

家庭医疗 100 问

洪海东 著

中国国际广播出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭医疗 100 问/洪海东主编. - 北京:中国国际广播出版社,1999.11

ISBN 7-5078-2367-7

I. 家… II. 洪… III. 医疗-100 问-家庭 IV. R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 86778 号

家庭医疗 100 问

- 编 者 洪海东
责任编辑 杨小虎
封面设计 国广设计室
出版发行 中国国际广播出版社
社 址 北京复兴门外大街 2 号(国家广电总局内)
邮 编 100866
经 销 新华书店
印 刷 北京大同数字印务有限公司
开 本 850×1168 1/32
印 张 6.5
字 数 117 千字
版 次 1999 年 11 月第一版 1999 年 11 月第一印刷
印 数 1-10000 册
书 号 ISBN 7-5078-2367-7
定 价 9.8 元
-

国际广播版图书 版权所有 盗版必究
(如果发现图书质量问题,本社负责调换)

目录

一常见症状治疗类	1
1 便秘	1
2 便血	3
3 盗汗	4
4 呃逆	4
5 腹泻	7
6 腹胀	11
7 积食厌食	12
8 咳嗽	15
9 咯血	20
10 呕吐	20
11 排尿异常	21
12 暑热	25
13 水肿	26
14 头痛	27
15 眩晕	29
16 腰痛	31
二妇科病症治疗类	32
1 催乳退乳	32
2 护乳丰乳	35
3 经期病症	38
4 阴道病症	41
三疾病自测类	42
1 妇女疾病自测	42
2 疾病先兆	46
3 其他辨病	52
4 舌苔辨病	56
5 体液辨病	57
6 幼儿疾病自测	58
7 指甲辨病	61
四内科疾病治疗类	62
1 百日咳	62
2 癫痫	63
3 肝胆病	63
4 感冒	66
5 高血压	70
6 寄生虫病	73
7 甲状腺肿	76
8 结核病	76
9 疟疾	77
10 贫血症	77
11 气管炎	78

12 腮腺炎.....	81
13 神经衰弱.....	83
14 肾病.....	84
15 糖尿病.....	86
16 胃肠病.....	87
17 哮喘.....	91
18 心脏病.....	93
19 血液病.....	95
五皮肤科病症治疗类.....	95
1 狐臭.....	95
2 鸡眼.....	97
3 皲裂.....	97
4 麻疹.....	98
5 荨麻疹.....	99
6 痱疹.....	99
7 癣.....	100
8 疣痣.....	103
六外科病症治疗类.....	107
1 疮疖.....	107
2 叮咬瘙痒.....	109
3 冻疮.....	113
4 关节病症.....	115
5 损伤肿痛.....	117
6 痔疮脱肛.....	124
7 灼伤.....	127
七五官科病症治疗类.....	131
1 鼻疾.....	131
2 耳疾.....	134
3 骨刺鳃喉.....	137
4 口腔疾病.....	137
5 牙疾.....	140
6 咽喉疾病.....	145
7 眼疾.....	148
八治疗与护理技术类.....	153
1 敷脐.....	153
2 急救.....	155
3 疾病护理.....	162
4 矫治.....	167
5 解毒.....	170
6 醒酒.....	174
7 幼儿护养.....	176
安全用药 100 问（上）.....	180
1、什么是药品分类管理？.....	233
2、什么是处方药与非处方药？.....	233

3、怎样识别非处方药？	233
4、什么叫安全合理用药？	233
5、如何安全合理选择药物？	234
6、怎样准确阅读药品说明书？	234
7、为什么非处方药还要分甲类和乙类？其标识是什么？	235
8、药品的有效期如何识别？	235
9、何谓药物的常用量、极量、中毒量和安全范围？	235
10、何谓药源性疾病？	236
11、何谓耐药性？	236
12、何谓依赖性？	236
13、何谓耐受性？	237
14、何谓药品不良反应？	237
15、什么是药品的副作用？副作用和不良反应有区别吗？	237
16、什么是药品的毒性反应？	238
17、什么叫药物的过敏反应？	238
18、为什么药品的不良反应不可预言？	238
19、为什么有的人原来对某种药品不过敏，后来却过敏？	238
20、是不是 OTC 药就不会出现严重不良反应？	238
21、是不是药品使用说明书里列举的不良反应少的就是好药、列举不良反应多的就不是好药？	239
22、是不是中药的不良反应比西药少？	239
23、中西药一起吃、会不会增加不良反应？	239
24、是不是只有假冒伪劣药品才会有不良反应？	239
25、哪些人易发生药品不良反应？	240
26、老年用药应注意什么？	240
27、孕妇用药应注意什么？	240
28、哪些药物可能影响胎儿的健康？	240
29、哪些药可能影响儿童的健康？	240
30、有哪些药哺乳期妇女吃没有什么不良反应，乳儿身上却出现不良反应？	240
31、不同的人服用同样的药，为什么有的人有不良反应，有的人没有不良反应？	241
32、肝功能不好的病人，用药应注意什么？	241
33、肾功能不好的病人，用药应注意什么？	241
34、怎样预防药品不良反应？	241
35、说明书和药品的安全使用有关系吗？	241
36、什么叫药物相互作用？	242
37、哪些药品容易出现药物相互作用？	242
38、哪些因素与出现药物相互作用有关？	242
39、哪些中西药不可同服？	242
40、西药哪些常用药物不能合用？	244
41、什么是抗菌药物？	245
42、抗生素指的是什么？	245
43、应用抗菌药物需考虑哪些问题？	246
44、合理使用抗菌药物的原则是什么？	246
45、常见的抗菌药物的不良反应有哪些？	246

46、滥用抗菌药有何危害？	246
47、如何合理使用抗菌药物？	247
48、儿童感冒时使用抗菌药物的指征及注意事项有哪些？	248
49、儿童感冒是否需要服用抗菌药物？	248
安全用药 100 问（中）	248
50、腹泻时为什么不能随便应用抗菌药物治疗？	248
51、家庭抗菌药物的使用误区有哪些？	249
52、服用抗菌药物时如何注意给药间隔？	249
53、哪些皮肤病需外用抗菌药物？	249
54、在选择外用抗菌药物时应注意什么？	250
55、外用抗菌药物可能会出现哪些不良反应？	250
56、口服青霉素 V 及阿莫西林需要做皮肤实验吗？	250
57、头痛为什么不要长期乱用止痛药？	250
58、如何合理选用解热镇痛药？	251
59、如何合理选用抗炎镇痛药？	251
60、为什么对含有氨基比林的复方制剂应慎用？	252
61、为什么孕妇要慎用解热镇痛药中的阿司匹林？	252
62、为什么胃溃疡病人应禁用阿司匹林？	252
63、服感冒药为什么不能饮酒？	252
64、应用抗感冒非处方药西药时如何根据症状选择应用？	253
65、服用抗感冒西药非处方药时要注意哪些问题？	253
66、为什么老人和小儿应慎用感冒通？	254
67、如何根据咳嗽的症状表现来确定是何种病因引起的咳嗽？	254
68、为什么多痰、稠痰患者不宜强力镇咳药止咳？	254
69、复方甘草溶液为什么既能止咳又能祛痰？	255
70、复方甘草溶液不能向哪些病人推荐使用？	255
71、哮喘发病机理的现代观念是什么？	255
72、沙丁胺醇平喘的作用机理是什么？应用时应注意什么？	256
73、胃及十二指肠溃疡患者要慎用哪些药？	256
74、胃及十二指肠溃疡的治疗原则是什么？	257
75、慢性胃炎是一种什么病？用什么药进行治疗？	258
76、应用助消化药治疗消化不良时要注意哪些问题？	259
77、应用泻药时应注意些什么？	259
78、便秘时如何选用缓泻药？	259
79、对慢性腹泻是否都应用抗菌药治疗？	260
安全用药 100 问（下）	260
80、急性胃肠炎一般不能应用哪些止泻药？	260
81、为什么细菌性痢疾初期不能滥用止泻药？	261
82、慢性肝炎如何治疗及用药？	261
83、为什么肝炎病人不能滥用保肝药？	261
84、老年高血压有何特点？	262
85、老年高血压患者适应的降压药物有哪些？	262
86、老年高血压在治疗过程中要注意哪些问题？	263
87、老年高血压患者如何服用降压药？	263

88、高血压病的治疗原则有哪几点?263

89、高血压病常用药物组合（联用）有哪些组合?264

90、老年人为什么要警惕收缩期高血压？用哪些降压药为好?265

91、Ⅱ型糖尿病的治疗药物如何选择?265

92、糖尿病预防新观念之一是提倡早期使用胰岛素，如何理解?266

93、为什么说Ⅱ型糖尿病患者应广泛使用他汀类药物?266

94、应用抗心绞痛药应注意什么?267

95、如何判别阴道炎的性质及如何用药?267

96、应用抗滴虫性阴道炎外用药时要注意哪些问题?268

97、泌尿系统感染用药需注意哪些问题?268

98、应用外用的糖皮质激素类药物应注意哪些问题?269

99、为什么不能乱用氟轻松?269

100、如何合理选用口服维生素与微量元素复方制剂?270

一常见症状治疗类

1 便秘

◆按穴治便秘法

①让便秘的小儿仰卧，按摩者右手四指并拢，在小儿脐中顺时针方向作环行按摩，每次 300 圈，每日早晚各 1 次。

②用左手中指点压在肚脐旁 2 寸的天枢穴上，有明显酸胀感即按住不动，坚持 1 分钟左右，然后屏气，增加腹内压，即可排便。

③按揉鼻孔旁的迎香穴，同时作深呼吸，很快就能排便。

◆菠菜麻油治便秘法

将鲜菠菜洗净，在沸水中烫 3 分钟，捞出拌以麻油，每日服 2 次，可治便秘。

◆菠菜粥治便秘法

用 100 克大米煮成粥，将 250 克连根的菠菜切碎，放进粥中煮熟，加适量油、盐服食，可治大便秘结。

◆醋蛋治腹泻法

将 100~200 克食醋倒入锅中加热，打入 1 只鸡蛋，待熟后趁热食蛋饮醋，每天 1 次，可治腹痛、腹泻、急性肠炎等。

◆豆油治便秘法

取 25 克豆油口服，每日 2 次，有润肠通便之效，治便秘疗效显著，无副作用。

◆肥皂通便法

将肥皂切成 3 厘米左右长、2 厘米粗的锥形，在清水中泡 10 秒钟，外表润滑后，轻轻插入肛门，稍待片刻，即可排出大便。

◆胡萝卜通便法

将胡萝卜洗净，削去表层，呈光洁的细棒状，头略尖，浸在 50%浓度的盐水中 7 日。便秘时，慢慢塞入肛门内，不要过深，一般 7 分钟左右即可排便。

◆焦决明治便秘法

用焦决明泡茶，取浓汁饮服，约 4 小时后，多数患者都能排便。

◆韭菜子治便秘法

将韭菜子烘干，研成细末，以开水冲服，每次 5 克，每日 3 次，可治便秘。

◆桔皮蜂蜜治便秘法

将桔皮洗净，切成细丝，加适量白糖、蜂蜜煮沸，每日 3 次，每次 1 汤匙，可治愈便秘。

◆牛奶蜂蜜治便秘法

250 克牛奶加 100 克蜂蜜，再加少量葱汁，一起煮熟后清晨空腹饮完，可治习惯性便秘。

◆土豆汁治便秘法

将新鲜土豆洗净捣烂取汁，每日早、午餐前各服 1 次，每次 120 克左右，可治习惯性便秘。

◆香蕉黑芝麻治便秘法

每天晨起及临睡前各吃 1 只香蕉，对习惯性便秘有疗效；兼有高血压病患者，可用 500 克香蕉去皮后蘸炒熟的 15 克黑芝麻嚼吃，1 日内吃完，可治便秘。

◆芝麻胡桃松子治便秘法

将等量的芝麻、胡桃仁、松子仁搅匀捣烂，加蜂蜜调拌，每日早晚空腹服食，每次 75 克，可治便秘，尤其适用于老年习惯性便秘。

◆芝麻杏仁粥治便秘法

将 150 克黑芝麻、100 克杏仁、150 克米放进水中浸泡，然后捣成糊状，煮熟后加糖服食，可治便秘。

2 便血

◆豆腐渣治便血法

将豆腐渣炒焦后研细，用红糖水送服，每次 6~9 克，每日 2 次，可治长期不愈的大便下血。

◆蜂蜜葵花子治便秘法

将适量葵花子仁捣碎，加 1 杯温开水，再加适量蜂蜜，早晚各服 1 次，对便秘有疗效。

◆鸡冠花煮蛋治便血法

取 30 克白鸡冠花，加 750 克水，煎剩 300 克，去渣取汁，打入 1 只鸡蛋，煮熟后加适量白糖服食，每日 1 次，连服 1 周，可治便眩。

◆苦瓜根治大便带血法

用 120 克鲜苦瓜根加水煎服，可治大便带血。

◆荔枝治便血法

取 6 枚荔枝、6 个胡桃仁、6 枚红枣肉、9 克茶叶，加水煎汤当茶饮服，可治非痔疮性便血。

◆木耳头发灰黄花菜治便血法

取 30 克干黄花菜、15 克白木耳，用水煎煮成 1 碗水后，冲入 6 克头发灰，服食，可治大便中带有鲜癖淤血。

◆香蕉皮治痔疮便血法

将香蕉皮烧熟食用，可治痔疮便血。

3 盗汗

◆红枣乌梅浮小麦治盗汗法

取红枣、乌梅肉各 15 克，20 克浮小麦，加水煎服，常服可治盗汗。

◆鲤鱼治水肿法

将 1 条鲤鱼、120 克赤豆、6 克桔皮一同煮烂食用，可治孕妇水肿、营养不良性水肿。

◆玉米茎芯治盗汗法

取玉米秆茎内白色柔软的芯，加水煎服，对盗汗有疗效，治产后虚汗效果更好。

4 呃逆

◆按穴治呃逆法

①按少商穴：用手指甲压迫少商穴，压至有明显酸痛感，持续 30~60 秒，患者可两手交替进行。少商穴在大拇指甲根部桡侧角，距指甲缘约 1 分许。

②按内关穴：内关穴在手臂内侧中央距第一横纹约 2 寸处。用手指压迫、按揉内关穴，有止膈作用。

③按攒竹穴：双手拇指按压攒竹穴，其余 4 指在太阳穴部位固定头部，一般按压揉捻数分钟可治呃逆。攒竹穴在眉毛内侧端，俗称鱼头。

◆白砂糖治呃逆法

因胃肠突然受冷或受热引起的呃逆，可取 1 汤匙白砂糖含在口中，不等糖溶化就弯腰下咽，可治呃逆。

◆醋防服药呕吐法

患者闻到药味要呕吐时，可在患者鼻孔里涂一点醋，然后服药，即可防止呕吐。

◆袋内呼吸治呃逆法

将口鼻伸入直工信封或塑料袋，不让周连漏气，在袋内呼吸 2~3 分钟，即能止呃。

◆刀豆生姜治呃逆法

将 30 克带壳老刀豆、3 片生姜加水煎煮，去渣后加适量红糖，1 日内分 2 次饮服，可治虚寒呃逆。

◆堵耳喝水治呃逆法

先堵住呃逆者的耳朵，令其饮下 200 克温开水，可治呃逆。

◆茴香子治呃逆法

将茴香子放在铁板上焙烧至冒烟，用口鼻吸入烟雾，即可止呃。

◆韭菜治呃逆法

将韭菜榨汁饮服；或适量生食；或将韭菜子 3 克研末内服，均能治久呃不止。

◆酒浸柠檬治呃逆法

将 1 只柠檬浸在酒中，打嗝时取出柠檬，去皮后食用，止嗝效果好。

◆桔树叶花治呃逆法

取 40 克桔树的叶或花，加 2 杯清水煎服，每次饮 100 毫升，每日 3 次，可治比较顽固的呃逆。

◆拉舌治呃逆法

用一块干净的纱布包住舌头尖，然后用手指捏住，打嗝时就轻轻往外拉，此时会感到腹部有气体上升，打嗝会自然停止。

◆屏气治呃逆法

深吸一口气后憋住，慢慢呼出，重复几次，可止住呃逆。

◆柿子蒂治呃逆法

取 10 只柿子蒂，加水煎汤饮服，可治呃逆。

◆压喉治呃逆法

发生呃逆时，可用食指按压喉下部凹陷处，片刻即止。

◆压眼球治呃逆法

两手掌稍用力按在眼球上，即会感到有一股气体从胃中排出，呃逆即止。如果不止，可用手指压上眼眶边缘，寻出压痛点，然后用力按揉几下，就可消除呃逆。青光眼、高度近视和心脏病患者不宜采用此法。

◆杨桃治呃逆法

每日嚼食鲜杨桃 3~4 次，每次 1 个，可治呃逆。

◆仰卧治呃逆法

发生呃逆时，应即仰卧在床，身平头正，垫低枕头，双手放在脑后，不久可消除呃逆。

◆婴儿呃逆巧治三法

①婴儿出现打嗝后，应予抱起，用食指尖在婴儿的嘴边或耳边轻搔 60 下左右，至婴儿发出哭声，打嗝现象即会消除。

②用手抓捏婴儿的小腿肚子，即能止嗝。

③轻捏婴儿鼻子，待其啼哭，打嗝即止。

◆纸捻治呃逆法

用 1 张软纸搓成细捻，伸入鼻腔内捻转，引发喷嚏后，可治呃逆。

5 腹泻

◆大蒜明矾治婴儿腹泻法

将 2 瓣大蒜，捣烂去渣取汁；再将 1 粒黄豆大的明矾研末，与蒜汁调匀，每日 1 剂，可治婴儿腹泻。

◆醋盐止吐泻法

取少许醋，加盐煎服，可止吐止泻。

◆醋豆腐治腹泻法

适量豆腐加醋煮熟服食，或加红糖水煮沸 10 分钟后服食，均可治久泻不止。

◆车前子肉桂治小儿腹泻法

取 30 克车前子、20 克肉桂、10 克丁香，研末调匀备用。每次取 2 克药粉敷于脐中，用胶布封脐，每隔 2 日换 1 次，可治小儿脾虚久泻。

◆茶叶红糖治腹泻法

茶叶中的鞣酸有抑菌止泻作用。取 50 克茶叶煎成浓茶汁，加入 50 克红糖，再煎至茶汁发黑时饮服，治腹泻效果明显。

◆艾叶大米红糖治腹泻法

将 10 克大米放在锅内炒黄，加 1 大碗水、10 克红糖、15 克干艾叶或 30 克新鲜艾叶，煮沸几分钟，趁温热时一次服完，每日 1 次，可治寒性腹泻。

◆大蒜治呕吐腹泻法

取 500 克大蒜捣烂，放在炒黄的 250 克食盐中，以 2~500 克开水兑匀，成人每次服 5~8 克，每日 4 次，可治呕吐腹泻。

◆高粱花石榴皮治小儿腹泻法

将 6 克高粱花（即炒炸开裂的高粱米）、15 克石榴皮拌匀，每日 1 剂，分 2 次煎服，可治小儿腹泻。

◆高粱糠治小儿腹泻法

将第二遍高粱米糠放在锅内炒至褐色有香味，除去上面的浮壳，每次服食 3~5 克，每日 4 次，可止腹泻。

◆高粱明矾治腹泻法

将 30 克高粱炒熟，加 6 克明矾拌匀，研成细粉，每次 9 克，每日 3 次，开水送服，可治腹泻。

◆胡椒红糖治腹泻法

夏季因饮食、受凉而引起的腹泻，可用热红糖水送服 4 粒胡椒，每日 3 次。

◆淮山药粥治腹泻法

将 50 克淮山药打碎，加 100 克大米煮粥，加盐或白糖后服食，可治脾虚泄泻。炎症腹泻者忌服，脾虚腹胀者慎用。

◆黄豆绿豆治腹胀法

取黄豆、绿豆各 30 克，一同炒黄，研成细末，每次服 2~3 克，每日 3 次，可治腹部胀满。

◆荔枝干红枣治腹泻法

将 15 枚去皮核的荔枝干、4 枚去核的红枣加水煎服，可治脾胃虚弱引起的慢性腹泻、老人五更泻等症。

◆栗子粥治腹泻法

将 10 枚栗子去壳除衣，与 100 克大米一起加水煮粥。只要吃后不觉腹中胀满，即可经常服用，对脾肾阳虚引起的腹泻、便溏有一定疗效。大便干结难解者忌服食。

◆萝卜叶桔皮治腹泻法

用 120 克新鲜白萝卜叶、30 克干桔皮煎汤，浓缩至 2 小碗左右，每日 2 次，每次 1 小碗，连服 2~3 日，可治腹泻。

◆馒头红糖治腹泻法

将馒头烤焦，压成碎末，加适量红糖用开水冲服，每日 3 次，对慢性腹泻有疗效。

◆泥鳅粥治小儿腹泻法

取 4 条活泥鳅剖腹去肠洗净，加 30 克左右粳米，用文火煮成粥，去刺，加盐，每日 1 剂，分 2 次服，连服 2~3 剂，可治小儿慢性腹泻。

◆苹果治小儿腹泻法

婴幼儿轻度腹泻，可将蒸熟苹果去皮、核，研成苹果泥，或用不锈钢汤匙刮泥。一周岁左右的婴儿每次喂食半个苹果，两岁以上每次喂食 1 个苹果，每天服 5 次。治疗期间暂不给其它食物；呕吐、腹痛停止后，可同时喂食流质食品；以后逐渐恢复日常饮食。

◆清凉油治小儿腹泻法

治疗小儿因受凉而引起的非细菌性腹泻，可将少许清凉油涂在其脐眼内和尾骨上，每日 2 次。

◆山药糯米治慢性腹泻法

慢性腹泻患者可将 60 克山药研成细粉，与 500 克熟糯米粉调匀。每晨取 4 汤匙，加白糖、水，煮成面糊，作早餐食用。剂量可逐渐增加，久服疗效较好。

◆山楂治伤食腹痛腹泻法

取 9 克焦山楂，研成细末，加少量砂糖拌匀，用沸水冲服，1 次服完，可治伤食引起的腹痛腹泻。

◆伤湿止痛膏治婴幼儿腹泻法

对婴幼儿因消化不良而引起的腹泻，可在其肚脐中央贴 1 小块伤湿泻，可在其肚脐中央贴 1 小块伤湿止痛膏；5~6 小时更换 1 资，连用几次，便可止泻。

◆生姜茶叶治腹泻法

取 100 克生姜或 30 克干舰 5 克茶叶，加入 800 克清水煮，水沸后改用文火，将水熬至 500 克左右，然后加入 15 克醋，1 日内分 3 次服用，可治腹泻、腹痛。