

中国医师协会专家推荐家庭保健用书

现代家庭保健医生

XIANDAI JIATING BAOJIAN YISHENG

✓ 武星户 主编

医学专家精心指导

眼到病除

常见疾病的自我诊断方法

怎样发现疾病信号

发烧发热 发育异常 肥胖消瘦 头痛失眠
贫血昏迷 焦虑抑郁 视力障碍 胸痛心悸
呕吐腹泻 男女性病 性功能障碍……

怎样解读常规化验

血液常规化验 血清蛋白化验 血清酶类化验
血清色素化验 常见血脂化验 常见血糖化验
血清离子化验 非蛋白含氮化验……

广州出版社

现代家庭保健医生

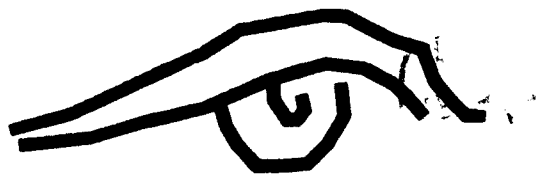
XIANDAI JIATING BAOJIAN YISHENG

☑ 武星户 主编

眼到病除

常见疾病的自我诊断万法

杜敏 方一 著
倪真民 武星户



广州出版社

图书在版编目(CIP)数据

眼到病除:常见疾病的自我诊断方法/武星户主编.—广州:广州出版社,2004.8

(“现代家庭保健医生”丛书)

ISBN 7-80655-740-7

I.眼… II.武… III.常见病—诊断 IV.R44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 072703 号

“现代家庭保健医生”丛书

眼到病除:常见疾病的自我诊断方法

广州出版社出版发行

(地址:广州市人民中路同乐路 10 号 邮政编码:510121)

长沙市飞鹏印刷有限公司印刷

(地址:长沙市德雅路 342 号 邮政编码:430003)

开本:889mm×1194mm 1/32 字数:983 千 印张:43.75

2004 年 8 月第 1 版 2004 年 8 月第 1 次印刷

责任编辑:刘 胜

特约编辑:赖 咏

责任校对:黄淑銮 李 敏

封面设计:犀文设计室

发行专线:020-83793214 83781097

ISBN 7-80655-740-7/R·92

定价:80.00 元(全四册)

如发现印装质量问题,请与承印厂联系调换

前 言

随着科学技术的进步及物质、文化生活水平的不断提高，广大群众的自我保健意识逐渐增强，特别是对了解和掌握一些常见病、多发病防治知识的要求越来越迫切，包括经常发生的一些症状，如头痛、发烧、腹痛等，可能是什么病？需要马上去医院急诊，还是自己用一些非处方药可以治好？以及医生所做的各种化验、仪器检查的结果有没有问题，正常值是多少，升高或降低代表什么病，是何种原因引起的等等。当然，这些内容也是病人和家属应该了解和知道的。

为满足病人、家属和广大读者在常见病、多发病自我诊断方面的需求，特请有关专家、医生编写《眼到病除》一书，内容包括 100 种常见的疾病信号，近 200 种医院常用的化验、检查项目的正常值及升高或降低说明什么问题。便于读者在身体出现这些信号时，通过查找可以知道可能是什么病，尽快采取措施，防止疾病的发生或尽快治好疾病。另外，对照医院化验单或检查报告中的各项数值，可以知道自己的此项检验是否正常？升高说明什么问题，降低是什么原因，可能得了什么疾病？做到心中有数。

本书只是将常见的疾病信号和常用的化验、检查项目编入其中，限于作者水平，书中难免有遗漏和不当之处，敬请读者谅解和批评指正。

目 录

第一章 如何识别常见的疾病信号 1

发热	2
生长发育异常	7
肥胖	9
消瘦	11
乏力	12
水肿	13
脱水	16
休克	17
贫血	18
昏迷	20
晕厥	22
惊厥	23
眩晕	25
头痛	27
失眠	29
言语障碍	30
瞳孔异常	33
眼球震颤	34
瘫痪	35
肌萎缩	38
不自主运动	40
共济失调	41
焦虑状态	43
强迫状态	44



眼到病除

常见疾病的自我诊断方法

紧张状态	46
兴奋状态	47
抑郁状态	49
幻觉	52
妄想	53
谵妄	56
遗忘	57
痴呆	59
多动症	61
眼球突出	62
视力障碍	63
红眼	66
眼胀痛	67
耳鸣	67
耳聋	69
耳痛	72
鼻出血	74
声音嘶哑	76
口臭	78
口干	79
咳嗽	80
咳痰	82
咯血	83
胸痛	84
呼吸困难	86
气胸	88
胸廓异常	90
杵状指	91



心悸	92
心律失常	94
低血压	97
高血压	98
咽下困难	99
腮腺肿大	100
食欲减退	101
恶心与呕吐	103
呕血与黑便	107
腹泻	109
腹胀	111
便血	112
便秘	114
腹部肿块	115
肝肿大	119
脾肿大	121
腹痛	122
黄疸	126
尿血	129
尿量异常	131
脓尿	133
尿失禁与遗尿	135
阴囊肿大	136
不育	137
男子性功能障碍	138
阴道出血	140
闭经	143
痛经	144



不孕	146
白带异常	147
出血	148
甲状腺肿大	150
乳腺肿块	152
性发育异常	155
腰痛	157

第二章 如何识别常见的化验报告 162

血液的一般化验	163
血清蛋白化验	171
血清非蛋白含氮类化验	176
血清色素类化验	179
血脂化验	182
血糖化验	188
血清离子化验	191
血清酶类化验	198
内分泌功能化验	208
血气化验	225
免疫学化验	228
血液维生素化验	237
尿化验	242
粪便化验	249
脑脊液化验	252
痰液化验	256



第三章 如何识别常规检查报告 259

测量体温(T)	260
测量脉搏(P)	261
测量血压(BP)	262
测量呼吸(R)	264
测量听力	264
测量视力	265
测量眼压	266
测量体重	267
测量肺功能	267
心电图检查	268
心电向量图检查	270
脑电图检查	272
X线透视与照相	273
脑血管造影检查	274
胆囊造影检查	275
钡灌肠X线检查	276
放射性 ¹³¹ 碘检查	277
腰椎穿刺	277
骨髓穿刺	278
胸腔穿刺	279
心包穿刺	279
腹腔穿刺	280
肝脏穿刺	280
关节穿刺	281
活组织检查	281



眼到病除

常见疾病的自我诊断方法

胃镜检查	282
乙状结肠镜检查	284
纤维支气管镜检查	285
超声波检查(B超)	286
CT检查	287
磁共振检查	288
食管拉网细胞学检查	290
肛门、直肠检查	290



第一章 如何识别常见的疾病信号



眼到病除

常见疾病的自我诊断方法

发热

发热俗称发烧，是指体温超过正常范围。发烧很常见，几乎每个人在一生中都有过发烧。发烧往往是由各种疾病引起的，并且不同疾病引起的发烧特征不同。因此，发烧是一个很重要的疾病信号。

人的正常体温波动在 $36\sim 37.5^{\circ}\text{C}$ 之间。肛门内测的温度高于腋下测的温度。剧烈运动、劳动或饮水、进食后体温可暂时升高；妇女月经前及妊娠期体温稍高于正常；儿童体温高于成年人，成年人体温高于老年人；女性体温高于男性；同 1 天内，清晨 4~5 时（或 2~6 时）体温最低，晚 6~8 时（或 5~8 时）体温最高。早晚变动不超过 1°C 。体温高于 37°C （舌下或腋下）或 37.5°C （肛内），或者 1 日内体温变化超过 1°C ，均可以认为是发烧。

正常体温：舌下 $36.5\sim 37^{\circ}\text{C}$

腋下 $36\sim 37^{\circ}\text{C}$

肛内 $36.5\sim 37.5^{\circ}\text{C}$

低热： $37\sim 38^{\circ}\text{C}$ 。

中等发热： $38.1\sim 39^{\circ}\text{C}$ 。

高热： $39.1\sim 41^{\circ}\text{C}$ 。

超高热： 41°C 以上。

稽留热：高烧 39°C 以上，持续数日或数周，每日体温波动在 1°C 以内。

弛张热：体温高低不等，上下差 1°C 以上。

间歇热：体温突然升高，达 39°C 以上，若干小时后恢复正常。数小时后又突然上升，反复发作。



回归热：突然高烧在 39°C 以上，持续一段时间后降至正常，过一段时间后又重新发烧，持续数日又下降。

波状热：体温逐渐升高又逐渐下降，呈波浪状。

不规则热：体温变动极不规则，持续时间也不稳定。

双峰热：体温曲线图，每天都有两个高峰。

逆行热：早晨发高烧，傍晚降低。

引起发热的疾病

感染：由病毒、支原体、立克次体、细菌、螺旋体、霉菌、寄生虫等引起的全身和局部感染。

无菌性坏死物质的吸收：大手术后组织损伤、内出血、大面积烧烫伤、心肺脾等内脏梗塞或肢体坏死、癌及肉瘤、白血病、淋巴瘤、溶血反应等。

抗原-抗体反应性疾病：风湿热、血清病、药物热、结缔组织病等。

内分泌与代谢障碍：甲状腺功能亢进、重度失水等；

体温调节中枢功能失常：中暑、安眠药中毒、脑出血、硬膜下出血、脑震荡、颅骨骨折。

植物神经功能紊乱：为功能性发烧，常为低烧。

发烧并急性发病伴有寒战症状：常见于大叶性肺炎、沙门氏菌感染、败血症、细菌性肝脓肿、急性胆囊炎、急性肾盂肾炎、产后毒血症、流感、疟疾、细菌性心内膜炎、骨髓炎、中暑等。

发烧而缓慢起病：常见结核、伤寒与副伤寒、癌症、结缔组织病等。

发烧呈稽留热型：常见大叶性肺炎、伤寒、斑疹伤寒及粟粒型肺结核等。

发烧呈弛张热型：常见于败血症、风湿热、重症肺结核、化脓性感染等。



眼到病除

常见疾病的自我诊断方法

发烧呈间歇热型：常见于疟疾、急性肾盂肾炎等。

发烧呈回归热型：常见于回归热、何杰金氏病、周期热等。

发烧呈波状热型：常见于布鲁氏菌病。

发烧呈不规则热型：常见于结核病、风湿热、支气管炎、细菌性心内膜炎等。

发烧呈双峰热型：常见于黑热病、森林脑炎等。

超高热：主要见于体温调节中枢功能障碍，如中暑或日射病、严重脑外伤、脑溢血、脑炎、脑肿瘤、输血或输液污染引起严重热源反应与败血症、麻醉药引起恶性高热、临终前超高热等。

长期不明原因的中、高热：体温在 38°C 以上，持续两周或更长时间，主要有感染、恶性肿瘤、结缔组织-血管性疾病 3 大类。

感染：全身性感染有粟粒型结核与播散性结核、伤寒与副伤寒、败血症与感染性心内膜炎及其他如布鲁氏菌病等；局限性感染有肝脓肿（阿米巴性或细菌性）、胆道感染、泌尿系感染、腹腔内脓肿（肝下、膈下、结肠旁、阑尾周围、腹膜后）、盆腔脓肿等。

恶性肿瘤原发性肝癌、淋巴瘤、恶性组织细胞病、各种白血病、其他实质性癌肿（肺癌、肾癌、结肠癌等）。

结缔组织-血管性疾病类风湿性关节炎、变应性亚败血症、系统性红斑狼疮、结节性多动脉炎、皮炎等。

长期低热： 37°C ~ 38°C ，持续 1 个月以上者，可分器质性低热和功能性的低热两大类。

器质性低热见于以下疾病

慢性感染：结核病、肝脏疾病、慢性肾盂肾炎、慢性胆道感染及各种病灶感染（鼻窦炎、牙根脓肿、前列腺炎、



慢性盆腔炎、肛门周围脓肿等)。

结缔组织疾病风湿热、类风湿性关节炎、系统性红斑狼疮等。

内分泌疾病甲状腺功能亢进、嗜铬细胞瘤等。

恶性肿瘤早期淋巴瘤、实质性癌肿转移等。

功能性低热见于以下疾病

生理性低热：月经前低热、妊娠期低热。

神经性低热：夏季低热、原发性口温增高等。

发热伴有咳嗽或咽痛的疾病

普通感冒：发病急、初起咽痒、打喷嚏、鼻塞、流清鼻涕、乏力、全身不适。

急性扁桃体炎：咽痛重、扁桃体红肿、化脓。

流行性感冒：当地或邻近地区有流感流行，发烧、乏力等全身症状重，而咳嗽、鼻塞等上呼吸道感染症状轻。

肺炎：咳嗽重、咳铁锈色或黏液脓性痰、胸痛、呼吸困难。

胸膜炎：胸痛、干咳、胸腔有大量积液时呼吸困难。

发热伴头痛的疾病

流行性脑膜炎：有与流脑病人的接触史，多在2、3、4月发病，有头痛、呕吐、脖子发硬、身上起红点的症状。

流行性乙型脑炎：7、8、9月发病，高热、头痛、呕吐、嗜睡、昏迷。

发热伴腹泻的疾病

细菌性痢疾：不洁饮食史，恶心、呕吐、腹泻、大便次数增多、腹痛、里急后重、脓血便。

细菌性食物中毒：短时间内出现许多症状相同的病人，恶心、呕吐、腹痛、腹泻，多为水样稀便。



常见疾病的自我诊断方法

发热伴皮疹的疾病

猩红热：发病两天出疹，疹的特点是在弥漫性潮红的皮肤上密布充血性粟粒样丘疹、草莓舌、疹退后脱皮。

水痘：有与水痘病人接触史，发病当天就可出疹，疹子特点是在同一部位有不同时期皮疹即丘疹、疱疹、结痂。疱疹特别表浅，像要滚动的水珠。

麻疹：有与麻疹病人密切接触史，怕光、流泪、结膜发红，发病3天开始出疹，3天出齐，皮疹为孤立的红色斑丘疹，疹之间有健康皮肤，疹退后脱屑。

发热伴出血的疾病

白血病：发病急，突然有疲倦、乏力、出血、发热及骨痛等症状，进行性加重，常有淋巴结及肝脾肿大。

再生障碍性贫血：全血细胞减少，有贫血、出血及感染症状。

败血症：发病急，发冷或寒战，中毒症状明显，严重者有谵妄、昏迷或休克，皮肤和黏膜有出血点、瘀斑、肝脾肿大、黄疸等。

发热伴腹痛的疾病

急性阑尾炎：转移性右下腹痛、反跳痛、腹肌紧张。

急性肝炎：时间较长的疲乏、食欲下降、恶心、厌油、肝区痛、肝肿大且有压痛及叩痛。

发热伴关节痛的疾病

风湿热：游走性关节痛、心脏杂音、皮下结节或红斑、血沉快。

类风湿性关节炎：关节有压痛或活动时痛、类风湿因子阳性。



生长发育异常

生长发育异常是指与同一种族、年龄、性别的正常人相比有显著差异，如体形过高、过矮等。很多因素，如遗传、营养、环境、疾病等都可以影响生长发育，而不少疾病的表现就是生长发育异常，故生长发育异常是一个重要的疾病信号。

侏儒症

身高与正常人相比，体形过矮叫侏儒症，如成年人低于 120 厘米。

体质性生长发育延迟 多见于男孩，出生时身高、体重正常；2 岁后生长开始变慢，青春期发育延迟，身材显得矮小；智力正常，无内分泌及全身性慢性疾病，最终仍可达到正常人身高标准，常有家族史。

家族性矮小体型 有家族史，虽身材矮小，但骨骼发育与性成熟均正常，也无内分泌功能异常表现。矮小主要由遗传所致。

侏儒症 婴儿出生时并无异常，自 3~4 岁开始生长变得缓慢，面容常比同龄人幼稚；一般长骨均短小，身高大多不满 130 厘米。青春期时外生殖器还未发育，缺乏第二性征；智力发育正常。此病多由垂体前叶分泌的生长激素不足所致。

甲状腺功能减退症 甲状腺功能减退始于胎儿或新生儿，叫呆小病。常发生于地方性甲状腺肿流行区，由缺碘引起。一般出生后不久就会出现一些明显的症状，最早的表现是生长迟缓、嗜睡、反应迟钝、肤色灰白、喂饲困难、