

昂立健康咨询丛书

发热的自测与治疗

朱新革 朱抗美 编著

Fare de

Zice yu Zhiliao

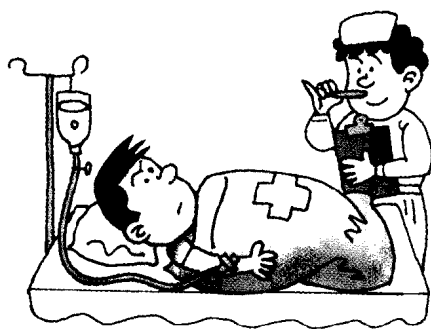


昂立健康咨询丛书

发热的**自测**与 **治疗**

朱新革 朱抗美 编著

上海科技教育出版社



图书在版编目(CIP)数据

发热的自测与治疗/朱新革,朱抗美编著. —上海:上海科技教育出版社,2001.9

(昂立健康咨询丛书)

ISBN 7-5428-2660-3

I.发... II.①朱... ②朱... III.发热—诊疗
IV.R441.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 047888 号

昂立健康咨询丛书

发热的自测与治疗

朱新革 朱抗美 编著

丛书策划 汤抗美

责任编辑 汤抗美

装帧设计 桑吉芳

NAV64/10

出版 上海科技教育出版社

上海冠生园路 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 常熟印刷二厂

开本 787×960 1/32

印张 6.875

插页 1

字数 120 000

版次 2001 年 9 月第 1 版

印次 2001 年 9 月第 1 次

印数 1-10 000

书号 ISBN 7-5428-2660-3/R·177

定价 12.00 元

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 涇

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

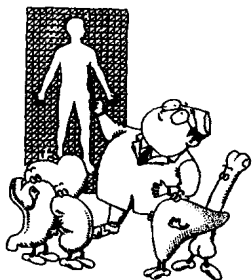
孟凡霞 金芷君 胡鸿毅 赵 辉

程 涇 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,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技术的医药保健品,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

热，是生命的征象，热血、热量、热能、热气、热泪，都具有积极的、向上的、褒扬的含义。没有一定的热量，生命就不能维持；但热量如果超过一定的度，就会对人体健康造成伤害。这就是通常所说的“发热”。发热，往往是许多疾病最早出现的症状，几乎每一个人都经历过发热，或照料过发热病人；几乎每一个医生在诊治疾病的过程中，都遇到过比较棘手的“不明原因发热”的病人，医学上把这种不能明确诊断的病证称为“FOU”。发热是许多疾病的共同症状，其特征表现为：有时缠绵难解，有时症状千变万化，有时甚至有致命之虞。

在生活质量日益提高，医疗改革日趋深化的今天，很多人遇到头疼脑热，已经习惯了自己找些药，或到药房买些药来对付，这当然未尝不可，但您想过没有，万一这次发热不同寻常，万一因此而贻误了时机，万一用错了药，那岂不是误了大事！

在这本小册子里,您可以读到很多有关“发热”方面的知识,其中有对发热的热型特点的描述、伴随症状的介绍、引起发热各种原因的分析、发热时要作哪些针对性检查的提醒、30种发热疾病的自测与治疗、常用的缓解发热的中西药、发热病人的调养和护理等。书末附有耐人寻味的小百科,如“康泰克”等感冒药为什么不能用、发热病人能否进补、发热病人能进空调间吗、小儿为什么容易发热等,这些看似简单、其实却蕴涵着医学科学的道理。我们试图用浅显易懂的语言、轻松活泼的文字,让您既不面对复杂发热病人而盲目擅自用药,又不至于面对简单的发热病人束手无策。

每一次发热,每一种热型,每一个症状,都是一组密码,是一个信号,有很多时候,解开密码的钥匙,就在您自己手中。

我们希望这本小册子是送给您的一把钥匙,通过它,您能借助医学科学的力量,去打开人体发热的奥秘,去创造更加高质量的人生。我们也希望这本小册子成为您日常生活中的好朋友,患病发热时的好助手,应急应变的好参谋。

编者

2001年6月

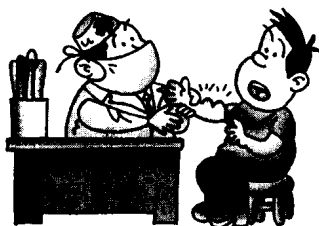


朱新革,1949年生。现任黄浦区传染病医院副院长。1975年毕业于上海中医学院。曾参与编写《中国中医独特诊断大全》、《丁甘仁临证医集》、《百石治百病》等著作。已发表《抽动-秽语综合征的治疗》、《藏医的五原学说》等10余篇论文。



朱抗美,1952年生。现任上海中医药大学教授、上海中医药大学附属曙光医院副院长。1975年毕业于上海中医学院。1987年获硕士学位。曾先后师从刘树农教授和张伯讷教授,具备较丰富的临床经验和较扎实的理论基础,主编和参与编写《百病治百病》、《中国中医独特诊断大全》、《名中医谈保健》、《实用中医大全》、《中医治法荟萃》、《中医名言辞典》、《刘树农医论选》、《丁甘仁临证医集》等著作。已发表《肾的精气阴阳理论源流考》等30余篇论文。

目 录



1. 体温的奥秘

体温是怎样产生的 /3

体温的调节 /4

人体能产热也能散热 /5



2. 何谓发热

人体为什么会发热 /11

影响体温变化的因素 /14

发热的症状和诊断 /22

人体正常温度是多少 /24

发热程度、时间、阶段的划分 /27

常见热型 /29



3. 不同类型的发热

功能性低热 /35

夏季低热 /36

周期性发热 /37

药物热 /37

手术热 /39

中暑 /39

老年人发热 /40

小儿发热 /41

4. 发热病人需要做哪些检查

体格检查 /47

实验室检查 /50

化验室检查指标及临床意义 /54

5. 发热的伴随症状

发热伴随寒战 /61

发热伴随肌肉疼痛 /62

发热伴随心跳加快、呼吸急促 /64

发热伴随口臭、便秘、小便黄 /65

发热伴随手足冰凉 /67

发热伴随淋巴结肿大 /68

发热伴随口唇疱疹 /74

发热伴随皮疹 /76

发热伴随抽风 /82

发热伴随出汗 /83

6. 常见的发热疾病有哪些

流行性感 冒 /89

肺结核 /91

白喉 /93
麻疹 /96
流行性腮腺炎 /98
疟疾 /100
流行性脑脊髓膜炎 /102
脊髓灰质炎 /104
乙型脑炎 /106
伤寒、副伤寒 /108
猩红热 /111
百日咳 /113
哮喘 /115
肺炎 /118
肺癌 /120
心肌梗死 /123
病毒性肝炎 /125
肝癌 /128
急性胆囊炎 /130
急性胰腺炎 /132
急性阑尾炎 /134
细菌性痢疾 /135
急性尿路感染 /137
类风湿性关节炎 /139
痛风 /141
白血病 /143
红斑狼疮 /145
甲状腺功能亢进症 /148

急性盆腔炎 /149

丹毒 /151

7. 发热病人的治疗特点

不能见热就退热 /155

发热的诊断性治疗 /156

小儿高热的处理 /159

妊娠期、哺乳期发热妇女用药

特点 /162

老年人发热用药注意点 /164

常用退热西药有哪些 /166

如何选用退热中成药 /168

重症中暑的急救 /170

药物降温的不良反应 /172

8. 发热病人的调养和护理

体温的测量 /177

病情的观察 /181

发热过程三阶段 /184

发热病人的健康生活方式 /186

家庭物理降温法 /191

简便易行的家庭消毒法 /193

发热病人的饮食原则 /195

发热病人的膳食与忌口 /198

健康每一天 /206



小百科

- 为什么会出现体温偏低的现象 /8
- 男女老幼的体温是否都一样 /21
- 不在冰天雪地中也会冻死人 /26
- 摄氏温度和华氏温度 /28
- 小儿为什么容易发热 /43
- 察舌也可以了解发热的变化 /58
- 发热时吃饭为什么不香 /75
- 发热与炎症有什么关系 /85
- 孕妇发热能否用退热药 /95
- 新生儿发热怎么办 /117
- 发热并不都是坏事 /147
- “康泰克”等感冒药为什么不能用 /158
- 发热对孕期及哺乳期妇女的影响 /163
- 民间退热疗法 /171
- 发热病人能否进补 /190
- 发热病人能进空调房间吗 /205

1

体温的奥秘



