



湖北科学技术出版社

主编
陆恒
白春梅
余新华
王伟英

编写本书的目的，是为帮助广大人民群众能够更好地进行家庭诊疗，并为明天的家庭诊疗作好医疗保健知识的准备工作。同时，为广大医务人员在开展家庭诊疗工作和帮助群众掌握家庭诊疗知识时提供参考资料。为此，本书在内容上不仅着重地介绍了家庭诊疗的一些基本知识（如家庭预防、检查、诊断、治疗、护理和用药等）和 500 多种疾病的家庭急诊处理和家庭诊断与治疗。而且，对每一种疾病的诊疗还介绍了一些现代临床诊疗知识和生活方式等方面的治疗。并根据医学新观念将现代医学（生物医学）的治疗与整体保健有机地结合起来了。这样，就与临床诊疗及一般家庭诊疗的内容有了较大的区别。从而使本书能够更好地适应明天家庭诊疗工作的要求。

现代

修订本

家庭医生全书

XIANDAI JIATING
YISHENG QUANSHU



现代

修订本

家庭医生全书

XIANDAI JIATING
YISHENG QUANSHU



主编

陆春恒
白春梅
余新华
王伟英

湖北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

现代家庭医生全书/陆恒等主编. -2版. -武汉:湖北科学技术出版社,2000.5

ISBN7-5352-1958-6

I. 现… II. 陆… III. 医药学—手册 IV. R-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 42905 号

现代家庭医生全书

©陆恒 白春梅 余新华 王伟英主编

责任编辑:熊木忠 武又文

封面设计:秦滋宣

出版发行:湖北科学技术出版社

电话:86782508

地 址:武汉市武昌黄鹤路 75 号

邮编:430077

印 刷:武汉市新华印刷厂

邮编:430200

督 印:苏江洪

850mm×1168mm 32 开 41 印张 5 插页

1100 千字

2000 年 5 月第 2 版

2000 年 7 月第 1 次印刷

印数:0 001-2 000

ISBN7-5352-1958-6/R·393

定价:60.00 元(精)

本书如有印装质量问题可找承印厂更换

主 编	陆 恒	白春梅	余新华	王伟英
副主编	周永斌	孙步生	刘胜亚	
	蔡子群	朱乐夫	崔荷琴	
	严春朝	郭 苏		
编 委	(以姓氏笔画为序)			
	丁春年	王 榕	王伟英	
	邓小蓉	车新华	孔 巧	
	白春梅	冯新民	刘正新	
	刘胜亚	朱乐夫	许卫平	
	许沛虎	孙步生	李成全	
	李 进	严 翀	严春朝	
	肖万泽	肖金华	余新华	
	邹 冰	沈元娜	张琴芳	
	张雅芳	陆 恒	陈 竹	
	陈锡初	林 莉	罗小江	
	周永斌	郑世斌	郑莉莉	
	胡小红	胡仁崇	顾向亮	
	夏均宏	郭 苏	崔荷琴	
	彭明娥	曾小敬	曾山鹰	
	雷绍文	裘恽中	蔡子群	

以下同志参加了部分章节的编写

王丹军	李先林	李曙光	余逊贤
欧阳和平	余秋喜	常耀武	杨文忠

再 版 序

我国现已实行以“家庭医生制”为中心的两级医疗保健网，取代了已经运作 40 余年的三级医疗保健网。为了适应两级医疗保健网的要求，故在再版中，将《家庭医生全书》的内容作了较大的增删，并定名为《现代家庭医生全书》，以便与第一版相区别。

在增删中，将上篇总论中的第一章之第一、二节和第三节、第二章的第一和第二节、第三章的第一、二和第五节、第四章的第二节、第五章的第一和第二节、第六章的第一、四节和第五节等侧重于理论方面的叙述全部删掉了。

由于在 21 世纪的医疗保健中，大脑疗法将与药物疗法和手术疗法一样，成为人类治疗疾病的三大疗法之一，随着脑科学、精神神经免疫学（或称心理免疫学）、心力能量学、情绪调控学和心法疗疾学等的发展，大脑疗法在疾病的治疗中，将会发挥越来越大的作用。从目前对大脑疗法治疗疾病的知识来看，大脑疗法，不仅是家庭治疗中的一个很有发展前途的治疗方法，而且，还是一个具有实用价值的疗法。目前，采用大脑疗法治病，又与行为疗法及认知疗法有一定的联系，因此，在再版总论的第八章中，就增加了认知行为疗法和大脑疗法的内容，以帮助人们在家庭治疗中，运用这两种疗法治疗自己的疾病。

近年来，由于性病在我国广泛蔓延，已成为我国的第三大传染病。故在再版中，将性病从皮肤病一节中分出来，在下篇的第十四章中，增加了性病一节，对 11 种性传播疾病

的诊断与治疗作了比较全面的介绍,为人们自我防治性病提供防治知识。

据卫生部统计,1998年,癌症是我国城市居民的第一位死因,是乡村居民的第三位死因。为了加强对癌症的家庭防治,增加了癌症的早期发现、早期警号、预防重点、饮食治疗、阶梯止痛和防治误区等内容。

为使广大家庭在优生优育中发挥更大的作用,故详细地介绍了各种避孕方法,增加了择偶学问、性的健康和生殖健康等内容。

此外,在各种疾病的家庭诊治中,还介绍了最新的治疗药物和方法,以及增加了简易的家庭治疗方法等内容。由于增加的内容较多,再版的篇幅就比第一版的字数净增了20余万字。

在再版中,通过增加实用的内容,删掉了一些理论叙述,从而使本书更具有实用性,希望它成为广大家庭防治疾病的一本实用指南。对第一版中的某些疏漏也作了修正。

由于现代医学发展迅速,尤其是从观察医学时代进入到设计医学新时代,医学界对许多医学问题有了新的看法,因编者水平所限,所以在本书中定有不少不妥和错误之处,祈请专家和广大读者不吝批评与指正!

编 者

1999年6月于武汉

11/10/99

前 言

信息网络技术的高速发展及其在医学领域的广泛应用，不仅使现代医疗保健工作发生了革命性的变化，而且，加快了“电信医疗”的形成。人们不出门坐在家里可接受各种医疗保健服务，不再是科幻小说的题材了，它的真正普及已崭露头角。布莱顿和贝尔兹 (Blanton & Balch) 在《未来学家》杂志 1995 年第 9~10 月号上发表的文章中就已指出：“不久的将来，医生可以通过您的电视屏幕或家用电脑进行‘家庭诊疗’。”虽然，现代医疗，“随着科技的发展，医护诊断更加精确，治疗也更加有效。但是，所使用的 X—光透视机、磁谐成像机，以及其他工具都不方便。医疗的过程和医疗设备都集中在医院和康复中心，所以患者不得不赶路到医生办公室候诊。结果，医生不能定期地诊治病人，这样的体制与其说是对人的医护，不如说仅仅是应付病症。”因而，使“原来提出的诊疗观念已经改变，诸如草木药物治疗法、按摩疗法等着眼于整体保健的朴素疗法又流行起来。但是，科技能够很快使‘家庭诊疗’成为医疗主流，诊疗的对象将不再是人，而是传输的数据。”为了适应医疗发展的这种新趋势，我们编写了这本《现代家庭医生全书》，以能更好地迎接明天的医疗保健。

编写本书的另一个重要目的，就是为帮助广大人民群众能够更好进行家庭诊疗，并为明天的家庭诊疗作好医疗保健知识的准备工作。同时，为广大医务人员在开展家庭诊疗工作和帮助群众掌握家庭诊疗知识时提供参考资料。为

此，本书在内容上不仅着重地介绍了家庭诊疗的一些基本知识（如家庭预防、检查、诊断、治疗、护理和用药等）和500多种疾病的家庭急诊处理和家庭诊断与治疗。而且，对每一种疾病的诊疗还介绍了一些现代临床诊疗知识和生活方式等方面的治疗。并根据医学新观念（如主动医学观、统一人体观、质量生命观、协调健康观、多维疾病观、积极预防观、局整诊断观、综合治疗观、全面护理观、技艺技术观、优质服务观和对人管理观等）将现代医学（生物医学）的治疗与整体保健有机地结合起来了。这样，就与临床诊疗及一般家庭诊疗的内容有了较大的区别。从而使本书能够更好地适应明天家庭诊疗工作的要求。

全书近100余万字，分上、下两篇，十四章。上篇为家庭诊疗的基本知识，下篇为各种疾病的家庭诊疗及家庭急诊处理。内容新而全面，实用性强；文字简练，通俗易懂，并集科学性、知识性和趣味性于一体。在附录中还介绍了人体趣味数字、小儿用药剂量计算和常用人体检验正常值。

本书是一部面向广大家庭，适合广大群众自我诊疗以及供医务人员进行家庭诊疗的医学全书。它既可以作为广大群众进行自我诊疗的指南，又可以作为医务人员进行家庭诊疗的参考书。

由于时间仓促，加上编者的经验不足和水平所限，不妥与错误之处，在所难免，祈请读者不吝批评与指正。

编 者

1997年3月于武汉
军工总医院

目 录

上 篇 总 论

第一章 绪论	(3)
第一节 开展家庭诊疗须注意事项	(3)
一、主动参与	(3)
二、防止疑病	(4)
三、避免贻误	(5)
四、接受指导	(5)
五、设备完好	(6)
六、正确用药	(6)
第二节 未来家庭诊疗	(7)
第二章 家庭预防	(10)
第一节 家庭成员自我预防	(10)
一、良好嗜好	(10)
二、克服陋习	(11)
三、起居规律	(11)
四、穿戴科学	(13)
五、心理平衡	(13)
六、顺应自然	(18)
第二节 如何进行家庭预防	(18)
一、集体预防	(18)

二、个体预防	(35)
第三节 预防重点	(37)
一、生活方面防病	(37)
二、道德方面防病	(38)
三、精神方面防病	(38)
四、微生态平衡防病	(39)
第三章 家庭检查	(41)
第一节 非药非械检查	(41)
一、从面部看健康	(41)
二、由眼睛知健康	(42)
三、看鼻子查健康	(42)
四、从耳朵测健康	(43)
五、查口腔知健康	(45)
六、观指纹判健康	(49)
七、从掌纹断健康	(49)
八、看指甲查健康	(57)
九、量腰围测健康	(61)
十、从肚脐看健康	(62)
十一、由皮肤知健康	(63)
十二、观笔迹断健康	(65)
第二节 家庭成员自我检查	(66)
一、自检应具备的知识	(66)
二、自查步骤	(73)
第四章 家庭诊断	(74)
第一节 诊断依据	(74)
一、症候信号	(75)
二、生理参数	(79)
第二节 家庭成员的自我诊断	(81)

一、自我诊断涵义	(81)
二、自我诊断依据	(82)
三、自我诊断方法	(82)
第三节 一些症状鉴别诊断	(84)
一、发热	(84)
二、头痛	(87)
三、昏迷	(88)
四、抽搐	(89)
五、眩晕	(89)
六、晕厥	(90)
七、惊厥	(90)
八、呼吸困难	(91)
九、咯血(含吐血)	(92)
十、心悸	(93)
十一、紫绀	(93)
十二、胸痛	(94)
十三、呕吐	(94)
十四、吞咽困难	(95)
十五、便秘	(96)
十六、腹泻	(96)
十七、黄疸	(97)
十八、浮肿及肿胀	(98)
十九、腹胀	(98)
二十、腹痛	(99)
二十一、便血	(99)
二十二、血尿	(100)
二十三、尿潴留	(100)
二十四、休克	(101)

二十五、老年环·····	(102)
二十六、步态·····	(102)
第五章 家庭治疗 ·····	(104)
第一节 治疗方法·····	(104)
一、逆势疗法·····	(105)
二、顺势疗法·····	(105)
第二节 家庭成员自我治疗·····	(107)
一、药物自疗·····	(107)
二、非药自疗·····	(107)
第三节 生活方式治疗·····	(108)
一、生活方式治疗意义·····	(108)
二、生活方式治疗内容·····	(112)
第四节 家庭养生·····	(114)
一、养生流派·····	(114)
二、养生之道·····	(120)
三、四时养生·····	(120)
第五节 康乐与家庭治疗·····	(132)
第六节 家庭治疗注意事项·····	(135)
一、诊断明确再治·····	(135)
二、必须对因对症·····	(135)
三、勿按广告用药·····	(136)
四、接受医生指导·····	(137)
五、注意观察反应·····	(137)
六、总结治疗效果·····	(138)
第六章 家庭护理 ·····	(139)
第一节 家庭护理技术与方法·····	(139)
一、技术·····	(139)
二、方法·····	(146)

第二节 某些疾病家庭护理与自我护理.....	(150)
一、瘫痪病人家庭护理.....	(150)
二、新生儿家庭护理.....	(152)
三、对病儿心理护理.....	(153)
四、头痛自我护理.....	(154)
五、突发性耳聋自我护理.....	(155)
六、脱发者头发护理.....	(156)
第三节 家庭护理注意事项.....	(157)
一、掌握适应证和禁忌证.....	(157)
二、操作前做好充分准备.....	(157)
三、严格执行查对制度.....	(157)
四、熟练掌握护理技术.....	(158)
五、认真接受技术指导.....	(158)
六、加强观察变化.....	(158)
七、进行必要记录.....	(158)
第七章 家庭用药.....	(159)
第一节 常备药品.....	(159)
一、西药.....	(159)
二、中药.....	(165)
第二节 给药方法与用药时间.....	(168)
一、给药方法.....	(168)
二、用药时间.....	(169)
第三节 非处方药.....	(173)
一、意义.....	(173)
二、范围.....	(175)
第四节 药品保管.....	(176)
一、药品保存.....	(176)
二、药品管理.....	(177)

第五节 合理用药	(178)
一、解热镇痛药	(178)
二、抗菌消炎药	(179)
三、心血管病家庭用药	(180)
四、消化道疾病家庭用药	(181)
第六节 注意事项	(182)
一、消除用药的心理误区	(183)
二、重视常用药的副作用	(185)
三、注意服西药中的忌口	(186)
四、减少药物不良反应	(188)
第八章 常用家庭疗法	(189)
第一节 饮食疗法	(189)
一、饮食疗法的概念	(189)
二、饮食疗法的组成	(190)
三、饮食疗法的作用	(196)
四、饮食治疗方法	(197)
第二节 运动疗法	(200)
一、运动疗法的作用	(200)
二、适应证	(203)
三、运动治病方法	(203)
四、注意事项	(204)
第三节 想象疗法	(206)
一、想象疗法的历史	(206)
二、治病的依据	(207)
三、想象的方法	(209)
四、注意事项	(209)
第四节 艺术疗法	(210)
一、何谓艺术医学	(210)

二、艺术疗法的范围·····	(211)
三、医院艺术化·····	(211)
四、艺术疗法的作用·····	(211)
第五节 触摸疗法·····	(212)
第六节 服装疗法·····	(214)
第七节 幽默疗法·····	(216)
第八节 音乐疗法·····	(217)
一、音乐疗法的内容·····	(217)
二、音乐治疗原理·····	(219)
三、音乐处方·····	(220)
四、音乐所治疾病·····	(221)
五、音乐疗法的应用·····	(221)
第九节 香味疗法·····	(223)
第十节 色彩疗法·····	(227)
第十一节 认知行为疗法·····	(232)
一、与行为疗法的区别·····	(232)
二、认知行为疗法的各种认知·····	(232)
三、认知行为疗法的适应证·····	(234)
四、认知疗法·····	(234)
第十二节 大脑疗法·····	(235)
一、何谓大脑疗法·····	(236)
二、治病机理·····	(236)
三、治病方法·····	(242)
四、应用范围·····	(250)

下 篇 各 论

第九章 急诊家庭处理·····	(255)
第一节 内科急诊处理·····	(255)

一、伤寒与副伤寒	(255)
二、急性细菌性痢疾	(256)
三、结核性脑膜炎	(257)
四、急性阿米巴痢疾	(257)
五、呼吸衰竭	(258)
六、肺性脑病	(259)
七、急性左心衰竭	(260)
八、心脏骤停	(260)
九、急性风湿热	(262)
十、急性肺心病	(263)
十一、急性心包填塞	(264)
十二、食管裂孔疝	(264)
十三、急性胃扩张	(265)
十四、胃潴留	(265)
十五、肝性脑病	(266)
十六、尿毒症	(267)
十七、急性贫血	(269)
十八、粒细胞缺乏症	(270)
十九、输液反应	(271)
二十、输血反应	(271)
二十一、脑垂体危象	(272)
二十二、粘液性水肿昏迷	(273)
二十三、低血糖症	(274)
二十四、水中毒	(275)
二十五、高钠血症	(275)
二十六、低钾血症	(276)
二十七、癫痫持续状态	(277)
二十八、急性脊髓炎	(280)

二十九、散发性脑炎·····	(282)
三十、中毒急诊处理·····	(282)
第二节 外科急诊处理·····	(286)
一、败血症与脓毒血症·····	(287)
二、出血·····	(288)
三、伤口·····	(289)
四、狗咬伤·····	(291)
五、肋骨骨折·····	(292)
六、肠扭转·····	(293)
七、骨折·····	(294)
八、急性腰扭伤·····	(296)
九、肢体离断伤·····	(297)
十、意外受伤·····	(298)
第三节 妇产科急诊处理·····	(304)
一、横位·····	(304)
二、妊娠合并心脏病·····	(306)
三、急性输卵管炎·····	(307)
第四节 儿科急诊处理·····	(308)
一、新生儿败血症·····	(308)
二、重症蛔虫病·····	(309)
第五节 其他科急诊处理·····	(311)
一、角膜异物·····	(311)
二、眼化学伤·····	(312)
三、外耳损伤·····	(313)
四、外耳道异物·····	(314)
五、鼻腔异物·····	(315)
六、咽部外伤·····	(316)
七、咽部异物·····	(317)