

昂立健康咨询丛书

腹泻 的自测与 治疗

马贵同 胡鸿毅 编著

Fuxie de

Zice yu Zhiliao

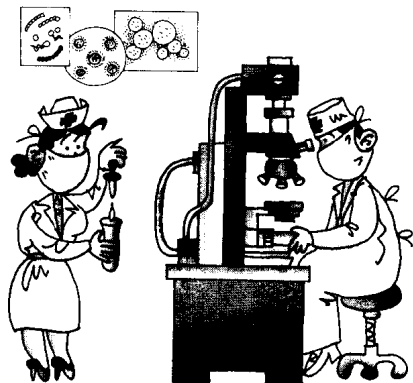


昂立健康咨询丛书

腹泻的自测与 治疗

马贵同 胡鸿毅 编著

上海科技教育出版社



图书在版编目(CIP)数据

腹泻的自测与治疗/马贵同, 胡鸿毅编著. —上海: 上海科技教育出版社, 2001. 12

(昂立健康咨询丛书)

ISBN 7-5428-2713-8

I. 腹… II. ①马… ②胡… III. 腹泻-诊疗
IV. R574.62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 070751 号

昂立健康咨询丛书

腹泻的自测与治疗

马贵同 胡鸿毅 编著

丛书策划 汤抗美

责任编辑 汤抗美

装帧设计 桑吉芳

出版 上海科技教育出版社
上海市冠生园路 393 号

邮政编码 200235

发行 上海科技教育出版社

经销 各地新华书店

印刷 常熟市印刷二厂

开本 787×960 1/32

印张 5.25

插页 1

字数 88 000

版次 2001 年 12 月第 1 版

印次 2001 年 12 月第 1 次

印数 1-12 000

书号 ISBN 7-5428-2713-8/R·181

定价 12.00 元

AV64/03

编委会名单

编委会主任 朱抗美 蓝先德

编委会副主任 沈远东 贺锡廉

编委 (以姓氏笔画为序)

马贵同 朱抗美 朱新革 李庆升

沙大年 沈远东 陆鸿元 杨炳初

范小兵 程 泾

执行编委 周 强

编写人员 (以姓氏笔画为序)

马贵同 牛宝玉 王卫芳 朱长玲

朱抗美 朱国庆 朱新革 李庆升

沈远东 陆鸿元 杨炳初 杨 敏

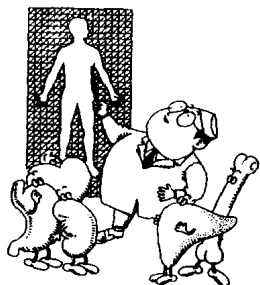
孟凡霞 金芷君 胡鸿毅 赵 辉

程 泾 戴德英

序

健康长寿是人类永恒的追求。在探索生命之谜、寻找长寿妙方的过程中,人类作出了艰苦的努力,也取得了辉煌的成果。尤其是在刚过去的 20 世纪,预防接种技术的普遍应用,使传染病大幅度下降;抗结核病药物和抗生素的发明与普及,更使人类寿命大大延长;从断肢再植、器官移植、试管婴儿,到基因重组、克隆……这一系列医学科技上的进展,为人类提供了一把把打开健康长寿大门的金钥匙。

人类把刚刚迈入的 21 世纪,称做健康长寿的世纪,对此人们更加寄予美好的梦想和殷切的期望。我认为要实现这一目标,除依靠生命科学的突破外,同样需要人们在自我保健的观念上有所创新。在医学领域内需要“高”、“精”、“尖”,但同样需要踏踏实实地做一些医学知识的普及与宣传工作,切实提高人们的健康知识水平和自我保健能力。只有当人们自觉采取有益于健康的行为,树立健康的生活方式,



避免危险因素时,才能达到增进健康的目标。

上海交大昂立股份有限公司以提高大众健康水平为己任,不断研制开发含高新科技的医药保健品,同时注重对医学知识和科学保健知识的宣传和普及。本公司成立 10 余年来,通过举办科普讲座、大型义诊、社区科普宣传等系列活动,努力向大众进行科学保健知识的宣传。这次我们又与上海科技教育出版社共同潜心策划了这套“昂立健康咨询丛书”,邀请当代最具权威的医学专家撰笔,以朴实的文风,将深奥的医学原理变得易于为广大读者所接受。我认为这套丛书的出版,对于普及医学保健知识,提高大众自我保健能力,将作出积极的贡献。

上海交大昂立股份有限公司总经理

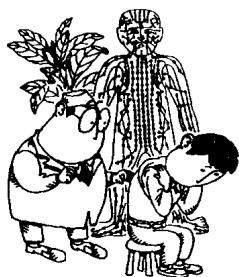
2001 年 5 月

前言

人的能量来源于食物,健康的机体在吸收其精华的同时,还有规律地排泄着糟粕。以往我们只是用心于如何吃得更好,而对艰难的便秘习以为常,或者对于偶尔的“拉稀”不屑一顾。随着人们生活水平的提高和饮食结构的改变,由此而引起了肠道疾病的高发。据统计,目前腹泻病人已占医院消化科门诊的 30%~50%。人们在尽情地享受美味佳肴的同时,已逐渐认识到合理饮食的重要性,并开始留意排便所提示的疾病“信号”。为此,作为专科医生有责任通过对腹泻原理和相关疾病的浅显介绍,普及肠道多发疾病的自测和治疗知识。

腹泻一症,往往是许多疾病的早期症状,但并不都容易治疗,其原因有医生诊治上的忽略,也有病人对腹泻知识的匮乏,结果贻误了治疗的最佳时机而酿成无可弥补的遗憾。

在重视自然疗法的今天,中医药以其简、便、廉、



验,和毒副反应较小的优势,日益受到医学界和广大病人的青睐,尤其在腹泻的治疗上,不仅能帮助控制腹泻疾病的急性发作,对各种久拖不愈的慢性腹泻,如溃疡性结肠炎、肠易激综合征等疾病的治疗更是独树一帜。中医在对腹泻的护理、保健养生和食疗调理等方面也颇有特色。为此,我们在书中提供了一些中医诊疗和保健调理的知识,以飨读者。

本书中除介绍了肠道的结构和生理功能特点、影响粪便性质与排出的主要因素、腹泻的诊断、腹泻与相关疾病等内容外,还引进了目前流行的肠道微生态概念,介绍肠道微生态紊乱与腹泻的关系,以及肠道微生态的调节等知识。撰写中,我们力求内容全面、通俗浅显、中西兼涉,不仅让读者认识腹泻,还有助于读者对腹泻疾病的早发觉、早诊断、早就医。通过对腹泻自测与治疗知识的了解,病人可积极配合医生,发挥防治疾病的主观能动性。

其实,腹泻是一个相当复杂的疾病,加之临床变化多端,区区数言难以涵盖全貌,故本书也只是起到抛砖引玉的作用,读者切不可机械对照,以至增加不必要的心理负担。希望本书能为广大读者解决一些疑虑,成为身边的“咨询医生”。我们也乐意借此与广大读者建立联系,提供更多的医疗服务。书中纰漏之处,敬请同道和读者指正。

编者

2001年9月



马贵同,1938年生,教授、主任医师、博士生导师。现任上海市中医学会理事、中医老年病学会副主任委员、中医内科学会脾胃病专业委员会主任委员、上海市中西医结合学会消化系专业委员会副主任委员、上海市中医溃疡性结肠炎特色专科主任;以及《中国中医年鉴》编委、《中国中西医结合消化杂志》编委、《上海中医药杂志》和《上海中医药大学学报》常务编委等职。主编《实用中医脾胃病学》等著作10余部,已发表论文30余篇。曾获国家中医药管理局、上海市卫生局科技进步奖。享受国务院特殊津贴。



胡鸿毅,1968 年生, 博士研究生, 中医内科主治医师。1992 年毕业于上海中医学院, 同年入上海中医学院附属龙华医院从事中医内科临床与教学工作。2000 年获上海市卫生局青年中医临床医师“希望之星”称号, 师从马贵同教授开展中医药防治胃肠病的研究。已发表论文 10 余篇。

目 录



-
- 1. 腹中的迷宫——肠道**
 - 肠道的结构 /3
 - 肠道的功能 /7
 - 2. 肠道的微生态与腹泻**
 - 何谓肠道微生态 /13
 - 微生态失调与腹泻 /17
 - 微生态失调的防治 /20
 - 3. 中医学对腹泻的认识**
 - 脏腑功能失调与腹泻 /25
 - 引起脾胃功能紊乱的因素 /26
 - 中医学与微生态 /30
 - 4. 腹泻的类型**
 - 渗出性腹泻 /37
 - 渗透性腹泻 /38

分泌性腹泻 /39

肠道功能紊乱性腹泻 /41

5. 几种不同类型的便质

水样稀便 /45

红色血便 /46

柏油样便 /47

特殊类型的便质 /48

寄生虫便 /49

6. 用于腹泻诊断的几种方法

粪便检查 /53

吸收及运动感觉功能检查 /55

X线检查及血管造影术 /58

内窥镜检查 /60

CT、B超及其他检查 /64

7. 腹泻与疾病

痢疾 /69

急性胃肠炎 /73

肠结核 /77

急性出血坏死性肠炎 /81

溃疡性结肠炎 /84

克罗恩病 /89

大肠癌 /92

类癌综合征 /96

大肠息肉 /99

-
- 缺血性肠炎 /103
假膜性肠炎 /107
真菌性肠炎 /111
肠易激综合征 /115
消化吸收不良综合征 /119

8. 不同体质的食疗

- 气虚体质 /125
阳虚体质 /127
血虚体质 /129
阴虚体质 /130
气郁、瘀血体质 /132
痰湿、阳盛体质 /134

附 小百科

- 黏膜的外臂——皱襞与绒毛 /6
上皮细胞与固有膜是怎么一回事 /16
为何有人喝牛奶会腹泻 /19
旅行者腹泻 /22
腹泻病人为何要忌口 /29
为何糖尿病病人容易出现腹泻 /39
卓-艾氏综合征和胰性霍乱综合征 /40
急慢性腹泻划分的依据 /42
肝硬化为何会引起上消化道出血 /47
艾滋病与肠道寄生虫 /50
做肠镜后钡剂灌肠是否还要做 /63

肠镜检查前的准备	/65
霍乱是怎么一回事	/76
怎样发现结核菌	/80
排除溃疡性结肠炎应查什么	/88
怎样早期发现大肠癌	/95
类癌分泌的激素有哪些	/99
大肠腺瘤会变癌吗	/102
怎样诊断缺血性肠炎	/106
自身免疫性肠道病是咋回事	/111
放射性肠炎	/114
哪些全身性疾病会出现腹泻	/118
梭状芽孢杆菌的脾性	/122
食物中毒细菌家族的脾性	/126
为何腹泻病人要少吃多纤维食物	/131
吃饭快慢与腹泻有关吗	/133
为何膨胀剂可治疗腹泻	/135

小知识

腹泻快速查询	/136
常见食物的功效与宜忌	/139

1

腹中的迷宫 ——肠道



