



家庭保健 大全

李秀英 等 编译 人民卫生出版社

家庭保健大全

编 译 者

李秀英	赵 沁	刘开敏	张秀清
杨长凤	阎明远	李映溪	李慕芝
迟荣玲	愚	心	

人 民 卫 生 出 版 社

目 录

第 1 篇 症 状

一、发烧	1
1. 体温与发烧	1
2. 不用担心的发烧	3
3. 发烧的方式与疾病	3
4. 发烧时伴有的症状及其疾病	4
5. 发烧的处理	6
二、呼吸困难	6
三、心悸	7
1. 心脏的搏动变快	8
2. 心脏搏动的节律发生紊乱	9
3. 心脏的搏动没有异常的时候	10
四、恶心、呕吐	10
1. 恶心、呕吐的特点	10
2. 恶心、呕吐与疾病	11
3. 伴有其他症状的恶心、呕吐与疾病	11
五、咳嗽、咯痰	12
1. 咳嗽	12
2. 咯痰	14
六、咯血、呕血	15
1. 咯血	15
2. 咯血的方式与疾病	15
3. 呕血	17
七、食欲异常、胖与瘦	18
1. 食欲异常	18

2. 肥胖·····	20
3. 消瘦·····	21
八、疲劳(倦怠)·····	21
1. 伴随其他症状的疲劳·····	22
2. 内分泌腺疾病引起的疲劳·····	22
3. 肌无力所致的疲劳·····	23
九、眩晕、头部充血、冷感·····	23
1. 眩晕·····	23
2. 热感、冷感·····	24
十、浮肿、肿胀、肿块(疙瘩)·····	25
1. 浮肿·····	25
2. 肿胀、肿块(疙瘩)·····	26
十一、颤抖、痉挛、麻痹·····	28
1. 颤抖·····	28
2. 痉挛·····	29
3. 麻痹·····	30
十二、出汗异常·····	32
1. 生理性出汗·····	32
2. 疾病引起的出汗·····	32
3. 对出汗的措施·····	33
十三、尿的异常·····	33
1. 排尿次数与尿量的异常·····	33
2. 排尿方式的异常·····	35
3. 尿成分异常·····	35
十四、大便异常·····	36
1. 腹泻·····	36
2. 便秘·····	38
3. 大便的性质和形状的异常·····	38
十五、昏厥·····	39
十六、精神异常·····	40
1. 智能的异常·····	41
2. 感情与心情的异常·····	42
3. 意欲和行动的异常·····	42

十七、睡眠异常	43
1. 不眠症	44
2. 过眠症	44
十八、头痛、头部异常	45
1. 头痛的种类	45
2. 对头痛的措施	48
3. 头部异常	48
十九、面色与面部异常	49
1. 面色的变化	49
2. 表情的变化	49
3. 脸外形的变化	49
4. 面部麻痹	50
5. 面部疼痛	50
二十、眼睛异常	50
1. 视力异常	50
2. 眼球的转动和形状等异常	52
3. 眼睛的其他异常	54
二十一、牙、口腔、颌异常	55
1. 牙	55
2. 口腔	57
3. 颌	60
二十二、耳、鼻、喉异常	60
1. 耳	60
2. 鼻	61
3. 喉(嗓子)	62
二十三、颈、肩、背异常	63
1. 颈	63
2. 肩	65
3. 背	65
二十四、腰痛、腰部异常	65
1. 腰痛	66
2. 直不起腰、腰无力	67
3. 腰弯曲	67

4. 日常生活中的注意事项.....	67
二十五、胸痛、胸部异常.....	67
1. 胸痛.....	67
2. 其他胸部异常.....	69
二十六、腹痛、腹部异常.....	70
1. 腹部器官.....	70
2. 腹痛.....	71
3. 其他腹部异常.....	74
二十七、肛门异常.....	75
1. 肛门疼痛.....	75
2. 肛门处发痒.....	75
3. 从肛门里流出血和脓.....	76
4. 肛门失灵.....	76
二十八、男性性器官的异常.....	77
1. 阴茎异常.....	77
2. 阴囊及内容物异常.....	77
3. 性功能异常.....	78
二十九、手、足异常.....	78
1. 胳膊腿痛.....	78
2. 手脚肿胀.....	79
3. 手脚肿大或有肿块.....	79
4. 手脚麻痹.....	79
5. 大腿根和腋下淋巴结肿大.....	79
三十、发疹和皮肤异常.....	79
1. 发疹.....	80
2. 皮肤的其他异常.....	80
3. 皮肤病的预防.....	83
三十一、毛发、指甲异常.....	84
1. 毛发.....	84
2. 指甲.....	85

第 2 篇 疾 病

第 1 章 精神科疾病.....	86
------------------	----

一、精神疾病知识.....	86
1. 精神疾病种类.....	86
2. 精神疾病的发病原因.....	87
二、精神病的诊断和治疗.....	87
1. 在看医生时.....	87
2. 精神病的诊断.....	88
3. 精神病的治疗.....	88
4. 家庭疗养实况.....	89
5. 周围人们的态度.....	89
三、精神分裂症.....	90
1. 精神分裂症的原因和病程.....	90
2. 精神分裂症的病型和症状.....	90
3. 对人关系的特点.....	91
4. 精神分裂症的治疗.....	92
5. 恢复社会生活的可能性和预防复发.....	93
6. 分裂症多发于青年期.....	94
四、躁郁症.....	94
1. 躁郁症是什么病?.....	94
2. 躁郁症的发病原因.....	95
3. 躁郁症的症状.....	95
4. 躁郁症的病程和病型.....	96
5. 躁郁症的治疗.....	96
6. 家属及同事如何对待躁郁症患者.....	96
五、神经症.....	97
1. 什么是神经症?.....	97
2. 神经症的原因.....	98
3. 神经症的症状.....	98
4. 神经症的诊断.....	99
5. 神经症的种类.....	99
6. 神经症的治疗.....	101
7. 年龄与神经症.....	101
六、心身症.....	102
1. 心身症的范围.....	102

2. 心身症的诊断	102
3. 心身症的治疗	103
4. 心身症的原因	103
5. 心身症的预防	103
七、外因、身体疾病引起的精神损伤	104
1. 症状性精神病	104
2. 器质性精神病	104
3. 酒精中毒引起的精神损伤	105
4. 药物中毒引起的精神变化	106
第2章 癌症	108
一、癌症知识	108
1. 癌症本质	108
2. 癌症发生部位	109
3. 癌细胞的特征	109
4. 癌变的原因	109
5. 癌症的早期发现	110
6. 癌症的治疗	110
7. 癌症的预防	110
二、肺癌	111
1. 肺癌的特征	111
2. 肺癌的原因	111
3. 肺癌的症状	112
4. 肺癌的诊断	113
5. 肺癌的治疗	113
三、胃癌	113
1. 胃癌的特征	113
2. 胃癌的原因	114
3. 胃癌的症状和经过	114
4. 胃癌的诊断	115
5. 胃癌的治疗	115
6. 胃癌的预防	116
四、食道癌	116
1. 食道癌的原因	116

2. 食道癌的症状.....	117
3. 食道癌的诊断.....	117
4. 食道癌的治疗.....	117
五、肠道、肛门癌.....	118
1. 结肠癌.....	118
2. 直肠癌.....	118
3. 肛门癌.....	119
六、血癌.....	119
1. 白血病.....	119
2. 恶性淋巴瘤.....	121
七、肝脏、胆道、胰腺癌.....	122
1. 肝癌.....	122
2. 胆道癌.....	123
3. 胰腺癌.....	124
八、脑、神经癌.....	125
1. 脑肿瘤.....	125
2. 脊髓肿瘤.....	127
九、泌尿器官与男性生殖器的癌症.....	128
1. 肾癌.....	128
2. 膀胱癌.....	129
3. 前列腺癌.....	130
4. 睾丸恶性肿瘤(睾丸癌).....	130
5. 阴茎癌.....	131
十、皮肤癌与骨癌.....	131
1. 皮肤癌.....	131
2. 多发性骨髓瘤.....	132
3. 骨肉瘤.....	133
十一、咽喉与甲状腺癌.....	134
1. 咽癌.....	134
2. 喉癌.....	135
3. 甲状腺癌.....	136
十二、口腔癌与鼻咽癌.....	137
1. 口腔癌.....	137

2. 舌癌·····	138
3. 牙龈癌·····	139
4. 颌骨肿瘤·····	139
5. 唾液腺癌·····	139
6. 鼻窦癌·····	140
十三、女性生殖器癌·····	141
1. 子宫癌·····	141
2. 卵巢癌·····	143
3. 绒毛癌·····	144
4. 阴道癌·····	145
5. 其他生殖器癌·····	145
十四、乳癌·····	145
十五、儿童癌症·····	149
第3章 脑神经系统疾病 ·····	154
一、脑神经系统的结构与功能·····	154
1. 脑的结构·····	154
2. 脑的功能·····	157
二、中风(脑血管意外)·····	159
1. 中风的分类·····	160
2. 中风的原因与症状·····	160
3. 中风的治疗与护理·····	161
三、脑(头部)疾病·····	162
1. 头痛·····	162
2. 癫痫·····	163
3. 脑脊髓膜炎(脑膜炎)·····	166
4. 舞蹈病·····	166
5. 小舞蹈病·····	167
6. 脑脓肿·····	167
7. 头部大小的异常·····	167
四、脊髓疾病·····	168
1. 脊髓小脑变性症·····	168
2. 脊髓空洞症·····	168
3. 脊髓炎·····	169

4. 脊髓的血行障碍.....	170
5. 脱髓疾病.....	172
五、神经疾病.....	174
1. 运动神经元疾病.....	174
2. 多发性神经炎.....	176
3. 末梢神经变性疾病.....	176
六、神经痛.....	180
1. 三叉神经痛.....	181
2. 肋间神经痛.....	182
3. 坐骨神经痛.....	183
第4章 呼吸器官疾病	185
一、呼吸器官的结构与功能.....	185
1. 呼吸道.....	185
2. 肺.....	186
3. 附属器官.....	186
4. 呼吸生理(换气和气体交换).....	186
5. 呼吸运动.....	187
二、感冒.....	187
1. 什么是感冒.....	187
2. 感冒的原因.....	188
3. 感冒的传染途径与发病.....	188
4. 感冒的诱因.....	189
5. 寒冷与感冒.....	189
6. 感冒症状与病型.....	190
7. 感冒的治疗.....	192
8. 感冒药的效果.....	193
9. 预防感冒的措施.....	193
10. 对下述感冒的注意事项.....	195
三、流行性感冒(简称流感).....	196
四、气管、支气管疾病.....	197
1. 气管与支气管炎.....	197
2. 支气管扩张症.....	200
五、肺炎.....	200

1. 肺炎是什么样的疾病?	200
2. 肺炎种类	200
3. 肺炎原因	201
4. 肺炎症状	201
5. 肺炎经过	201
6. 肺炎诊断	201
7. 肺炎治疗	202
8. 老年性肺炎	202
六、肺部疾病	202
1. 肺化脓症	202
2. 肺纤维症	203
3. 肺囊肿	203
4. 肺气肿	204
5. 肺水肿	205
6. 肺栓塞、肺梗塞	205
7. 非典型抗酸菌症	206
8. 肺肉瘤病	207
9. 肺真菌病	207
七、结核	208
1. 肺结核	208
2. 粟粒结核	210
3. 肺门淋巴结结核	210
4. 颈淋巴结结核	211
八、胸膜疾病	211
1. 胸膜炎	211
2. 胸膜肿瘤	213
3. 脓胸	213
4. 气胸	214
九、横膈膜与纵隔疾病	214
1. 横膈肌疝	214
2. 膈肌麻痹	215
3. 膈下脓肿	215
4. 纵隔炎	216

5. 纵隔疝	216
6. 纵隔气肿	217
7. 纵隔肿瘤	217
第5章 循环系统与血液疾病	219
一、循环系统与血压	219
1. 心脏的结构与功能	219
2. 血管的构造与功能	220
3. 血压知识	221
二、先天性心脏病	221
1. 房间隔缺损症	222
2. 室间隔缺损症	223
3. 肺动脉狭窄症	223
4. 法洛氏四联症	223
5. 动脉管未闭症	223
6. 三尖瓣闭锁症	224
7. 整个肺静脉环流异常症	224
8. 主动脉窦动脉瘤(瓦耳萨耳瓦氏窦动脉瘤)	224
9. 心内膜床缺损症	224
三、心绞痛与心肌梗塞	224
1. 心绞痛与心肌梗塞的原因	225
2. 心绞痛与心肌梗塞的症状	225
3. 心绞痛与心肌梗塞的急救	226
4. 心绞痛与心肌梗塞的治疗	227
5. 心绞痛与心肌梗塞的休养与日常生活	228
6. 心绞痛与心肌梗塞的预防与检查	228
四、心脏病	228
1. 心瓣膜病	228
2. 肺心病(肺源性心脏病)	231
3. 心功能不全	232
4. 心律紊乱	233
5. 心脏神经症	234
6. 心肌病(特发性心肌病)	235
7. 心包炎	235

8. 心内膜炎·····	236
9. 心肌炎·····	237
五、动脉硬化症·····	238
1. 动脉硬化是一种什么样的疾病? ·····	238
2. 动脉硬化的原因·····	239
3. 主要的几种动脉硬化·····	239
4. 动脉硬化的预防和治疗·····	240
六、血管病·····	241
1. 动脉栓塞症·····	241
2. 主动脉狭窄症·····	241
3. 主动脉炎·····	242
4. 静脉血栓症、血栓性静脉炎·····	242
5. 动脉瘤·····	243
6. 静脉瘤·····	243
7. 雷诺氏病·····	244
8. 伯格氏病(血栓阻塞性脉管炎) ·····	244
9. 无脉病·····	245
七、高血压和低血压·····	245
1. 高血压症·····	245
2. 低血压症·····	248
八、血液成分与功能·····	248
1. 血液成分·····	248
2. 血球的调节·····	249
3. 血液的功能·····	249
九、贫血·····	250
十、血液病·····	251
1. 多血症·····	251
2. 粒细胞减少症·····	251
3. 出血性体质·····	251
4. 血管内血液凝固综合征(DiC) ·····	253
5. 血友病·····	253
第6章 消化系统疾病·····	255
一、食道、胃肠的结构和功能·····	255

1. 食道的结构和功能	255
2. 胃的结构和功能	255
3. 肠的结构和功能	256
二、食道疾病	258
1. 特发性食管扩张症(贲门痉挛症)	258
2. 食道痉挛症	259
3. 食道神经官能症	260
4. 食道炎	260
5. 食道溃疡	261
6. 食道憩室	261
7. 食道的良性肿瘤	262
8. 食道裂孔疝	262
三、胃炎	262
1. 急性胃炎	263
2. 慢性胃炎	264
四、胃与十二指肠溃疡	267
1. 胃与十二指肠溃疡是一种什么病	267
2. 胃与十二指肠溃疡的原因	268
3. 胃与十二指肠溃疡的症状	269
4. 合并症	269
5. 鉴别诊断	270
6. 胃与十二指肠溃疡的诊断	270
7. 胃与十二指肠溃疡的治疗	271
五、胃的疾病	272
1. 胃下垂症	272
2. 胃松弛无力	275
3. 胃扩张	275
4. 胃神经官能症	275
5. 幽门狭窄	277
6. 幽门脱垂症	277
7. 胃扭转	277
8. 胃酸过多症	278
9. 无酸症、减酸症	280

10. 胃的良性肿瘤·····	281
11. 胃切除后的后遗症·····	282
六、肠道的炎症·····	283
1. 肠炎·····	283
2. 局限性肠炎(克隆病)·····	285
3. 溃疡性结肠炎·····	285
七、肠疾病·····	287
1. 过敏性结肠综合征·····	287
2. 便秘症·····	288
3. 腹泻·····	290
4. 阑尾炎·····	291
5. 移动盲肠·····	294
6. 移动性乙状结肠过长症·····	295
7. 肠憩室·····	295
8. 腹股沟疝·····	296
9. 肠梗阻·····	296
10. 腹膜炎·····	297
11. 肠道的良性肿瘤·····	299
12. 吸收不良综合征·····	299
八、直肠、肛门的结构和功能·····	300
1. 直肠的结构·····	300
2. 肛门的结构·····	300
3. 排便的机制·····	300
附 人工肛门·····	301
九、直肠和肛门的疾病·····	301
1. 直肠、肛门周围炎·····	301
2. 直肠炎·····	302
3. 直肠的良性肿瘤·····	303
4. 痔核·····	303
5. 肛裂·····	305
6. 脱肛·····	306
7. 痔瘕·····	307
8. 肛门瘙痒症·····	308

十、肝脏、胆道、胰腺的结构和功能·····	308
1. 肝脏的结构·····	308
2. 肝脏的功能·····	309
3. 胆道(胆囊、胆管)的结构和功能·····	310
4. 胰腺的结构·····	311
5. 胰腺的功能·····	312
十一、黄疸·····	312
1. 黄疸是怎样出现的·····	312
2. 黄疸的类型·····	313
3. 黄疸的治疗·····	315
十二、肝炎·····	315
1. 病毒性肝炎·····	315
2. 病毒性肝炎的类型和经过·····	316
3. 病毒性肝炎的诊断·····	317
4. 病毒性肝炎的治疗·····	317
附 由酒精引起的肝损害·····	318
十三、肝脏疾病·····	318
1. 中毒性肝损害·····	318
2. 肝硬化·····	319
3. 脂肪肝·····	320
4. 血色病·····	321
5. 肝脓肿·····	321
十四、胆道疾病·····	321
1. 胆石症·····	321
2. 胆囊炎和胆管炎·····	323
3. 胆道运动障碍·····	323
4. 胆囊的良性肿瘤·····	324
十五、胰腺的疾病·····	324
1. 胰腺炎·····	324
2. 胰腺囊肿·····	325
第7章 内分泌、代谢异常、营养失调、风湿性疾病·····	326
一、内分泌知识·····	326
1. 内分泌腺与激素·····	326