

医学协会特别推荐
权威性的公认版本

 实用生活指南
现代家庭必备手册

家庭医学 百科



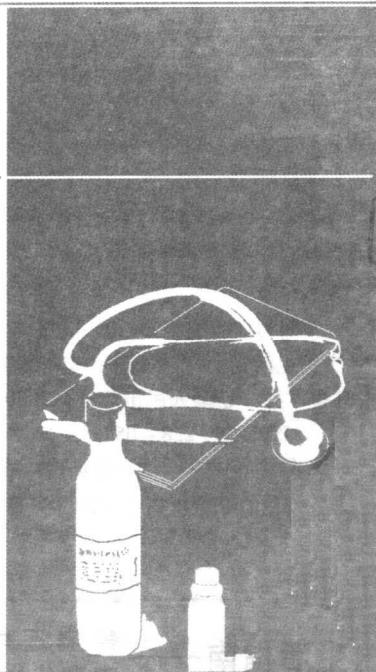
金色文化做文化精品



医学协会特别
权威性的公认版本

实用生活指南

现代家庭必备手册



家庭医学百科

新疆人民出版社

责 编：李明阳 范勇胜

封面设计：楚 林

图书在版编目 (CIP) 数据

实用生活指南 / 张小林, 李华编著

乌鲁木齐 新疆人民出版社 2000.4

ISBN 7-228-05734-1

I. 实… II. ①张… ②李… III. 常见病-诊疗 IV. R441

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 29683 号

实用生活指南——家庭医学百科
中老年生活百科

新疆人民出版社出版发行

武汉大学出版社印刷总厂印刷

开本 850 × 1168 毫米 1/32 印张 36

2000 年 8 月第 1 版 2002 年 1 月重新修订印刷

ISBN 7-228-05734-1/R. 95 二册定价：56.40 元

内 容 提 要

随着生活水平的日益提高，人类平均寿命的不断增长，人们对生活质量的要求越来越高，健康问题越来越受重视，对健康知识的需求也越来越迫切。为了引导读者掌握科学的健康生活方式，真正获得切实有用的医学知识，我们特此编撰了这本关于健康的手册型书籍：《实用生活指南——家庭医学百科》。

为了使读者读有所获，本书特别注重以下几个特点：

①实用性。书中设置的问题都是人们在健康方面最关心的、最想了解的问题，答案当然也是非常有针对性的。

②权威性。每个问题的答案，虽然文字不多，但都是由各大医院的教授、主任医师和有关专家撰写的。

③丰富性。书中包括了人们日常生活中可能提出的有关健康的问题，而且分门别类、科目齐全。

④通俗性。全书采用通俗易懂、深入浅出的写法，使具有初中文化程度的读者都能够理解有些较深奥的医药卫生知识。

愿本书能成为家庭求医问药的向导，成为读者健康的顾问。

金色文化工作室

目 录

人体的基本组成



人体的基本结构	(1)	循环系统	(15)
人体的化学组成	(2)	呼吸系统	(20)
运动系统	(3)	消化系统	(22)
皮肤	(6)	代谢与体温	(27)
神经系统	(7)	泌尿系统	(29)
感觉器官	(10)	生殖系统	(32)
内分泌系统	(12)	小儿的解剖生理特点	(36)
血液系统	(13)		

内科常见症状



发热	(39)	昏迷	(45)
头痛	(42)	休克	(47)
惊厥	(43)	淋巴结肿大	(48)
昏厥	(44)	皮下出血	(49)

水肿	(50)	腹痛	(61)
咳嗽和咳痰	(52)	腹内肿块	(63)
呼吸困难	(53)	肝肿大	(65)
胸痛	(54)	脾肿大	(67)
心悸	(55)	黄疸	(68)
紫绀	(56)	腹水	(69)
咯血	(58)	腹泻	(70)
恶心和呕吐	(59)	呕血和黑粪	(72)
吞咽困难	(60)	便秘	(73)
呃逆	(61)	便血	(74)

呼 吸 道 疾 病



什么是急性上呼吸道感染? ...	(76)	什么是支气管哮喘	(82)
普通感冒和流行性感冒有何不同?		什么叫阿司匹林性哮喘	(82)
.....	(76)	哮喘发病的诱因有哪些?	(82)
病毒性感冒会出现哪些并发症?		哮喘应怎样预防, 怎样治疗? ...	(83)
.....	(77)	如何正确使用平喘气雾剂? ...	(83)
怎样快速治愈感冒?	(77)	应用激素治疗哮喘要注意哪些事项?	
慢性支气管炎有哪些表现? ...	(77)		(84)
什么是肺气肿?	(78)	什么是心源性哮喘?	(84)
吸烟与肺气肿有关吗?	(79)	什么是支气管扩张?	(84)
肺气肿病人为何要进行腹式呼吸锻炼?		引起呼吸困难的原因有哪些? ...	(85)
.....	(79)	什么是肺炎?	(86)
肺气肿病人怎样提高抵抗力? ...	(80)	何谓“军团病”?	(86)
肺气肿病人如何自我保健? ...	(80)	什么是结核病?	(87)
什么是肺心病?	(81)	得了肺结核病会出现哪些症状?	
哪些疾病会引起肺心病?	(81)		(87)

常见的肺结核病的诊断方法有哪些?	(88)
结核病人可以恋爱、结婚、怀孕吗?	(88)
肺结核病人需要隔离吗?	(88)
在接受抗结核治疗过程中,为什么病人 人要经常查痰?	(89)
结核病人家庭接触者应注意什么问题?	(89)
怎样才能治愈肺结核病?	(90)

肺结核病人治愈后还需要定期复查 吗?	(90)
结核菌素试验阳性说明了什么?	(91)
如何早期诊断肺癌?	(91)
什么是胸腔积水?	(92)
什么是气胸?	(93)
手指呈“杵”状为何因?	(93)
睡眠“无呼吸”是怎么一回事?	(94)

心 血 管 疾 病



心律失常是怎么回事?	(95)
心律失常的治疗方法有哪些? ...	(95)
常见的心律失常如何治疗? ...	(96)
什么是病窦综合征?	(97)
病毒性心肌炎的病因是什么?	(97)
病毒性心肌炎如何治疗?	(98)
心肌炎的病程有多长?	(99)
起搏器和人工心脏起搏是怎么回事?	(99)
什么是高血压?	(100)
头晕一定是高血压吗?	(101)
患了高血压必须服降压药吗? ...	(101)
高血压可以预防吗?	(101)
血压正常也会脑中风吗?	(102)

如何合理选择降压药?	(102)
青年人为何也会中风? 中风早期如何 自我康复?	(103)
贫血与低血压是一回事吗? ...	(103)
为什么高血压会损伤心、脑、肾?	(104)
什么叫动脉粥样硬化?	(105)
引起动脉粥样硬化的因素有哪些?	(106)
何为冠心病, 其危险因素有哪些?	(107)
冠心病一般要作哪些检查才能诊断?	(107)
冠心病病人如何自我监测和保护?	(107)

冠心病如何调理和预防?.....	(107)	风湿性心脏病有哪些临床表现?	(115)
冠心病患者过冬时应注意什么?	(108)	什么叫体外循环?.....	(116)
冠心病患者如何旅行?.....	(108)	发现孩子有心脏杂音怎么办?...	(117)
心绞痛常见的诱因有哪些?...	(109)	心电图正常就是心脏无疾病吗?	(118)
胸骨后痛一定是心绞痛吗?...	(109)	“荷特”检查有何特点?.....	(118)
急性心肌梗塞有哪些因素?哪些表现?	(110)	什么是超声心动图?.....	(119)
急性心肌梗塞如何自救?.....	(110)	有了心脏瓣膜病如何治疗?.....	(119)
心肌梗塞如何预防?.....	(111)	川崎病后遗心脏病是怎么回事?	(120)
心肌梗塞过的病人日常如何保健?	(111)	怎样防止血脂增高?.....	(120)
冠状动脉造影是怎么回事?...	(111)	高血脂的人需要长期服用降脂药吗?	(121)
肥胖与冠心病有何关系?.....	(112)	高血脂的人能不能多吃荤?...	(121)
抽烟的人为何容易得冠心病?	(112)	什么叫猝死?心脏复苏术怎么做?	(123)
老年人心颤是怎么回事?.....	(113)	如何警惕中青年人的猝死?...	(123)
糖尿病与冠心病有什么关系?...	(113)	心脏神经官能症就是心绞痛吗?	(124)
先天性心脏病有哪些临床表现?	(114)	引起脑卒中的危险因素有哪些?	(125)
如何护理先天性心脏病患儿?...	(114)		
“搭桥”手术是怎么回事?.....	(115)		

消化系统疾病



什么是胃炎?.....	(126)	治疗幽门螺杆菌感染的方法有哪些?	(127)
为什么现在很重视幽门螺杆菌?	(127)	萎缩性胃炎会不会癌变?.....	(128)

胃粘膜上皮化生和不典型增生是怎么回事? (128)

胃粘膜脱垂症是怎么回事?会癌变吗? (129)

如何检测幽门螺杆菌? (129)

胃肠息肉会转为癌吗? (130)

什么叫残胃癌? (130)

什么是消化性溃疡? (131)

消化性溃疡常有什么症状? ... (131)

怎样预防消化性溃疡复发? ... (132)

消化性溃疡都需要手术吗? ... (132)

消化性溃疡病人的饮食如何调理?
..... (133)

胃溃疡不愈合怎么办? (133)

为什么有时治疗溃疡病要用抗菌药物? (134)

胃大部分切除后,病人为什么要少食多餐? (134)

胃镜检查的患者知些什么? ... (135)

胃镜检查是否会损伤胃壁? ... (135)

急慢性胃炎、消化性溃疡病人能吸烟、喝酒吗? (136)

十二指肠溃会癌变吗? (136)

什么情况下溃疡病需要外科手术治疗? (137)

泛酸是消化性溃疡吗? (137)

有哪些病状应怀疑得了胃癌?... (138)

什么叫疣状胃炎? (138)

为什么要给病人做食管、胃动力检查吗? (139)

幽门梗阻有哪些症状? (139)

胃穿孔是怎样发生的? (140)

急性腹膜炎是如何形成的? ... (140)

结肠癌有哪些症状? (141)

胃肠动力障碍疾病包括哪些?
..... (141)

什么是慢性腹泻? (142)

什么是返流性食管炎? (142)

胃食管返流病如何治疗和预防?
..... (143)

食道癌的早期症状是什么? ... (143)

什么是贲门失弛缓症? (144)

什么是病毒性肝炎? (144)

得了病毒性肝炎是否一定有症状?
..... (145)

病毒性肝炎的主要危害是什么?
..... (145)

甲型肝炎是怎样传播的? (146)

乙型肝炎是怎样传播的? (146)

治疗乙肝的有效药物有哪些?
..... (147)

什么是乙肝病毒无症状携带者?是否有传染性? (147)

乙肝表面抗原(HBsAg)阳性的病人是否能结婚、生育? (148)

丙型肝炎是怎样传播的? (148)

慢性肝炎病人能否进行手术治疗?
..... (149)

药物性肝炎是怎么回事? (149)

生过肝炎的病人还会得肝炎吗?
..... (149)

什么是肝硬化? (150)

怎样预防肝硬化食道静脉曲张破裂出血? (150)

什么是肝性脑病?	(151)	怎样知道自己是否得了病毒性肝炎?	(156)
怎样早期发现肝癌?	(151)	谷丙转氨酶单项升高常见原因是什么?	(157)
肝癌的治疗方法有哪些?	(151)	乙型肝炎与肝硬化和肝癌有何关系?	(158)
什么是肝囊肿?	(152)	丙型肝炎与肝硬化和肝癌有何关系?	(158)
肝血管瘤是怎么回事?	(152)	蜘蛛痣是肝硬化的表现吗? ...	(159)
血清甲胎蛋白升高是否一定为肝癌?	(153)	有了腹水是否就是肝硬化? ...	(159)
现在有哪几种病毒性肝炎可通过注射疫苗来预防?	(154)	乙肝表面抗原阳性是不治之症吗?	(160)
什么叫“澳抗”?	(154)	甲型肝炎病人是否需要大量吃糖?	(160)
乙型肝炎是否一定会变成慢性肝炎?	(155)	什么是丁型肝炎?	(161)
黄疸是怎么回事?	(155)		
有了黄疸是否就是病毒性肝炎?	(156)		

内分泌科



什么是原发性肥胖症?	(162)	肾上腺皮质功能不足有哪些表现?	(165)
什么是下丘脑性肥胖?	(162)	什么是皮质醇增多症? 引起的原因有哪些?	(165)
什么是下丘脑综合征?	(163)	肢端肥大症和巨人症是怎样发生的?	(166)
垂体有何作用? 垂体肿瘤是否都应手术切除?	(163)	什么是周期性麻痹? 内分泌疾病能引起周期性麻痹吗?	(167)
什么是尿崩症? 限制病人饮水是不是可以使尿量减少?	(164)	什么是甲亢性疾病? 什么是甲亢性心	
什么是激素? 吃激素会不会长胖?	(164)		

脏病?	(167)
治疗甲亢服药时应注意什么?	(168)
哪些疾病可引起甲亢?	(168)
甲亢是不是都可以用同位素治疗?	(169)
哪些原因会引起甲减?什么是粘液性水肿?	(169)
甲状腺上发现的结节都是恶性的吗?	(170)
甲状腺扫描和甲状腺穿刺能解决什么问题?	(170)
甲亢病人怀孕后应注意些什么?	(171)

甲状腺肿在且疼痛是不是得了甲状腺肿瘤?	(171)
甲亢患者能不能吃含碘的食物?	(172)
糖尿病是怎样发生的?有哪些症状?	(172)
糖尿病会遗传吗?如何才能及早诊断?	(173)
为什么肥胖的人易得糖尿病?	(174)
糖尿病与妊娠有什么关系?怎样诊断妊娠糖尿病?	(174)
糖尿病可以继发于哪些病?	(175)

外科疾病



外科手术	(176)
外科灭菌和消毒	(177)
麻醉	(178)
手术前后处理	(180)
损伤	(182)
烧伤	(184)
冻伤	(185)
毒蛇咬伤	(186)
脓毒病	(187)
疖	(188)
痈	(188)

急性蜂窝织炎	(189)
急性淋巴管炎	(189)
急性淋巴结炎	(189)
丹毒	(190)
脓性指头炎	(190)
甲沟炎	(190)
手指急性化脓性腱鞘炎	(191)
破伤风	(191)
气性坏疽	(192)
皮脂瘤	(193)
脂肪瘤	(193)

血管瘤	(193)	肠扭转	(206)
纤维瘤	(194)	阑尾炎	(206)
皮肤癌	(194)	肠痿	(207)
肉瘤	(194)	先天性巨结肠	(208)
黑色素瘤	(194)	结肠和直肠癌	(209)
颈部肿块	(194)	直肠脱垂	(209)
甲状腺舌管囊肿	(194)	结肠直肠息肉	(210)
鳃裂囊肿	(195)	肛门闭锁	(211)
囊状水瘤	(195)	肛裂	(211)
甲状腺肿瘤	(195)	肛门直肠周围脓肿和肛痿	(211)
甲状腺癌	(195)	痔	(212)
颈部转移性癌	(196)	胆囊炎	(213)
急性乳腺炎	(196)	慢性胆囊炎	(213)
乳房癌	(196)	胆管结石和胆管炎	(214)
乳腺小叶增生病	(197)	胆道蛔虫症	(215)
颈淋巴结结核	(198)	胰腺癌	(215)
淋巴管瘤	(198)	血栓闭塞性脉管炎	(216)
脐膨出	(198)	动脉栓塞	(216)
脐痿	(198)	动脉粥样硬化性闭塞	(217)
疝	(198)	动静脉痿	(218)
腹部损伤	(201)	静脉血栓形成	(219)
急性腹膜炎	(202)	动脉瘤	(220)
先天性肥厚性幽门狭窄	(203)	血管瘤	(221)
胃癌	(203)	下肢静脉曲张	(222)
肠梗阻	(204)	慢性小腿溃疡	(222)
蛔虫性肠梗阻	(205)	整形手术	(223)
肠套叠	(205)	器官移植	(224)
粘连性肠梗阻	(206)		

骨 科



骨折	(225)	骨关节炎	(246)
牵引	(228)	骨质疏松	(247)
石膏绷带	(228)	大骨节病	(249)
小夹板	(228)	小儿麻痹后遗症	(249)
锁骨骨折	(229)	多指(趾)	(250)
肱骨上端骨折	(229)	先天性畸形足	(250)
肱骨干骨折	(229)	先天性髋脱位	(251)
肱骨髁上骨折	(230)	先天性斜颈	(251)
前臂骨折	(230)	平足症	(252)
桡骨下端骨折	(230)	脊柱侧凸	(253)
股骨颈骨折	(231)	颈肩腰腿痛	(254)
股骨干骨折	(231)	颈肩部疾患	(254)
髌骨骨折	(231)	腰臀部疾患	(255)
胫腓骨骨折	(232)	髋膝部疾患	(255)
踝部骨折	(232)	肩关节周围炎	(256)
脊柱骨折	(232)	腰椎间盘突出症	(257)
骨盆骨折	(233)	臂丛神经血管受压症	(257)
关节内骨折	(233)	肘管综合征	(258)
骨骺部位的损伤	(234)	腕管综合征	(258)
关节脱位	(234)	腱鞘炎	(259)
手外伤	(236)	腱鞘囊肿	(259)
膝部损伤	(240)	滑囊炎	(260)
断肢(指)再植	(241)	肱骨外上髁炎(网球肘)	(260)
化脓性骨髓炎	(242)	骨肿瘤	(261)
化脓性关节炎	(243)	人工关节	(263)
骨和关节结核	(243)	周围神经损伤	(263)
类风湿性关节炎	(245)		

泌 尿 科



排尿困难和尿潴留	(265)	泌尿系结石症	(274)
尿失禁	(266)	泌尿、男性生殖系结核	(275)
血尿	(266)	肾积水	(276)
脓尿	(267)	肾肿瘤	(277)
乳糜尿	(268)	膀胱肿瘤	(278)
肾绞痛	(268)	肾移植	(278)
肾下垂(游走肾)	(269)	阴茎癌	(279)
多囊肾	(270)	睾丸肿瘤	(279)
尿道下裂	(271)	前列腺肥大	(280)
包茎和包皮过长	(271)	肾脏损伤	(281)
睾丸未降(隐睾症)	(272)	膀胱损伤	(282)
膀胱炎	(272)	尿道损伤	(282)
前列腺炎	(273)	男子不育症	(284)
肾性高血压	(273)	男子性功能障碍	(284)

妇 产 科



妇科特殊检查	(286)	葡萄胎	(291)
流产	(289)	恶性葡萄胎和绒毛膜上皮癌	(292)
早产	(290)	妊娠剧吐	(293)
输卵管妊娠	(291)		

前置胎盘	(293)	幼女性阴道炎	(309)
胎盘早期剥离	(294)	老年性阴道炎	(310)
羊水过多	(295)	子宫颈炎	(310)
羊水过少	(295)	子宫颈息肉	(310)
多胎妊娠	(295)	盆腔炎	(311)
妊娠高血压综合征(妊娠中毒症)	(296)	生殖器结核	(312)
过期妊娠	(297)	子宫肌瘤	(312)
母子血型不合	(297)	卵巢肿瘤	(313)
心脏病合并妊娠	(298)	女阴癌	(314)
肾炎合并妊娠	(298)	子宫颈癌	(315)
肾盂肾炎合并妊娠	(299)	子宫体癌	(316)
肝炎合并妊娠	(299)	输卵管癌	(316)
肺结核合并妊娠	(209)	子宫脱垂	(317)
贫血合并妊娠	(209)	尿瘘	(318)
糖尿病合并妊娠	(301)	粪瘘	(319)
甲亢合并妊娠	(301)	女性生殖道畸形	(319)
产力异常	(302)	不孕症	(320)
骨盆异常	(302)	创伤性宫腔粘连	(321)
胎位异常	(303)	子宫内膜异位症	(321)
子宫破裂	(304)	功能失调性子宫出血病	(322)
产后出血	(305)	多囊卵巢综合征	(323)
产褥感染	(305)	泌乳闭经综合征	(323)
高危妊娠	(306)	经前期紧张综合征	(323)
外阴瘙痒	(306)	更年期综合征	(323)
外阴白色病变	(307)	闭经	(324)
前庭大腺炎	(307)	痛经	(325)
滴虫性阴道炎	(308)	阴道出血	(325)
念珠菌性阴道炎	(308)	白带异常	(326)
阿米巴性阴道炎	(309)	盆腔肿块	(326)

儿 科



新生儿疾病特点	(327)	小儿肺炎	(351)
新生儿窒息	(328)	小儿贫血	(352)
新生儿呼吸艰难综合征	(329)	小儿肾病综合征	(353)
亲生儿呕吐	(329)	小儿营养性贫血	(355)
新生儿颅内出血	(331)	组织细胞增生症	(356)
新生儿出血性疾病	(332)	小儿急性肾炎	(356)
新生儿败血症	(333)	麻疹	(357)
新生儿溶血病	(334)	风疹	(359)
新生儿黄疸	(335)	幼儿急疹	(361)
新生儿硬肿症	(336)	脊髓灰质炎	(361)
维生素 A 缺乏症	(337)	猩红热	(262)
维生素 A 中毒	(338)	百日咳	(363)
维生素 D 缺乏性佝偻病	(338)	小儿化脓性脑膜炎	(364)
佝偻病性手足搐搦症	(340)	小儿低血糖症	(365)
维生素 D 中毒	(341)	小儿肥胖症	(367)
婴幼儿营养不良	(341)	小儿厌食	(368)
小儿发热	(342)	侏儒症	(368)
小儿腹痛	(344)	智力低下	(370)
婴儿腹泻	(345)	儿童行为问题和特殊症状 ...	(371)
小儿急性坏死性肠炎	(347)	小儿结核病	(373)
新生儿坏死性小肠结肠炎 ...	(348)	肠源性青紫	(375)
小儿口腔炎	(348)	暑热症	(375)
小儿急性上呼吸道感染	(349)	小儿遗传代谢病	(376)
小儿急性喉炎	(350)	原发性免疫缺陷病	(379)
小儿急性气管炎、支气管炎 ...	(351)	独生子女的教养	(381)

神 经 科



- 神经系统疾病有哪些症状? (383)
- 疯疯癫癫是不是神经病? (384)
- 三叉神经痛的病因是什么? (384)
- 口眼歪斜是中风吗? (385)
- 为什么脊梁骨受伤后下肢会瘫痪? (385)
- 头痛是怎样引起的?原因有哪些? (386)
- 妇女的头痛有什么特点? (386)
- 脑血栓形成的原因是什么? ... (387)
- 怎样防止脑血栓? (387)
- 血脂高一定会得中风吗? (388)
- 脑血管堵塞后还会再通吗? ... (388)
- 心脏病和脑栓塞有什么关系? (389)
- 脑血栓形成和脑栓塞是一回事吗? (390)
- 脑梗塞患者为什么越来越多? (390)
- 老年人突然眩晕是梅尼埃病吗? (391)
- 怎样预防脑血管病? (391)
- 化脓性脑膜炎是什么病? (392)
- 什么是脑囊虫病?怎样预防? (392)
- 脑电图检查会损坏脑子吗? (393)
- 癫痫是什么病? (393)
- 癫痫病人应该注意哪些问题? (394)
- 如果癫痫长期不发作,还应服药吗? (394)
- 怎样护理抽风的病人? (395)
- 患癫痫妇女能否婚育? (396)
- 脑瘤的早期症状是什么? (396)
- 什么叫颅内压增高? (396)
- 什么是急性脑血管病? (397)
- 脑出血的主要原因是什么?如何防治? (397)
- 常做梦是神经衰弱吗? (398)
- 脑外伤怎么会失去记忆? (399)
- 脑震荡后如何自我康复? (399)
- 强迫性神经症如何治疗? (400)
- 神经官能症为何还需心疗? (400)
- 中风后瘫痪怎样康复? (401)