

# 常见病的中医调治与康复

主编 李纪源



人民卫生出版社

# 常见病的中医调治与康复

主 编 李纪源

副主编 (按姓氏笔画为序)

王志敏 关思友 刘 莉 李春荣  
张锡钺 陈春生 罗建华 黄 嵩  
黎子正

编 者 (按姓氏笔画为序)

王树范 ~~张笑吟~~ 郭跃生 关凤山  
关凤华 ~~关凤芳~~ 关凤娥 关艳芳  
宋太平 ~~宋增伟~~ 周国杰 刘兰菊  
岳东山 顾秩年 曹 维

人 民 卫 生 出 版 社

## 图书在版编目(CIP)数据

常见病的中医调治与康复/李纪源主编. —北京: 人民卫生出版社, 1999

ISBN 7-117-03371-1

I. 常… I. 李… III. 中医学: 临床医学-普及读物  
IV. R24-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 14296 号

## 常见病的中医调治与康复

李纪源 主编

人民卫生出版社出版发行

(100078 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼)

三河市宏达印刷厂印刷

新华书店经销

787 × 1092 32 开本 19.875 印张 418 千字

1999 年 9 月第 1 版 1999 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 00 001—3 000

ISBN 7-117-03371-1/R·3372 定价: 21.00 元

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

---

# 前 言

---

本书突出中医特色，运用中医药知识，结合医疗、预防实践，根据“立足普及，着眼提高”的原则，运用通俗易懂的语言，针对病人及其家属经常遇到和最为关心的问题，以问答形式，以中医科常见病、多发病和疑难、急重病症为重点，涉及中医内、外、妇、儿科及眼科、皮肤、骨伤等疾病，从疾病的病因病机、临床表现、鉴别诊断，到辨证施治和预防康复等方面，共 700 多个问题，逐一深入浅出的解答。为了使患者能少花钱，能防病，治好病，特别介绍了简便易行的有效方法。本书在深度、广度、层次、格调等方面，既有“下里巴人”之貌，又有“阳春白雪”之涵，为中医面向大众普及防病治病知识的雅俗共赏的科普读物。

本书的问世，期望能让广大读者有所裨益，为我国传统医药知识的普及与提高做出贡献！不当之处，敬请指正。

李纪源

于河南郑州市中医院

1999 年 2 月

# 目 录

## 内 科

|                        |      |
|------------------------|------|
| <b>感冒</b> .....        | (1)  |
| 何谓感冒？其发病原因是什么.....     | (1)  |
| 感冒的临床表现有哪些？如何鉴别诊断..... | (2)  |
| 如何辨证分型治疗感冒.....        | (2)  |
| 患感冒后要注意些什么.....        | (3)  |
| <b>咳嗽</b> .....        | (4)  |
| 谈谈咳嗽的发病原因与病机.....      | (4)  |
| 咳嗽如何辨证施治.....          | (5)  |
| 治疗咳嗽的简便疗法.....         | (7)  |
| 如何预防与护理咳嗽.....         | (8)  |
| <b>喘证</b> .....        | (8)  |
| 喘证的发病原因与病机是什么.....     | (9)  |
| 喘证的临床表现是什么？如何鉴别诊断..... | (9)  |
| 怎样辨证论治喘证.....          | (10) |
| 谈谈喘证的预防与护理.....        | (11) |
| <b>哮证</b> .....        | (12) |
| 哮证的发病原因与病机是什么.....     | (12) |
| 如何对哮证进行辨证论治.....       | (13) |
| 治疗哮证的简便方法.....         | (15) |

|                    |      |
|--------------------|------|
| 如何预防与护理哮喘 .....    | (16) |
| <b>饮证</b> .....    | (17) |
| 饮证的病因病机是什么 .....   | (17) |
| 饮证如何诊断和辨证施治 .....  | (17) |
| 治疗饮证的单方验方与针灸 ..... | (18) |
| <b>肺病</b> .....    | (19) |
| 肺病是如何产生的 .....     | (20) |
| 怎样对肺病进行辨证论治 .....  | (20) |
| 如何预防与护理肺病 .....    | (22) |
| <b>肺癆</b> .....    | (22) |
| 发生肺癆有哪两个因素 .....   | (22) |
| 肺癆的临床表现有哪些 .....   | (23) |
| 肺癆如何进行辨证论治 .....   | (23) |
| 治疗肺癆的其他方法 .....    | (24) |
| 谈谈对肺癆的护理与预防 .....  | (25) |
| <b>胃痛</b> .....    | (25) |
| 发生胃痛的病因有哪些 .....   | (26) |
| 胃痛如何诊断与类证鉴别 .....  | (26) |
| 胃痛怎样进行辨证论治 .....   | (27) |
| 治疗胃痛的简便验方 .....    | (29) |
| 如何预防与护理胃痛 .....    | (30) |
| <b>腹痛</b> .....    | (30) |
| 发生腹痛的原因有哪些 .....   | (31) |
| 腹痛怎样辨证施治 .....     | (31) |
| 治疗腹痛的有效疗法 .....    | (34) |
| 腹痛怎样预防和护理 .....    | (35) |
| <b>泄泻</b> .....    | (35) |

|                         |      |
|-------------------------|------|
| 发生泄泻的病因有哪些 .....        | (35) |
| 泄泻如何诊断? 与痢疾怎样鉴别 .....   | (36) |
| 泄泻怎样进行辨证论治 .....        | (37) |
| 治疗泄泻的其他疗法 .....         | (39) |
| 泄泻的预防与护理 .....          | (40) |
| <b>痢疾</b> .....         | (40) |
| 发生痢疾的病因是什么 .....        | (40) |
| 痢疾辨证要点是什么 .....         | (41) |
| 痢疾如何证治分类 .....          | (42) |
| 治疗痢疾的单方验方 .....         | (43) |
| 怎样对痢疾进行预防与护理 .....      | (43) |
| <b>便秘</b> .....         | (44) |
| 形成便秘的原因有哪些 .....        | (44) |
| 便秘的诊断与类证鉴别如何 .....      | (45) |
| 便秘的辨证要点 .....           | (46) |
| 便秘如何进行辨证分型施治 .....      | (46) |
| 治疗便秘的单方验方和常用针灸穴位 .....  | (47) |
| 怎样预防与护理便秘病人 .....       | (48) |
| <b>胁痛</b> .....         | (49) |
| 发生胁痛的病因有哪些 .....        | (49) |
| 胁痛如何进行辨证论治 .....        | (50) |
| 治疗胁痛的单方验方和针灸方法 .....    | (51) |
| 如何对胁痛预防与护理 .....        | (53) |
| <b>黄疸</b> .....         | (53) |
| 发生黄疸的病因有哪些 .....        | (54) |
| 谈谈黄疸的诊断、类证鉴别与辨证要点 ..... | (54) |
| 黄疸如何证治分类 .....          | (55) |

|                      |      |
|----------------------|------|
| 治疗黄疸还有其他疗法吗 .....    | (57) |
| 如何对黄疸预防和护理 .....     | (57) |
| <b>积聚</b> .....      | (58) |
| 什么叫积聚 .....          | (58) |
| 发生积聚的病因有哪些 .....     | (59) |
| 积聚如何与痞满鉴别 .....      | (60) |
| 积聚的辨证要点是什么 .....     | (60) |
| 积聚与积证怎样证治分型 .....    | (60) |
| 怎样预防与护理积聚 .....      | (62) |
| <b>心悸</b> .....      | (62) |
| 谈谈心悸的病因病机 .....      | (63) |
| 如何诊断心悸 .....         | (63) |
| 心悸如何进行类证鉴别 .....     | (64) |
| 怎样进行心悸的证治分类 .....    | (64) |
| 治疗心悸的验方 .....        | (65) |
| 怎样预防与护理心悸的病人 .....   | (65) |
| <b>胸痹</b> .....      | (66) |
| 谈谈胸痹的病因病机 .....      | (66) |
| 怎样对胸痹进行诊断与类证鉴别 ..... | (67) |
| 胸痹如何进行证治分类 .....     | (67) |
| 胸痹的其他疗法有哪些 .....     | (69) |
| 怎样预防与护理胸痹病人 .....    | (70) |
| 胸痹的预后如何 .....        | (70) |
| <b>不寐</b> .....      | (70) |
| 不寐的病因病机是什么 .....     | (71) |
| 不寐的临床表现有哪些 .....     | (71) |
| 如何对不寐进行类证鉴别 .....    | (72) |

|                      |      |
|----------------------|------|
| 怎样对不寐进行证治分类 .....    | (72) |
| 不寐证的治疗方法 .....       | (73) |
| 不寐的预防与护理 .....       | (74) |
| <b>眩晕</b> .....      | (74) |
| 发生眩晕的原因有哪些 .....     | (74) |
| 眩晕的辨证要点如何 .....      | (75) |
| 眩晕怎样进行证治分类 .....     | (76) |
| 谈谈眩晕的预防、护理及预后 .....  | (78) |
| <b>耳鸣、耳聋</b> .....   | (78) |
| 发生耳鸣、耳聋的原因有哪些 .....  | (79) |
| 怎样对耳鸣、耳聋进行辨证论治 ..... | (79) |
| 治疗耳鸣、耳聋的单方验方 .....   | (80) |
| 如何预防与护理耳鸣、耳聋 .....   | (81) |
| <b>中风</b> .....      | (82) |
| 发生中风的病因病机如何 .....    | (82) |
| 怎样诊断中风 .....         | (82) |
| 中风如何类证鉴别 .....       | (83) |
| 中风怎样证治分类 .....       | (83) |
| 中风的预防、护理及预后 .....    | (86) |
| <b>痹证</b> .....      | (87) |
| 痹证的发生与什么有关 .....     | (87) |
| 痹证的辨证要点与类证鉴别如何 ..... | (87) |
| 痹证的证治分类有哪些 .....     | (88) |
| 痹证的其他疗法 .....        | (89) |
| 如何预防与护理痹证 .....      | (90) |
| <b>腰痛</b> .....      | (90) |
| 引起腰痛的原因有哪些 .....     | (90) |

|                               |       |
|-------------------------------|-------|
| 腰痛辨证要点是什么 .....               | (91)  |
| 如何对腰痛进行证治分类 .....             | (91)  |
| 治疗腰痛的其他疗法有哪些 .....            | (92)  |
| 怎样预防与护理腰痛病人 .....             | (93)  |
| <b>水肿</b> .....               | (93)  |
| 发生水肿的病因病机是什么 .....            | (94)  |
| 水肿的辨证要点有哪些 .....              | (94)  |
| 谈一下水肿的证治分类 .....              | (95)  |
| 介绍一下治水肿的其他疗法 .....            | (96)  |
| 怎样预防与护理水肿病人 .....             | (97)  |
| 水肿病的预后如何 .....                | (97)  |
| <b>淋证</b> .....               | (98)  |
| 淋证的病因病机是什么 .....              | (98)  |
| 淋证的辨证要点是什么？怎样与癃闭相<br>鉴别 ..... | (99)  |
| 淋证如何证治分类 .....                | (99)  |
| 淋证治疗的单方、验方 .....              | (100) |
| 谈谈淋证的预防、护理及预后 .....           | (101) |
| <b>消渴</b> .....               | (101) |
| 消渴发生的病因病机如何 .....             | (102) |
| 谈一下消渴的诊断与辨证要点 .....           | (102) |
| 如何对消渴证治分类 .....               | (103) |
| 怎样预防与护理消渴？其预后怎样 .....         | (105) |
| <b>便血</b> .....               | (106) |
| 为何发生便血 .....                  | (106) |
| 便血的辨证要点有哪些？怎样进行类证鉴别 .....     | (106) |
| 如何对便血证治分类 .....               | (108) |

|                         |       |
|-------------------------|-------|
| 介绍一下对便血治疗的单方、验方·····    | (109) |
| 便血如何预防与护理？其预后怎样·····    | (109) |
| <b>郁证</b> ·····         | (109) |
| 郁证是怎样产生的·····           | (110) |
| 谈谈郁证的诊断与类证鉴别·····       | (110) |
| 如何对郁证进行证治分类·····        | (111) |
| 郁证如何预防与护理？其预后怎样·····    | (112) |
| <b>内伤发热</b> ·····       | (113) |
| 谈谈内伤发热病因病机·····         | (114) |
| 内伤发热的诊断与鉴别如何·····       | (115) |
| 内伤发热如何证治分类·····         | (115) |
| 如何对内伤发热预防与护理？其预后怎样····· | (116) |

## 外 科

|                     |       |
|---------------------|-------|
| <b>疖</b> ·····      | (118) |
| 怎样才知道是患了疖？又怎么和疔     |       |
| 疮鉴别·····            | (118) |
| 如何治疗疖和疔病·····       | (118) |
| 怎样预防疖的发生·····       | (120) |
| <b>丹毒</b> ·····     | (120) |
| 患了丹毒会有什么样的症状·····   | (121) |
| 丹毒怎样和急性蜂窝组织炎鉴别····· | (121) |
| 治疗丹毒有什么办法·····      | (121) |
| 怎样预防丹毒的发生·····      | (123) |
| <b>乳腺增生病</b> ·····  | (124) |
| 乳腺增生病是怎样发生的·····    | (124) |
| 怎样才知道患了乳腺增生病·····   | (124) |

|                                |       |
|--------------------------------|-------|
| 乳房里发现了肿块如何和其他疾病作鉴别·····        | (125) |
| 如何治疗乳腺增生病·····                 | (125) |
| <b>前列腺肥大</b> ·····             | (126) |
| 前列腺肥大对人体有什么样的危害·····           | (126) |
| 怎样才知道患了前列腺肥大·····              | (127) |
| 怎样区别前列腺肥大和前列腺癌·····            | (127) |
| 如何治疗前列腺肥大·····                 | (128) |
| 患了前列腺增生病的人应注意些什么·····          | (129) |
| <b>甲沟炎</b> ·····               | (130) |
| 患了甲沟炎会有什么症状·····               | (130) |
| 怎样治疗甲沟炎·····                   | (130) |
| 怎样预防甲沟炎·····                   | (131) |
| <b>带状疱疹</b> ·····              | (131) |
| 带状疱疹是怎样发生的·····                | (131) |
| 怎样才知道患的是带状疱疹病·····             | (132) |
| 如何治疗带状疱疹·····                  | (132) |
| 患了带状疱疹应注意些什么·····              | (134) |
| <b>脂肪瘤</b> ·····               | (134) |
| 怎样诊断脂肪瘤·····                   | (134) |
| 脂肪瘤容易和什么病相混淆·····              | (135) |
| 怎样治疗脂肪瘤·····                   | (135) |
| 如何预防脂肪瘤的发生·····                | (136) |
| <b>褥疮</b> ·····                | (136) |
| 什么情况下容易发生褥疮·····               | (136) |
| 发生了褥疮会有什么样的表现? 应当怎样<br>处理····· | (137) |
| 怎样预防褥疮的发生·····                 | (138) |

## 骨 伤 科

|                        |       |
|------------------------|-------|
| 骨折治疗中的三项基本原则是什么·····   | (140) |
| 影响骨折愈合的主要因素有哪些·····    | (140) |
| 骨折临床愈合及骨性愈合的标准是什么····· | (141) |
| 锁骨骨折如何治疗·····          | (141) |
| 肩胛骨骨折如何治疗·····         | (142) |
| 肱骨外科颈骨折如何治疗·····       | (142) |
| 肱骨干骨折如何治疗·····         | (143) |
| 肱骨髁上骨折如何治疗·····        | (144) |
| 肱骨外髁骨折如何治疗·····        | (144) |
| 尺骨鹰嘴骨折如何治疗·····        | (145) |
| 尺桡骨双骨折如何治疗·····        | (145) |
| 科雷骨折如何治疗·····          | (146) |
| 腕舟骨骨折如何治疗·····         | (146) |
| 股骨颈骨折如何治疗·····         | (147) |
| 股骨粗隆间骨折如何治疗·····       | (147) |
| 股骨干骨折的移位特点是什么·····     | (148) |
| 成人股骨干骨折如何治疗·····       | (149) |
| 儿童股骨干骨折如何治疗·····       | (149) |
| 髌骨骨折如何治疗·····          | (150) |
| 胫骨平台骨折如何治疗·····        | (151) |
| 闭合性胫腓骨干骨折如何治疗·····     | (151) |
| 踝部骨折脱位如何治疗·····        | (152) |
| 距骨骨折如何治疗·····          | (152) |
| 跟骨骨折如何治疗·····          | (153) |
| 跖骨骨折如何治疗·····          | (154) |

|                                |       |
|--------------------------------|-------|
| 什么是伤筋·····                     | (154) |
| 伤筋如何治疗·····                    | (155) |
| 落枕是怎么回事？如何治疗·····              | (155) |
| 肱二头肌长头腱炎是怎么回事？临床表现是<br>什么····· | (156) |
| 肱二头肌长头腱炎如何治疗·····              | (157) |
| 为什么会发生肩关节周围炎·····              | (157) |
| 肩关节周围炎的临床表现有哪些·····            | (158) |
| 肩关节周围炎应如何治疗·····               | (158) |
| 何谓“牵拉肘”·····                   | (160) |
| 什么叫“网球肘”？如何治疗·····             | (161) |
| 迟发性尺神经炎是怎么得的？如何治疗·····         | (161) |
| 什么是扳机指？怎样治疗·····               | (162) |
| 什么是骨质疏松症？病因有哪些·····            | (163) |
| 简述骨质疏松症的治疗方法有哪些·····           | (163) |
| 骨质增生是怎么回事·····                 | (164) |
| 急性腰扭伤如何治疗·····                 | (164) |
| 慢性腰肌劳损是怎么回事·····               | (165) |
| 慢性腰肌劳损如何治疗·····                | (166) |
| 什么是第3腰椎横突综合征·····              | (166) |
| 什么是腰椎间盘突出症·····                | (167) |
| 腰椎间盘突出症的主要临床表现有哪些·····         | (167) |
| 腰椎间盘突出症的常见治疗方法有哪些·····         | (168) |
| 腰椎间盘突出症急性期如何治疗·····            | (168) |
| 腰椎间盘突出症为什么要牵引治疗·····           | (168) |
| 哪些人不宜行腰椎牵引治疗·····              | (169) |
| 成角旋转牵引治疗腰椎间盘突出症是怎么             |       |

|                         |       |
|-------------------------|-------|
| 回事·····                 | (169) |
| 为什么腰骶关节容易发生病损·····      | (169) |
| 什么叫梨状肌损伤综合征？有何临床表现····· | (170) |
| 梨状肌损伤综合征如何治疗·····       | (170) |
| 什么是创伤性膝关节滑膜炎？如何治疗·····  | (171) |
| 什么叫髌骨软化症？有哪些临床表现·····   | (171) |
| 髌骨软化症如何治疗·····          | (172) |
| 什么是“关节鼠”？如何治疗·····      | (172) |
| 什么是骨性关节炎？有哪些临床表现·····   | (173) |
| 骨性关节炎如何治疗·····          | (173) |
| 急性创伤性关节炎如何处理·····       | (174) |
| 痛风性关节炎是怎么回事？如何治疗·····   | (175) |
| 血友病性关节炎是怎么回事？如何防治·····  | (176) |
| 什么是类风湿性关节炎？有何表现·····    | (177) |
| 类风湿性关节炎应如何治疗·····       | (178) |
| 脆骨病是怎么回事·····           | (179) |
| 佝偻病是怎么回事·····           | (179) |
| 肩关节前脱位如何诊断治疗·····       | (180) |
| 肘关节后脱位如何诊断治疗·····       | (181) |
| 什么是髋关节后脱位？如何治疗·····     | (181) |
| 膝关节前脱位的临床表现及治疗是什么·····  | (182) |
| 跖跗关节脱位如何治疗·····         | (183) |

## 肛 肠 病

|                 |       |
|-----------------|-------|
| 痔·····          | (184) |
| 中医对痔的认识是什么····· | (184) |
| 什么是痔疮·····      | (185) |

|                                    |       |
|------------------------------------|-------|
| 俗话说“十人九痔”是真的吗·····                 | (185) |
| 人为什么会患痔疮·····                      | (185) |
| 怎样知道自己患了痔疮·····                    | (187) |
| 痔疮分几种·····                         | (187) |
| 什么叫内痔？常用的内服药外用药有哪些·····            | (187) |
| 内痔分几种·····                         | (188) |
| 内痔常见的症状有哪些·····                    | (188) |
| 内痔与其它肛门病的区别·····                   | (189) |
| 内痔常用的检查方法有几种·····                  | (189) |
| 治疗内痔的注射疗法有几种·····                  | (190) |
| 枯痔疗法治疗内痔如何操作？应注意哪些问题·····          | (191) |
| 什么是套扎法？分几种？如何操作·····               | (193) |
| 什么叫冷冻疗法？原理及操作方法是什么·····            | (194) |
| 如何正确使用针灸疗法治疗内痔·····                | (194) |
| 挑痔疗法是如何治疗内痔的·····                  | (195) |
| 电子痔疮治疗机及红外线治疗内痔作用机制是什么？优缺点是什么····· | (195) |
| 痔疮患者怎样利用气功疗法自我调解·····              | (196) |
| 防治痔疮的按摩手法有几种·····                  | (197) |
| 常用肛门医疗保健操有几种？怎样锻炼·····             | (198) |
| 痔疮病人宜食用哪些药膳·····                   | (199) |
| 什么叫外痔·····                         | (199) |
| 外痔分几种·····                         | (199) |
| 什么叫血栓性外痔·····                      | (199) |
| 血栓性外痔的常见症状·····                    | (200) |
| 血栓性外痔的常用治疗方法有哪些·····               | (200) |

|                         |              |
|-------------------------|--------------|
| 什么叫静脉曲张性外痔·····         | (200)        |
| 静脉曲张性外痔的常见症状有哪些·····    | (200)        |
| 静脉曲张性外痔的常用治疗方法有哪些·····  | (201)        |
| 什么是炎性外痔？常见的症状是什么·····   | (201)        |
| 炎性外痔临床是怎样治疗的·····       | (201)        |
| 什么叫结缔组织性外痔？是怎样引起的·····  | (202)        |
| 结缔组织性外痔的症状是什么？如何治疗····· | (202)        |
| 什么叫混合痔？应如何治疗·····       | (202)        |
| 怎样预防痔疮的发生·····          | (203)        |
| <b>肛门直肠瘻·····</b>       | <b>(204)</b> |
| 什么是肛门直肠瘻·····           | (204)        |
| 肛瘻是怎样形成的·····           | (204)        |
| 肛瘻的临床特点是什么·····         | (205)        |
| 怎样诊断肛瘻·····             | (206)        |
| 得了肛瘻怎样治疗·····           | (207)        |
| 高位复杂性肛瘻能根治吗·····        | (209)        |
| 怎样预防肛瘻疾病的发生·····        | (209)        |
| <b>肛门直肠周围脓肿·····</b>    | <b>(210)</b> |
| 什么是肛门直肠周围脓肿？其特点是什么····· | (210)        |
| 肛门直肠周围脓肿的病因是什么·····     | (211)        |
| 肛门直肠周围脓肿主要有哪些症状·····    | (211)        |
| 怎样诊断肛门直肠周围脓肿·····       | (211)        |
| 肛门直肠周围脓肿应与哪些疾病鉴别·····   | (212)        |
| 肛门直肠周围脓肿怎样治疗·····       | (213)        |
| 肛门直肠周围脓肿的预后·····        | (214)        |
| 肛门直肠周围脓肿怎样预防·····       | (215)        |
| <b>肛裂·····</b>          | <b>(215)</b> |