

常見疾病康復指南

500問

任長方 主編

四川科學技術出版社



CHANG JIAN JI BING KANG FU ZHI NAN

---

# 常见疾病康复指南 500问

---

主编 任长方

四川科学技术出版社

---

责任编辑：张 达 扬  
                  宋 晓 蓉  
封面设计：朱 德 祥  
技术设计：彦 康

**常见疾病康复指南500问**  
Changjianjibingkangfuzhinan500wen

任 长 方 主 编

---

---

四川科学技术出版社出版

（成都盐道街三号）

四川科学技术出版社发行

资 中 县 印 刷 厂 印 刷

ISBN 7—5364—0595—2/R·110

---

1988年1月第一版 开本787×1092毫米1/32

1988年8月第二次印刷 字数 280 千

印数18001—30375册印张 12.5 插页 5

定 价：3.85元

加强医療保健之  
作提高康復医学  
水平

一九五七年秋

楊超



# 序 言

随着人类物质生产与精神文明的进步，科学技术与认识自然能力的提高，导致社会对医学科学的需要发生重大改变。健康的标准提高了，人们不仅要求治好病伤，保住生命，而且要生活愉快，健康长寿。以致健康的内涵变成：“是一种身体上、精神上和社会福利上的完美状态，而不仅仅是没有疾病和衰弱现象。”社会的需要远远超出传统“生物医学模式”范围，引起现代医学向“生物、心理、社会医学模式”长足演变。由预防医学、临床医学和康复医学构成的现代医学体系，既紧密联系又有显著区别。作为第三医学的康复医学，当前的主要目标是：最大限度地恢复病、伤、残者的身体功能，促进身心健康，使之“回归社会”、“重返家庭”；同时要致力于老年人的保健与疾病问题，不断提高其自身抵抗力，使其却病延年。康复的最终目标是“人人健康”。显然，要达到这样的目标，广大医务人员自是责无旁贷，但还须依靠整个社会人人行动，科学生活，大力开展康复自助才能实现。

我国康复医学事业，正在有领导、有计划地发展。任长方同志主编的《常见疾病康复指南》一书，邀请了精通此道

的专家、学者写成,具有体裁新颖,内容精当,知识面广,实用性强,而且深入浅出,通俗易懂等优点,恰恰符合当前对康复医学知识与技术的迫切需要。这本书既可作起步阶段的医务人员和康复工作者的参考,又是病、伤、残者,中老年人和众多家庭实施康复自助的良好读物。总之,这是一本值得推荐的科普著作,故以为序。

刘云波

1987年10月于成都

# 目 录

## 第一章

康复医学总论	任长方 李明宗
1. 什么叫康复医学? .....	1
2. 为什么现代康复医学称为“第三医学”? .....	1
3. 康复医学源远流长吗? .....	2
4. 康复医学在美、日的历史状况如何? .....	3
5. 我国康复医学的兴起与现状如何? .....	4
6. 康复医学的对象是什么? .....	5
7. 世界康复对象知多少? .....	6
8. 康复医学包括哪些内容? .....	6
9. 康复的原则是什么? .....	8
10. 身体康复有几类方法? .....	8
11. 康复治疗适宜于哪些病种? .....	9
12. 疗养医学“姓临”还是“姓康”? .....	9
13. 国际上对残疾如何分类? .....	10
14. 康复的范围包括哪些? .....	11
15. 康复医学与临床医学、预防医学有什么不同? ...	11
16. 康复的标准是什么? .....	12

17. 康复医学机构的基本条件是什么? .....	13
18. 为什么说发展康复医学有着广泛的社会基础? ...	13
19. 为什么临床与预防工作者必须了解和掌握康复医学知识? .....	14

## 第二章

### 心血管疾病康复

张正中 刘中英

20. 心血管疾病患者康复医疗的范围有哪些? .....	16
21. 如何搞好心血管疾病的康复? .....	17
22. 气功对心血管疾病的作用和效果如何? .....	18
23. 影响血压的因素有哪些? .....	18
24. 高血压对人体健康有什么危害? .....	19
25. 高血压与冠心病有关吗? .....	20
26. 运动能否促进高血压康复? .....	20
27. 高血压患者进行体育锻炼应注意哪些事项? .....	21
28. 如何正确对待高血压的药物治疗? .....	22
29. 高血压病各期康复措施有什么不同? .....	3
30. 产生低血压的原因有哪些? .....	24
31. 如何促进低血压康复? .....	24
32. 什么叫冠心病? 有哪些表现? .....	25
33. 冠心病的易患因素有哪些? .....	26
34. 冠心病的诱发因素有哪些? .....	27
35. 什么是冠心病的康复程序? .....	27
36. 运动对冠心病有益还是有害? .....	28
37. 冠心病病人怎样选择运动锻炼项目? .....	29
38. 冠心病病人如何掌握运动量的大小? .....	30



39. 冠心病人在什么情况下不宜进行运动锻炼? .....	31
40. 冠心病如何进行自我监测? .....	31
41. 冠心病人在观看球赛、电视时应注意些什么? ...	32
42. 冠心病患者怎样作到安全旅行? .....	33
43. 非典型心绞痛有哪些表现? .....	33
44. 如何防止心绞痛的发作? .....	34
45. 心绞痛的分型与康复有什么意义? .....	35
46. 什么是稳定型心绞痛病人的康复程序? .....	35
47. 什么是急性心肌梗塞? .....	36
48. 急性心肌梗塞是不治之症吗? .....	36
49. 心肌梗塞有哪些先兆表现? .....	37
50. 心肌梗塞急性期康复措施分几个阶段进行? .....	38
51. 心肌梗塞恢复期康复医疗有什么内容? .....	39
52. 怎样进行心肌梗塞病人的心理康复? .....	39
53. 心肌梗塞病人康复锻炼前应注意些什么? .....	40
54. 心肌梗塞病人运动处方的内容有哪些? .....	41
55. 心肌梗塞病人锻炼过度的表现是什么? .....	42
56. 严重心绞痛、心肌梗塞有什么新的治疗方法? ...	42
57. 如何防止陈旧性心肌梗塞再次发病? .....	44
58. 体外反搏治疗冠心病有什么优点? .....	44
59. 目前对冠心病患者的性生活有什么看法? .....	45
60. 心跳不规则对人体的影响怎样? .....	45
61. 如何防止心律失常的发作? .....	46
62. 心律失常病人如何正确对待药物治疗? .....	46
63. 哪些情况会发生心跳骤停? .....	47
64. 心脏病人如何防止心跳骤停? .....	47

65. 风湿病的康复应注意些什么? .....	47
66. 怎样促进病毒性心肌炎的康复? .....	48
67. 如何促进慢性心功能不全的康复? .....	49
68. 心脏病人需要丰富的营养吗? .....	50

### 第三章

#### 消化系统疾病康复

肖铭澳

69. 为什么说心理治疗是消化系统疾病患者康复 十分重要的一环? .....	51
70. 消化系统疾病患者的心理康复有哪些内容? .....	52
71. 进食细嚼有利康健的奥妙何在? .....	54
72. 为什么说牛奶不是某些消化系统疾病患者 的康复补品? .....	55
73. 胃下垂患者怎样进行体育康复治疗? .....	56
74. 胃、十二指肠溃疡病患者怎样选择药物? .....	57
75. 溃疡病患者怎样进行体育康复? .....	59
76. 在纤维胃镜检查后应怎样安排饮食? .....	59
77. 胃切除大部分后对人体康复有影响吗? .....	60
78. 老年人发生急性腹泻如何进行饮食康复调理? ...	61
79. 为什么肝炎病人需要营养充足的饮食? .....	61
80. 慢性肝炎病人进行体育活动应注意些什么? .....	63
81. 慢性肝炎医疗体育康复的方法有哪些? .....	64
82. 为何在肝脏疾病康复期用药要慎重? .....	65
83. 制服肝癌有新方法吗? .....	67
84. 为什么胆道疾患者不适合食用油腻食物? .....	68
85. 胆心综合症的患者可以进行胆囊手术吗? .....	69

86. 非手术治疗胆道结石方法有哪些? .....	70
87. 痔疮的自然疗法有哪些? .....	72
88. 便秘患者康复措施有哪些? .....	74
89. 为什么消化系统病人需要戒酒? .....	75

## 第四章

### 慢性阻塞性肺疾病康复

朱启尚

90. 什么是慢性阻塞性肺疾病? .....	77
91. COPD康复医疗的目标是什么? .....	77
92. COPD康复医疗的步骤如何? .....	78
93. 怎样估计呼吸功能? .....	79
94. COPD主要病理改变有哪些? .....	79
95. COPD康复的首要步骤是什么? .....	80
96. 怎样进行肌群松弛训练? .....	80
97. COPD以浅快呼吸好还是深缓呼吸好? .....	81
98. 怎样进行腹式呼吸训练? .....	82
99. COPD患者为什么用吹口哨嘴形呼气? .....	82
100. 如何掌握COPD患者的氧疗指征? .....	83
101. 运动锻炼的原则是什么? .....	83
102. 常用的祛痰方法有哪些? .....	84
103. 怎样进行体位引流? .....	84
104. 为什么要训练病人有效咳痰? .....	85
105. COPD患者怎样进行耐寒训练? .....	86
106. 怎样应用雾化吸入法? .....	86
107. COPD患者如何选择全身性抗菌素? .....	87
108. 扩张支气管的药物有哪些? .....	88

109. COPD机械通气的适应症和禁忌症如何? ..... 90
110. 为什么提倡COPD患者戒烟? ..... 91

## 第五章

### 泌尿系统疾病康复

凌均跃

111. 肩血尿是不是得了肾炎? ..... 92
112. 检查血尿有没有新方法? ..... 92
113. 泌尿系统结石患者的康复措施有哪些? ..... 93
114. 血尿常见的内科病有哪些? ..... 94
115. 急性肾炎患者的康复措施有哪些? ..... 94
116. 肾炎病人不能吃蛋白质吗? ..... 95
117. 急性肾炎病人若不卧床休息就要转为慢性  
肾炎吗? ..... 95
118. 肾炎病人可以割扁桃吗? ..... 96
119. 大量蛋白尿的病人应作什么检查? ..... 96
120. 单用激素效果不好该怎么办? ..... 97
121. 免疫抑制剂的副作用有哪些? ..... 97
122. 尿蛋白大量丢失的病人康复困难吗? ..... 98
123. 急进性肾炎患者的康复措施有哪些? ..... 99
124. 什么叫慢性肾炎? ..... 99
125. 慢性肾炎患者的康复措施有哪些? ..... 100
126. 尿路感染有什么危害性? ..... 100
127. 为什么妇女发生尿感的多? ..... 101
128. 尿路感染的诊断依据有哪些? ..... 101
129. 什么叫尿道综合征? ..... 102
130. 尿中查见脓细胞能诊断为尿路感染吗? ..... 102

131. 急性尿感患者的康复措施有哪些? .....	102
132. 什么叫单剂治疗? .....	103
133. 有的尿路感染为什么容易反复发生? .....	103
134. 孕妇的尿路感染有什么特点? .....	104
135. 尿路感染的预防措施有哪些? .....	104
136. 什么叫急性肾功能衰竭? .....	105
137. 急性肾功能衰竭患者的康复措施有哪些? .....	106
138. 尿毒症是不治之症吗? .....	106
139. 引起尿毒症的常见原因有哪些? .....	107
140. 尿毒症病人的一般康复措施有哪些? .....	107
141. 如何防治尿毒症病人的严重并发症? .....	109
142. 引起尿毒症症状加重的诱因有哪些? .....	111
143. 什么叫透析疗法? .....	112
144. 什么叫腹膜透析? .....	114
145. 急性肾功衰竭病人停透指征是什么? .....	115
146. 急诊腹膜透析的透析液如何配制? .....	116
147. 腹膜炎的康复措施有哪些? .....	116
148. 什么叫家庭透析? .....	117
149. 什么叫口服胃肠透析? .....	118
150. 什么叫结肠透析? .....	119
151. 氧化淀粉的效果如何? .....	119
152. 什么叫肾移植? .....	120
153. 目前我国肾移植的情况如何? .....	120
154. 什么人适合做肾移植? .....	121
155. 影响肾移植成功的原因是什么? .....	121
156. 肾移植手术后出院病人应注意哪些康复	

措施? ..... 122

## 第六章

### 内分泌及代谢性疾病康复

袁鸿江

157. 什么叫糖尿病? .....	123
158. 糖尿病发病率还会上升吗? .....	123
159. 人为什么会患糖尿病? .....	124
160. 我国历代医家对糖尿病的认识作出了哪些 贡献? .....	125
161. 怎样才能知道自己是否得了糖尿病? .....	126
162. 老年人患糖尿病有哪些特点? .....	127
163. 糖尿病的早期症状有哪些? .....	128
164. 如何确诊糖尿病? .....	129
165. 糖尿病会导致什么后果? .....	130
166. 如何控制糖尿病? .....	131
167. 为什么说控制饮食是糖尿病的基础治疗? .....	132
168. 糖尿病患者控制饮食的原则是什么? .....	132
169. 糖尿病人每天的膳食如何调配? .....	134
170. 糖尿病人如何进餐? .....	136
171. 为什么适当的运动是治疗糖尿病的一种重要 手段? .....	137
172. 如何选择适当的运动方式? .....	138
173. 运动时应注意什么问题? .....	138
174. 糖尿病人在什么情况下可使用药物治疗? .....	139
175. 治疗糖尿病的中医中药有哪些? .....	140
176. 治疗糖尿病的口服降糖药有哪些? .....	141

177. 治疗糖尿病的特效药胰岛素有哪几种? .....	142
178. 在什么情况下需服用胰岛素? .....	143
179. 如何防止胰岛素的不良反应? .....	144
180. 糖尿病患者为什么要自查尿糖? .....	145
181. 检查尿糖的方法有哪些? .....	146
182. 肥胖令人发怒吗? .....	147
183. 什么叫肥胖? .....	148
184. 如何判定一个人的胖瘦? .....	148
185. 体重是不是衡量肥胖的唯一标准? .....	149
186. 人为什么会发胖? .....	149
187. 什么叫体质性肥胖? .....	149
188. 什么叫过食性肥胖? .....	150
189. 为什么人进入中、老年后容易发胖? .....	150
190. 肥胖对人有哪些不利的影晌? .....	151
191. 肥胖者如何控制饮食? .....	152
192. 如何进行减肥锻炼? .....	154
193. 经过节食和锻炼, 减肥效果不好的原因是 什么? .....	155
194. 如何防治性机能障碍? .....	156

## 第七章

### 脑血管病康复

王尊禹 叶宗萍 胡成夷

195. 脑血管病康复的目的是什么? .....	158
196. 了解脑血管病的预后有什么用途? .....	158
197. 如何判断脑血管病的预后? .....	159

198. 哪些情况可增加脑血管病的危险? .....	160
199. 脑血管病的康复原则是什么? .....	161
200. 脑血管病康复常用的药物有哪些? .....	161
201. 脑血管病用哪些物理康复治疗? .....	162
202. 怎样应用磁疗法治疗脑血管病? .....	162
203. 生物反馈疗法怎样促进脑血管病的康复? .....	163
204. 怎样评价脑血管病人的言语肢体等功能? .....	163
205. 如何促进脑卒中病人的动作协调? .....	166
206. 如何处理脑卒中后的肌痉挛和疼痛? .....	167
207. 如何增进脑卒中后的吞咽功能? .....	167
208. 如何矫治脑卒中后的语言障碍? .....	168
209. 如何训练脑卒中病人的瘫肢? .....	169
210. 如何帮助脑卒中病人恢复自理能力? .....	170
211. 怎样安排脑卒中病人食谱? .....	170
212. 如何处理蛛网膜下腔出血? .....	171
213. 脑血管疾病可以手术治疗吗? .....	172
214. 颅内动脉瘤的手术治疗法有哪些? .....	172
215. 脑血管畸形的手术治疗法有哪些? .....	173
216. 高血压脑出血的外科治疗应注意哪些问题? .....	174
217. 脑动脉供血不足可否手术治疗? .....	174
218. 什么叫帕金森病? .....	175
219. 帕金森病及帕金森综合症的诊断标准是什么? ...	175
220. 国内评定帕金森病的方法是什么? .....	176
221. 治疗帕金森病有哪些措施? .....	177
222. 帕金森病可否手术治疗? .....	178



## 第八章

### 精神疾病康复

许明定

223. 何谓精神康复? ..... 179
224. 对精神分裂症患者, 康复的主要目标是什么? ... 179
225. 哪些方法不利于精神病人的康复? ..... 180
226. 是否有比较统一的标准来测定病员的智力? ..... 181
227. 有无测定病员情绪的方法? ..... 182
228. 什么叫心理测验? ..... 182
229. 关于“智商”(IQ)的概念是什么? ..... 183
230. 什么叫智力年龄? ..... 184
231. 智力测验在康复工作中有什么现实意义? ..... 185
232. Kent—E-G-Y试验的具体内容是什么? ..... 185
233. 心理测验在康复工作中的价值和意义如何? ..... 186
234. 精神康复在整个康复医学中的地位 and 作用如何? 187
235. 伤残本身对伤残者会产生哪些心理反应? ..... 188
236. 伤残者的一切心理反应都是由伤残本身所引起的吗? ..... 188
237. 心理障碍对伤残者病情是否会产生影响? ..... 189
238. 哪些因素可使伤残者产生心理障碍? ..... 190
239. 对病损本身所致的心理障碍如何进行康复? ..... 191
240. 对一些因自残行为所致的伤残者应注意哪些问题? 191
241. 精神康复的具体内容有哪些? ..... 192
242. 当病人突然知道自己是“伤残人”时, 会产生什么心理反应? ..... 193
243. 哪些伤残者容易出现较重的心理反应? ..... 193