207)

饮食与近视眼有关系吗？	(207)
近视眼同正常视力有什么不同？	(207)
近视和老花能抵消吗？	(208)
治疗假性近视眼有什么方法？	(209)
怎样预防近视眼？	(209)
远视眼是怎么回事？	(210)
青光眼是怎样造成的？	(211)
眼球黑变病和蓝色巩膜是怎么回事？	(212)
色盲是怎么回事？	(213)
看书久了为何眼睛易疲劳？	(214)
怎样防治红眼病？	(214)
使用“六六六”等农药会引起红眼病吗？	(216)
人为什么要眨眼？	(216)
迷眼之后怎么办？	(217)
角膜擦伤和异物伤怎么治疗？	(218)
为什么要谨防眼球内异物？	(219)
人眼内生蛆是怎么回事？	(220)
人眼里也会有寄生虫吗？	(221)
患眼病怎样进行冷敷与热敷？	(223)
怎样滴眼药？	(224)
眼泪有哪些功能？	(225)
哪种方法治泪囊炎好？	(226)
眼睛为何失明？	(227)
沙眼会引起失明吗？	(228)
红外线性白内障是怎么回事？	(229)
常戴墨镜可以防治白内障吗？	(230)