

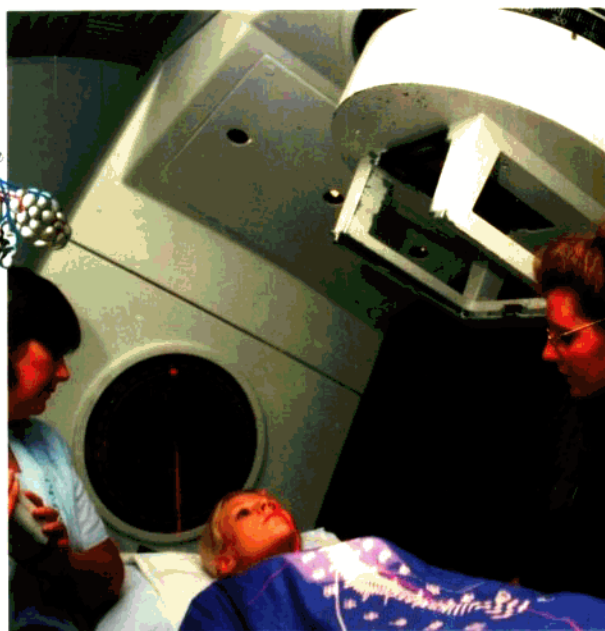
情景  彩图

健康圣经

中国疾病预防控制中心、北京大学医学院专家特别推荐

3

疾病防治



华夏出版社



聖世紀
SHENGSHIJI

策划

3

情景彩图健康圣经

疾病防治

- 人体组织结构
- 临床用药指南
- 中医辨证施治
- 妇科疾患诊治
- 儿科疾患诊治
- 眼科疾患诊治
- 口腔科疾患诊治
- 耳鼻喉科疾患诊治
- 皮肤科疾患诊治
- 传染病与寄生虫病诊治



第一卷

健康涵义诠释

健康标准

- 生理健康标准
- 心理健康标准

健康测量

- 健康测量法
- 人体测量法

健康自我监测

- 监测健康标准
- 身体检查
- 健康教育
- 影响健康的因素
- 健康保健守则

心理健康

- 心理健康的涵义
- 心理健康的内容
- 心理保健原则

心理咨询

- 门诊心理咨询
- 心理咨询的范畴

心理治疗

- 常见心理疗法

婴幼儿心理保健

- 婴儿怯生
- 夜惊

儿童心理保健

- 口吃
- 吸吮手指和咬指甲
- 儿童异食癖
- 遗尿症
- 儿童恐惧症
- 多动症

青春期心理保健

- 单恋
- 失恋
- 挫折心理
- 自卑心理
- 紧张心理
- 压抑心理
- 青春期焦虑症
- 心理测试 你能耐受多大冲击力
- 自恋癖
- 孤独心理
- 烦恼心理

夫妻心理保健

- 新婚期心理保健
- 夫妻性心理保健
- 性欲亢进
- 破译第三者
- 老夫少妻性心理调试

中老年人心理保健

- 心理疲劳
- 更年期
- 病态怀旧心理
- 心理衰老

离退休综合征

饮食营养处方

营养素

- 营养素类别
- 营养素功能
- 营养标准
- 蛋白质
- 脂肪
- 碳水化合物
- 维生素
- 食用纤维
- 酶
- 无机盐

食物及营养

- 粮谷类
- 根茎类
- 肉食类
- 豆类及豆制品
- 蛋类食品
- 乳类食品
- 果蔬类
- 水产类
- 饮料类
- 酒类
- 补充剂类
- 调味类
- 其他食品类

饮食保健

- 改善饮食结构
- 减肥饮食
- 增重饮食
- 防病饮食
- 食物与癌症
- 调味品
- 饮食卫生
- 膳食调配
- 食物加工与烹调
- 餐、厨具卫生
- 食物卫生
- 药膳的功效

运动健身指南

运动与健康

- 运动健身的好处
- 运动量标准
- 体质
- 体型预测
- 理想体重标准
- 身高预测
- 形体

健美

- 男子健美体型
- 女子健美体型
- 健美标准

日常健身运动

- 健身运动处方
- 健身设备
- 健身方法

家庭健身房

时尚女子热身健美操

时尚女子躯体健美操

时尚女子周末家庭健美操

时尚女子躯体伸展健美操

水上运动

科学健身

- 运动强度
- 运动过程
- 运动饮食
- 运动时间
- 运动适应证
- 运动禁忌证
- 运动生理反应
- 特殊运动健身

第二卷

就医检查咨询

了解医院

- 看病须知
- 急诊治疗
- 门诊治疗
- 住院治疗
- 住院须知
- 探望患者
- 陪护患者
- 陪护须知
- 康复出院

医院检查

- 病史询问
- 体格检查
- 透视与拍片
- 造影检查
- CT 检查
- 超声波检查
- 心电图检查
- 阴道镜检查
- 纤维胃镜检查
- 腹腔镜检查

疾病诊断例示

发热

- 头晕及昏厥
- 眩晕
- 头痛
- 精神错乱
- 记忆缺失
- 脱发
- 咳嗽
- 咯血
- 喘鸣
- 牙痛
- 口臭
- 呕吐
- 腹痛
- 腹泻

120 便秘
121 心悸
122 胸痛
124 尿痛
125 腰背痛
128 腿痛
130 膝痛
132 颜面痛
134 耳痛或耳鸣
135 口、舌痛
137 颈痛或颈部僵硬
138 手臂痛
140 足痛
142 睾丸疼痛或肿大
143 女性乳房疼痛或有硬块

推拿瑜伽图解

144 物理疗法
144 ◇电疗法
144 ◇光疗法
144 ◇温热疗法
144 ◇超声波治疗
144 ◇磁疗
144 ◇冷冻疗法
144 ◇天然物理因素疗法
145 ◇水疗法
145 ◇负氧离子疗法
145 针灸
145 ◇经络
145 ◇腧穴
145 ◇针法常用针
145 ◇灸法
146 按摩
146 ◇按摩常用穴位
147 ◇按摩手法
168 自我健身按摩
168 ◇按摩腿部
169 ◇按摩足部
170 ◇按摩手部
171 ◇按摩腹部
171 ◇按摩手臂
172 瑜伽
172 ◇练习瑜伽者须知
173 ◇瑜伽修行法

第三卷

人体结构解剖

182 骨骼
188 肌肉
198 内分泌系统
199 泌尿生殖系统

中医辨证施治

202 诊法
202 ◇望诊
203 ◇闻诊

203 ◇问诊
204 ◇切诊
204 辨证
204 ◇八纲辨证
204 ◇六经辨证
204 ◇卫气营血辨证
205 ◇脏腑辨证
205 ◇三焦辨证
205 治则与治法
205 ◇治则
205 ◇治法
206 中医常识
206 ◇中药配伍与禁忌
207 ◇中药制剂类型
207 ◇解表药
207 ◇清热药
207 ◇止咳化痰药
207 ◇理气药
208 ◇理血药
208 ◇利水药
208 ◇泻下药
208 ◇消食药
208 ◇软坚药
208 ◇化湿药
209 ◇祛风药
209 ◇固涩药
209 ◇安神镇惊药
209 ◇开窍药
209 ◇滋补药
210 ◇解毒药
210 ◇杀虫药
210 ◇甘寒药

妇科疾病诊治

211 处女膜闭锁
211 ◇症状
211 ◇应对措施
211 子宫发育异常
211 ◇类型及症状
212 经前紧张症
212 ◇症状
212 ◇原因
212 ◇危害
212 ◇应对措施
212 痛经
212 ◇症状
212 ◇类型
212 ◇原发性痛经病因
213 ◇应对措施
213 闭经
213 ◇原因
213 ◇应对措施
213 功能性子宫出血
213 ◇症状
214 ◇类型
214 ◇应对措施
214 外阴瘙痒症
215 ◇症状
215 ◇原因

215 ◇应对措施
215 白带
215 ◇症状
215 ◇影响
215 阴道瘙痒
215 ◇症状
215 ◇原因
215 ◇应对措施
215 前庭大腺炎
215 ◇症状
215 ◇原因
215 ◇应对措施
216 尿道肉阜
216 ◇症状
216 ◇原因
216 ◇影响
216 ◇诊断
216 ◇应对措施
216 急性盆腔炎
216 ◇症状
216 ◇原因
216 ◇应对措施
217 慢性盆腔炎
217 ◇症状
217 ◇应对措施
217 宫颈糜烂
217 ◇症状
217 ◇原因
217 ◇类型
217 ◇糜烂程度
217 ◇影响
217 ◇应对措施
218 盆腔结核
218 ◇症状
218 ◇原因
218 ◇应对措施
218 子宫内膜异位症
218 ◇症状
218 ◇影响
218 ◇应对措施
218 子宫脱垂
218 ◇脱垂程度
218 ◇症状
219 ◇原因
219 ◇应对措施
219 子宫颈息肉
219 ◇症状
219 ◇应对措施
219 子宫肌瘤
219 ◇症状
220 ◇应对措施
220 子宫颈癌
220 ◇症状
220 ◇原因
220 ◇影响
220 ◇应对措施
220 子宫癌
221 ◇症状
221 ◇原因

221	◇影响	228	◇应对措施	235	◇症状
221	◇应对措施	228	婴幼儿腹泻	235	◇应对措施
221	卵巢肿瘤	228	◇症状	235	角膜炎
221	◇症状	229	◇原因	235	◇症状
221	◇应对措施	229	◇应对措施	235	◇原因
221	外阴癌	229	小儿贫血	235	◇影响
222	◇症状	229	◇原因	235	◇应对措施
222	◇应对措施	229	◇应对措施	235	上颌下垂
222	◇预后	229	小儿厌食	235	◇影响
222	葡萄胎	229	◇原因	235	◇应对措施
222	◇症状	229	◇应对措施	235	急性结膜炎
222	◇应对措施	229	小儿支气管哮喘	235	◇类型
223	自然流产	229	◇症状	236	◇应对措施
223	◇症状	230	◇应对措施	236	沙眼
223	◇应对措施	230	儿童结核病	236	◇症状
223	习惯性流产	230	◇类型	236	◇原因
223	◇应对措施	230	◇应对措施	236	◇影响
223	乳房肿块	230	暑热症	236	◇应对措施
223	◇应对措施	230	◇症状	236	巩膜炎
224	乳腺脓肿	230	◇应对措施	236	◇症状
224	◇症状	230	单纯性肥胖	236	◇应对措施
224	◇应对措施	230	◇应对措施	236	虹膜睫状体炎
224	乳腺癌	230	麻疹	236	◇症状
224	◇症状	231	◇症状	236	◇原因
224	◇应对措施	231	◇影响	236	◇影响
		231	◇应对措施	236	◇应对措施
		231	◇预后	237	白内障
		231	猩红热	237	◇症状
		231	◇症状	237	◇原因
		231	◇影响	237	◇应对措施
		231	◇应对措施	237	视网膜脱离
		231	百日咳	237	◇症状
		231	◇症状	237	◇原因
		231	◇原因	237	◇应对措施
		231	◇影响	237	视网膜炎症
		231	◇应对措施	238	◇症状
		232	智力发育障碍	238	◇应对措施
		232	◇症状	238	屈光不正
		232	◇原因	238	◇近视眼
		232	◇类型及治疗	238	◇远视眼
		233	性早熟	238	慢性青光眼
		233	◇类型及原因	238	◇症状
		233	◇应对措施	239	◇危害
				239	◇应对措施
				239	斑秃
				239	◇症状
				239	◇危害
				239	◇应对措施
				239	糖尿病性视网膜
				239	◇危害
				239	◇应对措施
				239	视网膜动脉阻塞
				239	◇应对措施
				240	视网膜静脉阻塞
				240	◇症状
				240	◇危害
				240	◇应对措施
				240	色盲
				240	◇症状

■ 儿科疾患诊治

225	新生儿肺炎
225	◇症状
225	◇原因
225	◇应对措施
225	新生儿肺透明膜病
225	◇症状
225	◇应对措施
225	新生儿黄疸
225	◇类型
225	◇症状
226	◇原因
226	◇应对措施
226	新生儿硬肿症
226	◇症状
226	◇应对措施
226	惊厥
226	◇原因
226	◇应对措施
226	小儿高热
226	◇原因
227	◇应对措施
227	小儿低热
227	◇原因
227	◇应对措施
227	小儿呕吐
227	◇原因
227	◇应对措施
228	小儿惊厥
228	◇原因
228	◇应对措施
228	小儿腹痛
228	◇原因

■ 眼科疾患诊治

234	睑内翻和倒睫
234	◇症状
234	◇原因
234	◇应对措施
234	睑外翻
234	◇原因
234	◇影响
234	◇应对措施
234	睑腺炎
235	◇应对措施
235	急性泪囊炎
235	◇症状
235	◇应对措施
235	慢性泪囊炎

239	斑秃
239	◇症状
239	◇危害
239	◇应对措施
239	糖尿病性视网膜
239	◇危害
239	◇应对措施
239	视网膜动脉阻塞
239	◇应对措施
240	视网膜静脉阻塞
240	◇症状
240	◇危害
240	◇应对措施
240	色盲
240	◇症状

240 ◇应对措施
240 虹膜炎
241 ◇症状
241 ◇危害
241 ◇应对措施

■ 耳、鼻、喉科疾患诊治

242 耳垢栓塞
242 ◇症状
242 ◇应对措施
242 咽鼓管阻塞
242 ◇症状
242 ◇原因
242 ◇应对措施
242 耳、鼻、咽异物
242 ◇外耳道异物
242 ◇鼻腔异物
243 ◇咽异物
243 外耳道炎
243 ◇症状
243 ◇原因
243 ◇应对措施
244 急性中耳炎
244 ◇症状
244 ◇原因
244 ◇影响
244 ◇应对措施
244 化脓性中耳炎
244 ◇症状
244 ◇影响
245 ◇应对措施
245 美尼尔氏病
245 ◇症状
245 ◇影响
245 ◇应对措施
245 ◇预后
245 先天性聋
245 ◇症状
245 ◇原因
245 ◇应对措施
245 老年性聋
245 ◇症状
246 ◇应对措施
246 慢性鼻炎
246 ◇症状
246 ◇原因
246 ◇应对措施
246 过敏性鼻炎
246 ◇症状
246 ◇原因
246 ◇应对措施
246 慢性鼻窦炎
246 ◇症状
246 ◇原因
246 ◇影响
246 ◇应对措施
247 急性鼻窦炎
247 ◇症状
247 ◇原因

247 ◇应对措施
247 急性喉炎
247 ◇症状
247 ◇应对措施
248 慢性喉炎
248 ◇症状
248 ◇原因
248 ◇应对措施
248 急性咽炎
248 ◇症状
248 ◇原因
248 ◇影响
248 ◇应对措施
249 慢性咽炎
249 ◇原因
249 ◇应对措施
249 慢性扁桃体炎
249 ◇症状
249 ◇应对措施

■ 口腔科疾患诊治

250 口臭
250 ◇由全身疾病引起的口臭
250 ◇由口腔疾病引起的口臭
250 ◇应对措施
250 牙龈出血
250 ◇导致牙龈出血的疾病
251 ◇应对措施
251 龋齿
251 ◇原因
251 ◇类型
251 ◇应对措施
251 牙龈炎
251 ◇症状
251 ◇原因
251 ◇应对措施
252 牙周炎
252 ◇症状
252 ◇应对措施
252 鹅口疮
252 ◇症状
252 ◇原因
252 ◇应对措施

■ 皮肤科疾患诊治

253 单纯疱疹
253 ◇症状
253 ◇应对措施
253 疣
253 ◇寻常疣
253 ◇跖疣
253 ◇扁平疣
253 脓疱疮
254 ◇症状
254 ◇应对措施
254 毛囊炎
254 ◇症状
254 ◇应对措施
254 头癣

254 ◇类型
254 ◇应对措施
254 体股癣
254 ◇症状
255 ◇应对措施
255 手足癣
255 ◇类型及治疗
255 甲癣
255 ◇类型
255 ◇应对措施
255 疥疮
255 ◇症状
255 ◇应对措施
256 湿疹
256 ◇症状
256 ◇应对措施
256 冻疮
256 ◇症状
256 ◇应对措施
256 痱子(红色粟粒疹)
256 ◇症状
256 ◇应对措施
256 皮肤瘙痒症
257 ◇症状
257 ◇应对措施
257 神经性皮炎
257 ◇症状
257 ◇类型
257 ◇应对措施
257 鸡眼
257 ◇症状
257 ◇原因
257 ◇应对措施
257 玫瑰糠疹
257 ◇症状
257 ◇应对措施
257 脂溢性脱发
257 ◇症状
257 ◇应对措施
258 斑秃
258 ◇症状
258 ◇应对措施
258 臭汗症
258 ◇症状
258 ◇原因
258 ◇应对措施
258 黄褐斑
258 ◇症状
258 ◇原因
258 ◇应对措施
258 痤疮
258 ◇症状
258 ◇原因
258 ◇应对措施
258 酒渣鼻
258 ◇症状
258 ◇原因
258 ◇应对措施
259 白癜风

259 ◇症状
259 ◇应对措施
259 遗传性过敏性皮炎
259 ◇原因
259 ◇病程
259 ◇应对措施
260 色素痣
260 ◇症状
260 ◇类型
260 ◇影响
260 ◇应对措施
260 白塞氏病
260 ◇症状
260 ◇原因
260 ◇应对措施
260 粟丘疹
260 ◇症状
260 ◇类型
260 ◇应对措施

■ 传染病与寄生虫病诊治

261 流行性感冒
261 ◇症状
261 ◇原因
261 ◇影响
261 ◇应对措施
261 病毒性肝炎
261 ◇类型
262 ◇症状
262 ◇原因
262 ◇感染对象
263 ◇应对措施
263 流行性乙型脑炎
263 ◇症状
264 ◇影响
264 ◇应对措施
264 水痘
264 ◇特点及影响
264 ◇症状
265 ◇应对措施
265 ◇预后
265 流行性腮腺炎
265 ◇症状
265 ◇原因
265 ◇应对措施
266 猩红热
266 ◇症状
266 ◇应对措施
266 狂犬病
266 ◇症状
267 ◇应对措施
267 流行性出血热
267 ◇影响
267 ◇病程
267 ◇应对措施
267 白喉
267 ◇症状
268 ◇应对措施
268 霍乱

268 ◇症状
268 ◇原因
268 ◇应对措施
269 鼠疫
269 ◇症状
269 ◇原因
269 ◇应对措施
269 细菌性痢疾
270 ◇症状
270 ◇应对措施
270 阿米巴痢疾
270 ◇症状
270 ◇原因
270 ◇影响
270 ◇应对措施
270 疟疾
271 ◇症状
271 ◇原因
271 ◇应对措施
271 钩虫病
271 ◇症状
271 ◇原因
271 ◇应对措施
271 蛔虫病
271 ◇症状
272 ◇影响
272 ◇应对措施
272 蛲虫病
272 ◇症状
272 ◇原因
272 ◇应对措施

第四卷

■ 呼吸系统疾病诊治

274 急性支气管炎
274 ◇症状
274 ◇原因
274 ◇影响
274 ◇应对措施
274 慢性支气管炎
274 ◇症状
274 ◇原因
274 ◇应对措施
275 支气管扩张
275 ◇应对措施
275 上呼吸道感染
275 ◇症状
275 ◇原因
275 ◇影响
275 ◇应对措施
275 支气管哮喘
275 ◇症状
275 ◇原因
276 ◇应对措施
276 肺炎
276 ◇典型肺炎

276 ★ SARS (严重性呼吸道综合征)
278 胸膜炎
278 ◇症状
278 ◇原因
278 ◇应对措施
278 肺气肿
278 ◇类型
278 ◇症状
278 ◇原因
278 ◇应对措施
278 肺水肿
279 ◇症状
279 ◇应对措施
279 肺脓肿
279 ◇症状
279 ◇危害
280 ◇应对措施
280 肺结核
280 ◇症状
280 ◇应对措施
280 呼吸衰竭
280 ◇急性呼吸衰竭
281 ◇慢性呼吸衰竭
281 ◇临床类型
281 ◇应对措施
281 肺癌
281 ◇症状
281 ◇原因
282 ◇类型
282 ◇应对措施
282 自发性气胸
282 ◇类型
283 ◇症状
283 ◇危害
283 ◇应对措施
283 成人呼吸窘迫综合征
283 ◇症状
283 ◇应对措施

■ 消化系统疾病诊治

284 食管癌
284 ◇症状
284 ◇应对措施
284 ◇预后
284 食管运动失调
284 ◇症状
284 ◇应对措施
284 食管扩散性痉挛
284 ◇应对措施
284 食管狭窄
285 ◇应对措施
285 胃癌
285 ◇症状
285 ◇原因
285 ◇类型
285 ◇应对措施
285 胃下垂
285 ◇症状
285 ◇应对措施

310 ◇危害
310 ◇应对措施
310 溶血性贫血
310 ◇症状
310 ◇原因
310 ◇应对措施
310 再生障碍性贫血
310 ◇症状
311 ◇原因
311 ◇危害
311 ◇应对措施
311 血红蛋白病
311 ◇症状
311 ◇应对措施
311 巨幼红细胞性贫血
311 ◇症状
311 ◇原因
311 ◇应对措施
312 白血病
312 ◇症状
312 ◇原因
312 ◇应对措施
312 过敏性紫癜
312 ◇症状
312 ◇原因
312 ◇影响
312 ◇应对措施
313 血小板减少性紫癜
313 ◇症状
313 ◇原因
313 ◇应对措施
313 血友病
313 ◇症状
313 ◇应对措施
313 粒细胞缺乏症
313 ◇症状
314 ◇原因
314 ◇应对措施
314 多发性骨髓瘤
314 ◇症状
314 ◇应对措施
314 淋巴瘤
314 ◇症状
315 ◇危害
315 ◇应对措施
315 霍奇金氏症
315 ◇症状
315 ◇应对措施
315 恶性组织细胞病
315 ◇症状
315 ◇防治措施

■ 神经系统疾病诊治

316 面神经麻痹
316 ◇症状
316 ◇影响
316 ◇应对措施
316 癫痫
317 ◇原因

317 ◇应对措施
317 记忆障碍
317 ◇原因
317 ◇影响
318 多发性神经炎
318 ◇类型
318 ◇影响
318 ◇应对措施
318 重症肌无力
318 ◇症状
318 ◇原因
318 ◇影响
318 ◇应对措施
318 颈椎病
318 ◇症状
318 ◇影响
319 ◇应对措施
319 晕厥
319 ◇症状
319 ◇原因
319 ◇应对措施
319 帕金森氏病
319 ◇症状
319 ◇原因
320 ◇影响
320 ◇应对措施
320 神经痛
320 ◇原因
320 ◇应对措施
320 偏头痛
320 ◇症状
320 ◇原因
321 ◇影响
321 ◇应对措施
321 三叉神经痛
321 ◇症状
321 ◇影响
321 ◇应对措施
321 坐骨神经痛
321 ◇症状
321 ◇原因
322 ◇应对措施
322 眩晕
322 ◇原因
322 ◇应对措施
322 脊髓压迫症
322 ◇症状
322 ◇原因
322 ◇应对措施
322 脊髓空洞症
322 ◇症状
323 ◇病因
323 ◇应对措施
323 脑膜炎
323 ◇症状
323 ◇应对措施
323 脑溢血
323 ◇症状

323 ◇病因
323 ◇应对措施
324 运动神经元疾病
324 ◇类型及症状
324 ◇影响
324 ◇应对措施
324 遗传性共济失调
324 ◇症状
324 ◇应对措施

■ 内分泌与代谢系统疾病诊治

325 下丘脑综合征
325 ◇病因
325 ◇症状
325 ◇应对措施
325 巨人症与肢端肥大症
325 ◇症状
326 ◇应对措施
326 垂体性侏儒
326 ◇症状
326 ◇原因
326 ◇应对措施
326 肾上腺皮质功能
326 减退症
326 ◇症状
326 ◇原因
326 ◇应对措施
326 甲状腺肿
326 ◇症状
326 ◇原因
326 ◇应对措施
326 甲状腺功能亢进
326 ◇症状
327 ◇应对措施
327 糖尿病
327 ◇症状
327 ◇原因
327 ◇应对措施
327 肥胖症
327 ◇症状
327 ◇原因
327 ◇应对措施
327 高脂蛋白血症
327 ◇原因
327 ◇应对措施

■ 泌尿系统疾病诊治

328 急性肾小球肾炎
328 ◇症状
328 ◇原因
328 ◇应对措施
328 ◇预后
328 慢性肾小球肾炎
328 ◇症状
328 ◇原因
328 ◇类型
329 ◇应对措施
329 尿崩症
329 ◇症状

329 ◇原因
329 ◇应对措施
329 蛋白尿
329 痛风
329 ◇症状
329 ◇原因
329 ◇危害
329 ◇应对措施
330 尿毒症
330 ◇症状
330 ◇原因
330 ◇应对措施
330 肾下垂
330 ◇症状
330 ◇应对措施
330 前列腺炎
330 ◇症状
330 ◇应对措施
330 肾积水
330 ◇症状
331 ◇原因
331 ◇影响
331 ◇应对措施
331 急性肾功能衰竭
331 ◇原因
331 慢性肾功能衰竭
331 ◇症状
331 ◇原因
332 ◇应对措施
332 前列腺增生
332 ◇症状
332 ◇影响
332 ◇应对措施
332 膀胱炎
332 ◇症状
332 ◇应对措施
332 尿结石
332 ◇应对措施
333 前列腺癌
333 ◇症状
333 ◇应对措施
333 乳腺癌
333 ◇原因
333 ◇应对措施
333 睾丸炎
333 ◇症状
333 ◇应对措施
333 压力性尿失禁
333 ◇原因
333 ◇应对措施
334 尿路感染
334 ◇应对措施
334 膀胱癌
334 ◇原因
334 ◇症状
334 ◇应对措施
335 急性淋巴管炎
335 ◇症状
335 ◇原因

335 ◇应对措施
335 急性淋巴结炎
335 ◇症状
335 ◇原因

■ 普通外科疾病诊治

335 ◇应对措施
335 疝
335 ◇症状
335 ◇影响
335 ◇应对措施
336 痢
336 ◇症状
336 ◇原因
336 ◇应对措施
336 丹毒
336 ◇症状
336 ◇原因
336 ◇应对措施
336 嵌甲
336 ◇病因与症状
336 ◇应对措施
336 甲沟炎
336 ◇症状
336 ◇原因
336 ◇应对措施
336 破伤风
336 ◇症状
336 ◇原因
337 ◇应对措施
337 溃疡
337 ◇原因
337 ◇类型
337 ◇应对措施
337 甲状腺肿瘤
337 ◇类型及症状
337 ◇应对措施
338 颈淋巴结结核
338 ◇症状
338 ◇原因
338 ◇应对措施
338 腹股沟疝
338 ◇病因
339 ◇直疝
339 脐疝
339 ◇症状
339 ◇应对措施
339 痔
339 ◇症状
339 ◇原因
340 ◇类型
340 ◇分级
340 ◇应对措施
340 急性胆囊炎
340 ◇症状
340 ◇影响
340 ◇应对措施
340 下肢静脉曲张
340 ◇症状

340 ◇原因
340 ◇应对措施
340 动脉栓塞
341 ◇症状
341 ◇原因
341 ◇应对措施
341 血管瘤
341 ◇毛细血管瘤
341 ◇海绵状血管瘤
341 ◇蔓状血管瘤
341 肾移植
341 ◇适应证
341 ◇移植方法及排斥反应
341 ◇影响
341 心脏移植
342 ◇适应证
342 ◇排斥反应
342 骨髓移植
342 ◇适应证
342 ◇移植方法
342 ◇影响
342 皮肤移植
342 ◇适应证
342 ◇移植方法
342 角膜移植
342 ◇适应证
342 ◇供体角膜
342 ◇移植方法
342 脂肪抽吸术
342 ◇适应证
342 ◇手术须知
342 ◇影响

■ 骨科疾病诊治

343 锁骨骨折
343 ◇症状
343 ◇原因
343 ◇应对措施
343 肱骨干骨折
343 ◇症状
343 ◇原因
343 ◇应对措施
343 肱骨外科颈骨折
343 ◇症状
343 ◇原因
343 ◇应对措施
344 肱骨髁上骨折
344 ◇症状
344 ◇原因
344 ◇影响
344 ◇应对措施
344 前臂骨折
344 ◇症状
344 ◇原因
344 ◇骨折部位
344 ◇应对措施
344 桡骨下端骨折
344 ◇症状
344 ◇原因

344	应对措施
344	股骨颈骨折
344	◇症状
345	◇原因
345	◇影响
345	◇应对措施
345	股骨干骨折
345	◇症状
345	◇原因
345	◇应对措施
345	髌骨骨折
345	◇症状
345	◇原因
345	◇应对措施
345	踝部骨折
345	◇症状
345	◇原因
345	◇应对措施
345	胫腓骨骨折
345	◇症状
346	◇原因
346	◇应对措施
346	脊柱骨折
346	◇症状
346	◇原因
346	◇应对措施
346	骨盆骨折
346	◇症状
346	◇原因
346	◇应对措施
346	关节内骨折
346	◇应对措施
346	关节脱位
347	◇症状
347	◇类型
347	◇应对措施
347	手外伤
347	◇手外伤类型
348	◇治疗目的
348	◇处理原则
348	◇手功能锻炼
348	膝部损伤
348	◇半月软骨损伤
348	◇韧带损伤
349	类风湿性关节炎
349	◇症状
349	◇应对措施
349	断肢(指)再植
349	◇断肢(指)再植条件
349	◇断肢再植须知
349	下肢神经损伤
349	◇症状
349	◇应对措施
349	骨质疏松症
349	◇症状
350	◇分类
350	◇原因
350	◇应对措施
350	平足症

350	症状
350	应对措施
350	脊柱侧凸
350	◇原因
350	◇应对措施
351	急性腰扭伤
351	◇症状
351	◇原因
351	◇应对措施
351	肩周炎
351	◇症状
351	◇原因
351	◇应对措施
351	腰肌劳损
351	◇症状
351	◇原因
351	◇应对措施
351	腰椎间盘突出症
351	◇症状
351	◇原因
352	◇应对措施
352	化脓性骨髓炎
352	◇急性骨髓炎
352	◇慢性骨髓炎
352	化脓性关节炎
352	◇症状
352	◇原因
352	◇应对措施
352	骨关节炎
352	◇症状
352	◇原因
352	◇应对措施
353	大骨节病
353	◇症状
353	◇原因
353	◇应对措施
353	先天性髋关节脱位
353	◇症状
353	◇原因
353	◇应对措施
353	腱鞘炎
353	◇屈指肌腱鞘炎
353	◇桡骨茎突腱鞘炎
353	◇应对措施
353	滑囊炎
353	◇症状
353	◇应对措施
	精神科疾病诊治
354	精神分裂症
354	◇症状
354	◇影响
354	◇应对措施
354	神经性厌食
354	◇症状
354	◇原因
354	◇应对措施
354	焦虑性神经症
354	◇症状

354	◇原因
354	◇应对措施
354	儿童孤独症
355	老年性痴呆
355	◇症状
355	◇原因
355	◇应对措施
355	抑郁性神经症
355	◇症状
355	◇原因
355	◇应对措施
355	轻躁狂
355	◇影响
355	癔症
355	◇症状
355	◇应对措施
356	恐怖性神经症
356	◇症状
356	◇原因
356	◇应对措施
356	自杀
356	◇原因
356	◇应对措施

第五卷

自我保健护理

358	眼睛护理
358	◇眼睛检查
358	◇色盲
358	◇隐形眼镜
359	耳鼻护理
359	◇鼻出血
360	◇擤鼻涕
360	◇清除耳垢
360	口腔卫生
360	◇牙齿护理
361	◇口腔溃疡
361	◇口臭
361	◇龋齿
361	头发护理
361	◇发质的识别
362	◇洗发的方法
362	◇头发的日常护理
362	◇头发的梳理
363	◇头发常见病护理
363	指甲护理
363	◇指甲护理原则
363	◇指甲与疾病
364	皮肤护理
364	◇皮肤类型
364	◇护肤原则
364	◇护肤技巧
366	◇食物美容
366	◇面部美容操
367	◇除皱术
367	◇防晒策略

- 368 双手护理
- 368 ◇护理方法
- 368 面部护理
- 368 ◇面部健美原则
- 368 双脚护理
- 369 ◇护理措施
- 369 颈部护理
- 369 ◇护理措施
- 369 ◇颈部美容操
- 369 ◇落枕的治疗
- 370 体毛问题
- 370 ◇剃除体毛
- 370 ◇脱毛剂
- 370 体重问题
- 370 ◇控制体重
- 370 ◇体重评估方法
- 371 ◇减肥方法
- 371 睡眠问题
- 371 ◇睡眠与做梦
- 371 ◇睡眠与失眠
- 371 ◇睡眠与枕头
- 371 ◇睡眠与床
- 372 健康自我观察
- 372 ◇男性自我了解
- 372 ◇男性自我保健和检查
- 372 ◇女性自我了解
- 373 ◇女性自我保健和检查
- 373 ◇阴道窥镜检查

■ 家庭疾病护理

- 374 一般性家庭护理
- 374 ◇安排病房
- 374 ◇铺整病床
- 374 ◇测体温
- 375 ◇测量血压
- 375 ◇数脉搏
- 375 ◇观察呼吸
- 375 ◇注射
- 376 ◇换药
- 376 ◇热敷
- 377 ◇冷敷
- 377 ◇传染病的隔离与消毒
- 378 ◇饮食
- 378 ◇服药
- 378 ◇给患者清洁
- 378 ◇防止褥疮
- 379 ◇症状处理
- 379 特殊人群护理
- 379 ◇患儿护理
- 379 ◇护理老年患者
- 380 ◇发热患者护理
- 380 ◇昏迷患者护理
- 381 ◇心肌梗塞患者护理
- 381 ◇心力衰竭患者护理
- 382 ◇癫痫患者护理
- 382 ◇截瘫患者护理
- 383 ◇腹部外科术后护理
- 383 ◇胸外科术后护理
- 384 ◇神经外科术后护理

- 384 ◇泌尿外科术后护理
- 385 ◇膀胱术后的特殊护理
- 385 ◇肾脏术后的特殊护理
- 385 ◇前列腺术后的特殊护理
- 385 ◇包皮环切术后护理
- 386 ◇骨折患者护理
- 386 ◇放、化疗期间患者护理
- 387 ◇康复期患者护理
- 388 家庭小药箱
- 388 ◇配备小药箱的原则及内容
- 388 ◇内服药
- 389 ◇外用药
- 389 ◇避孕器具
- 389 ◇器械敷料类
- 389 ◇贮存药物须知
- 389 ◇使用药物须知
- 390 ◇药物的不良反应
- 390 ◇如何合理用药
- 391 预防接种
- 391 ◇卡介苗
- 391 ◇OT 试验针
- 391 ◇白百破三联疫苗
- 392 ◇麻疹病毒疫苗
- 392 ◇小儿麻痹糖丸
- 392 ◇乙型肝炎疫苗
- 392 ◇流脑疫苗
- 393 ◇乙型肝炎疫苗
- 393 ◇腮腺炎疫苗
- 393 ◇狂犬病疫苗和血清
- 393 ◇隐性疾病的预防

■ 急救自救护理

- 394 急救原则
- 394 ◇评估危险情况
- 394 ◇检查患者情况
- 395 ◇施行急救程序
- 395 急救常识
- 395 ◇止血
- 397 ◇包扎
- 398 ◇骨折固定
- 398 ◇搬运患者
- 399 ◇心肺复苏
- 401 ◇电话呼救
- 402 日常意外自救及急救
- 402 ◇遭遇雷击
- 402 ◇遭遇火灾
- 403 ◇灭火器材种类及用途
- 404 ◇高空坠落伤
- 405 ◇中暑
- 406 ◇触电
- 407 ◇溺水
- 408 ◇烧伤
- 408 ◇毒蛇咬伤
- 410 ◇毒虫咬伤
- 411 ◇狗咬伤
- 411 ◇猫咬伤
- 411 ◇骨折
- 411 ◇断肢(指、趾)伤
- 412 ◇腹部外伤
- 412 ◇胸部外伤
- 413 ◇急腹症
- 413 ◇脊柱、脊髓损伤
- 414 ◇泌尿系统损伤
- 414 ◇自发性气胸
- 414 ◇颅脑外伤
- 416 ◇气管异物
- 416 ◇外阴损伤
- 416 ◇阴道损伤
- 416 ◇产后出血
- 417 ◇自杀
- 417 ◇车祸
- 418 疾病及中毒急救
- 418 ◇惊厥(抽搐)
- 419 ◇晕厥
- 419 ◇休克
- 420 ◇昏迷
- 420 ◇高血压危象
- 420 ◇中风
- 420 ◇心动过缓
- 420 ◇心动过速
- 421 ◇心力衰竭
- 421 ◇心跳骤停
- 422 ◇心绞痛
- 422 ◇心肌梗塞
- 422 ◇咯血
- 423 ◇铅中毒
- 423 ◇汞中毒
- 423 ◇铬中毒
- 423 ◇铜中毒
- 424 ◇铍中毒
- 424 ◇砷中毒
- 424 ◇汽油中毒
- 425 ◇溴甲烷中毒
- 425 ◇苯中毒
- 425 ◇甲醇中毒
- 425 ◇一氧化碳中毒
- 426 ◇硫化氢中毒
- 426 ◇二氧化硫中毒
- 426 ◇氢中毒
- 427 ◇氯中毒
- 427 ◇氰化物中毒
- 427 ◇服毒急救
- 427 ◇碱灼伤
- 428 ◇酸灼伤
- 428 ◇有机磷农药中毒
- 428 ◇氨基甲酸酯类农药中毒
- 428 ◇拟除虫菊酯类农药中毒
- 429 ◇杀虫剂农药中毒
- 429 ◇河豚中毒
- 429 ◇蟾蜍中毒
- 430 ◇毒蕈中毒
- 430 ◇苦杏仁中毒
- 431 ◇曼陀罗中毒
- 431 ◇蓖麻子中毒
- 431 ◇亚硝酸盐中毒
- 431 ◇酒精中毒
- 432 ◇灭鼠药中毒
- 432 ◇误服药物

- 432 ◇催眠药物中毒
433 水中急救
433 ◇汽车沉入水中
434 ◇人落水中
435 ◇游泳抽筋
436 ◇被激浪所困
437 ◇营救溺水者
440 ◇从船上落水
441 自制浮力器具:
442 ◇掉入冰窟
443 ◇踏破冰层落水

第六卷

人的自然属性问题

- 446 人类与近亲
450 人类的起源
454 遗传学

人的性心理问题

- 461 性心理
464 性健康
466 性畸形

人的性生理问题

- 468 男性性反应
469 女性性反应
473 女性功能障碍与疾病
475 男性功能障碍及疾病
483 性传播疾病
483 ◇淋病
483 ◇梅毒
483 ◇软下疳
484 ◇生殖器疱疹
485 ◇滴虫病
485 ◇非淋球菌尿道炎
485 ◇生殖器念珠菌病
485 ◇尖锐湿疣
486 ◇艾滋病

夫妻间性爱问题

- 488 做爱
488 ◇营造氛围
488 ◇发现性敏感区
490 ◇抚慰伴侣
490 ◇性姿势
493 性反应周期
493 ◇兴奋期
493 ◇平台期
493 ◇高潮期
493 ◇消退期
494 避孕
494 ◇体外射精
494 ◇冲洗阴道
494 ◇体温法
494 ◇阴道隔膜法
495 ◇杀精法

- 495 ◇避孕套
496 ◇避孕环
496 ◇避孕药
496 ◇纯孕激素避孕法
497 ◇激素避孕
497 ◇有关避孕药的一些问题

绝育手术

- 498 ◇女子绝育
498 ◇男子避孕与节育

人工流产

- 499 ◇如何知道你怀孕了
499 ◇人工流产法

不育和不孕

- 501 ◇类型
501 ◇男性不育原因
501 ◇女性不孕原因

人工授精

- 502 ◇利用丈夫精子行人工授精
502 ◇利用献精者精子行人工授精

妊娠及分娩问题

- 504 妊娠期保健
504 ◇身体的变化
506 ◇胎教
506 ◇妊娠期饮食
508 ◇妊娠期的体能活动
509 ◇预产期
509 ◇产前检查
509 ◇超声检查
509 ◇测定胎儿成熟度
510 ◇胎儿镜检查

孕期反应

- 510 ◇呕吐
510 ◇腹痛
510 ◇胃灼热
511 ◇尿频
511 ◇皮肤瘙痒
511 ◇腰背痛
512 ◇下肢抽筋
512 ◇静脉曲张
512 ◇便秘
512 ◇痔疮
512 ◇贫血

分娩期保健

- 513 ◇临产征兆
513 ◇胎膜早破
513 ◇分娩的三个产程
515 ◇分娩动作技巧
516 ◇缓解分娩疼痛须知

产科异常问题

- 517 ◇早产
517 ◇胎儿臀位
518 ◇胎儿横位
518 ◇宫外孕
519 ◇自然流产
519 ◇难产
519 ◇羊水过多
520 ◇羊水过少
521 ◇胎儿宫内死亡

- 521 ◇妊娠高血压综合征
521 ◇先兆子痫和子痫
522 ◇过期妊娠
522 ◇脐带脱垂
522 ◇胎盘滞留
522 ◇引产
523 ◇外阴切开术
523 ◇剖腹产术
524 产褥期保健
524 ◇身体变化
524 ◇子宫收缩痛
525 ◇子宫复旧不全
525 ◇尿潴留
525 ◇发热
526 ◇产后中暑
526 ◇产褥感染
526 ◇清洁卫生
526 ◇饮食营养
526 ◇产后检查
527 ◇产后性生活
527 哺乳期保健
527 ◇乳母的膳食
527 ◇母乳喂养的好处
528 ◇人工喂养
528 ◇科学哺乳方法
528 ◇母乳过少
529 ◇乳房过胀
529 ◇吸奶器的使用
529 ◇哪些妇女不宜哺乳
530 ◇产妇服药禁忌
530 ◇断奶和退奶

人体组织结构

骨骼

人体骨骼共有206块。上肢骨共有64块，每侧是32块，下肢骨共有62块，每侧是31块。头颅骨有29块，脊柱骨有26块，胸部骨有25块。只有少数人的骨块数目微有不同。

◆骨的形成

胎儿早期，头颅所含的真正骨块很少，大多数骨块是由“软骨”所构成。软骨转化为骨块的过程叫“骨化”。在X光照射下，惟一能显示出来的地方就是骨块形成的地方(软骨几乎是看不出的)，故能轻易地查出骨化现象。在股骨、肱骨及指骨等长骨中，骨髓区的骨块生长情况最充分。

头颅

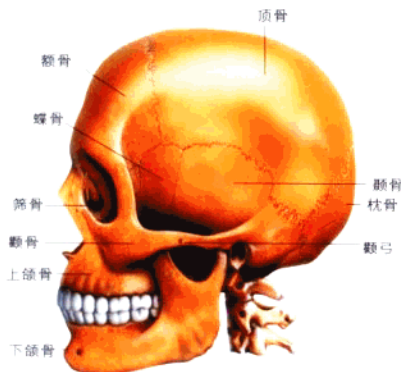
头颅是由许多骨块结合而成，形成一个坚硬的结构以保护脑及中枢神经，并作为颜面组织的基础。

骨骼

男性与女性骨骼的差异，主要在于骨盆形状。

从这个尼安德特人头骨上可以看到尼安德特人特有的大眼窝上的隆起。

被隆重地葬于法国的一个尼安德特人的遗骨(公元前5万年，非洲)。



头颅骨侧面观。头颅骨由29块骨头构成。

◆头和颈的分区

头与颈以额、下颌体、乳突、上项线和枕外隆凸之间的连线为界。

颈与躯干前面以胸骨的颈静脉切迹和锁骨为界，后面则无明显的分界标志。

头的分区

额区指额骨所在的区域，上界为冠状缝。从额区向后，相当于顶骨的部位称顶区。颞骨的表面称颞区。颞弓深面为颞下区。后面与枕骨相对的部位称枕区。

面部可作以下分区、首先是位于前方正中的鼻区、口区 and 颞区。其次是位于眼周围的眶区、鼻区两侧的眶下区、口区两侧的颊下区、颞骨部位的颞区和含有腮腺与咬肌的腮腺咬肌区。

颈的分区

颈分为颈后区和颈前外侧区。后者又分为两侧的胸锁乳突肌区及其前方的颈前区和后方的颈外侧区。颈前区位于下颌与两胸锁乳突肌前缘之间，可作进一步划分：颈中间区位居颈中央，介于舌骨、肩胛舌骨、肌上腹、胸锁乳突肌前缘和胸骨的颈静脉切迹之间，其下部在颈静脉切迹上方的凹陷称为胸骨上窝。舌骨上区位于舌骨与颞区之间，两侧借二腹肌前腹与下颌下三角分界。下颌下三角的上界是下颌骨，向后借颈筋膜束束与后上方的下颌后窝分开，腮腺深部和面神经干位于下颌后窝内。颈动脉三角因颈动脉叉位居其中而特别重要，三角的上界为二腹肌后腹，前界为肩胛舌骨肌上腹，后界为胸锁乳突肌前缘。

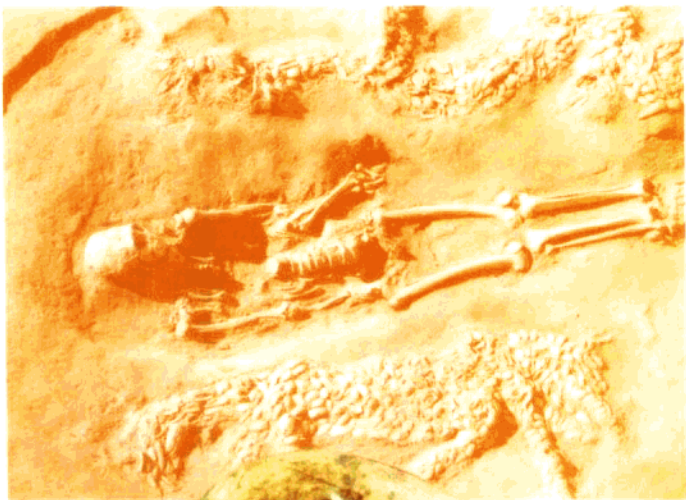
颈外侧区又称颈后三角，其前界是胸锁乳突肌后缘，后界是斜方肌前缘，下界为锁骨。值得特别提出的是，在胸锁乳突肌后缘，肩胛舌骨肌下腹和锁骨之间是肩胛舌骨肌锁骨三角，又称锁骨上大窝或三角。体型较瘦者，在胸锁乳突肌起端两头之间，还可看到锁骨上小窝或三角。

面前区

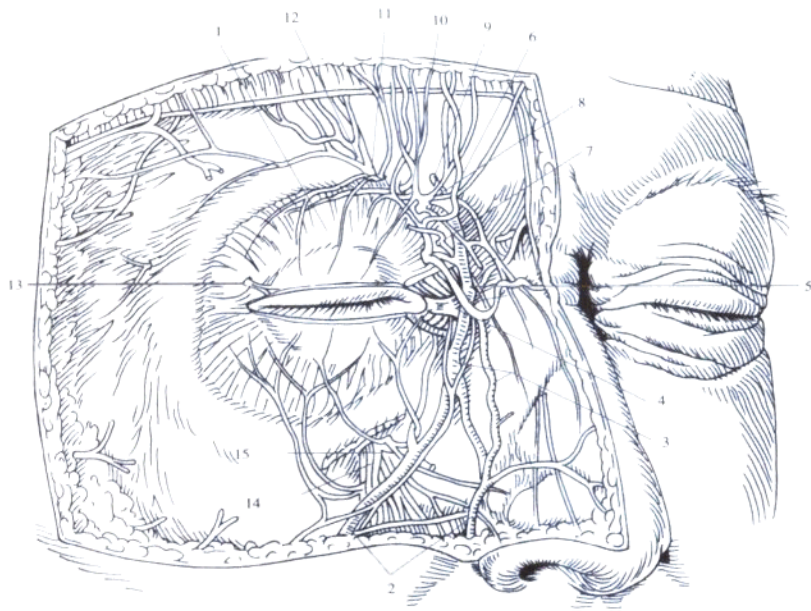
面部的血供主要来自颈内动脉的分支。面动脉经咬肌前缘上行，并以其终末支内眦动脉与眼动脉的分支鼻动脉吻合。在面部，面动脉发出成对的分支分布到唇部。面侧区由面动脉和面横动脉共同营养，后者源自颞浅动脉。面前区深层由上颌动脉的终末支眶下动脉营养。

表情肌由面神经分支支配，分支包括颞支、颧支、颊支和下颌缘支。

面部的皮肤感觉由三叉神经的分支——眼神经、上颌神经和下颌神经管理。眼神经分出额神经、泪腺神经和鼻睫神经司管面部皮肤感觉。



“山顶洞人”头骨化石

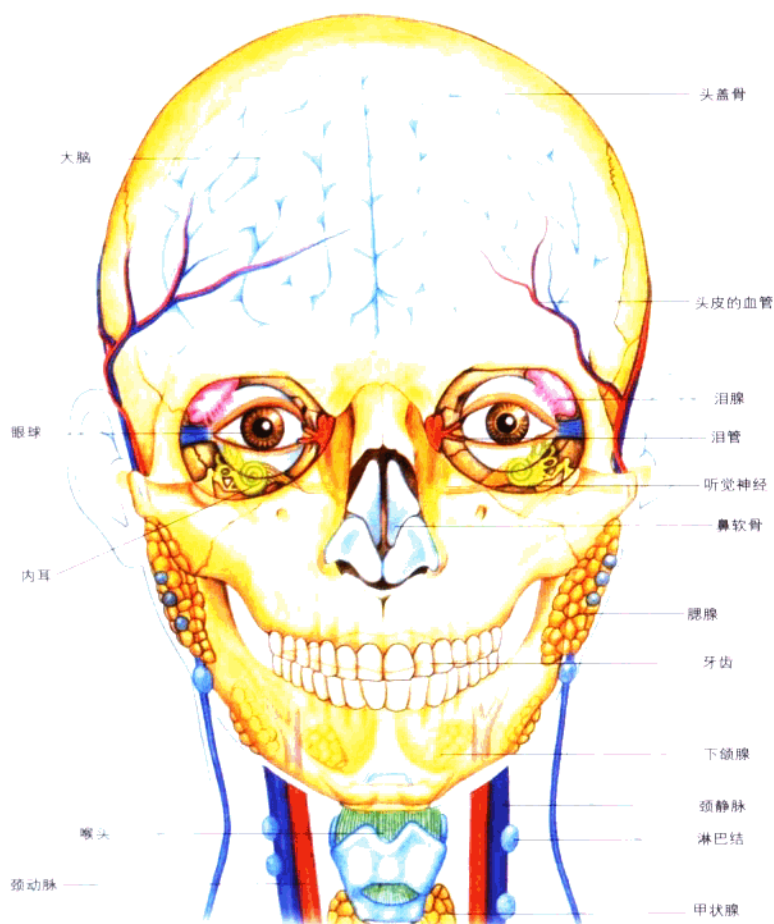


眶区、眶隔、血管与神经参考图



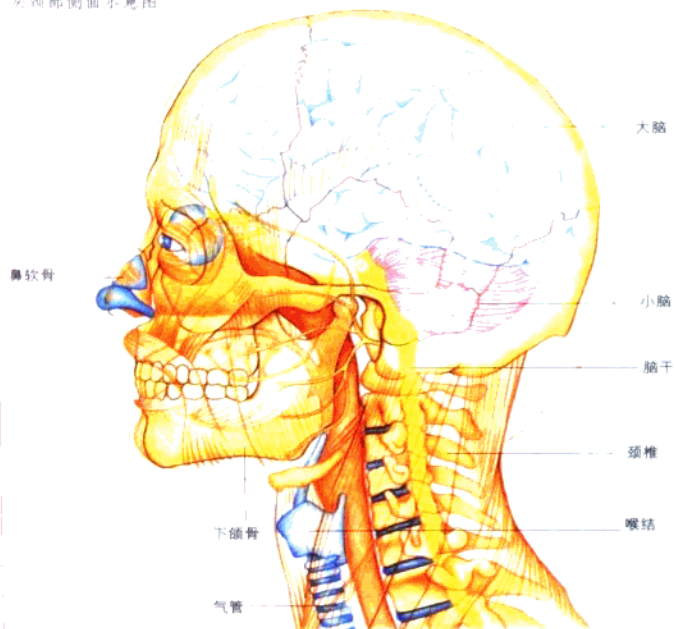
头和颈的分区

1. 眶隔
2. 面静脉
3. 内眦动静脉
4. 睑内侧韧带
5. 鼻背动静脉
6. 滑车上动脉
7. 滑车下神经
8. 滑车上神经
9. 眶上静脉
10. 眶上神经内
11. 眶上神经外
12. 眶上动脉
13. 泪腺神经
14. 眶下神经
15. 眶下动脉



头颈部正面示意图

头颈部侧面示意图



◆骨骼的构造成分和作用

人体的骨骼由206块骨组成，加上肌肉和关节构成了整个运动系统。有了它，我们就可以通过有力的运动来接触外部世界，或用四肢作出极其微细的运动。骨骼将人体支撑起来，赋予人体外形，并且包裹和保护了内部器官。另外骨骼储存矿物质，骨内含有造血的骨髓。

脊柱

贯穿人体中央的一串坚固而可弯曲的骨。脊柱是由许多以关节相连的脊椎骨构成。每个关节只容许小量的运动，但全部加起来便能使脊柱弯曲自如。从侧面看，脊柱呈4个生理弯曲，这有助于增强脊柱，平衡身体并吸收运动中的颠簸。

脊椎骨

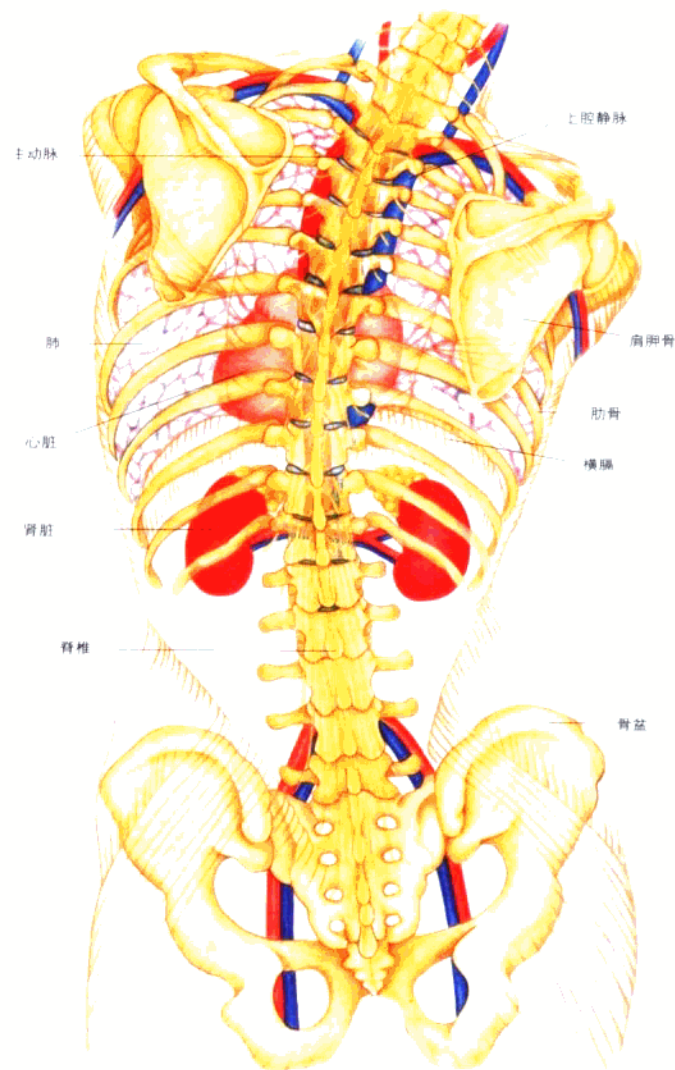
构成脊柱的骨块。一块脊椎骨包含一块短的柱状骨，称为椎体，连接在一个称为椎弓或神经弓的环形弓上。椎体有助于承受人体的重量。椎弓可保护脊髓，后者贯穿称为脊椎孔的空间。椎弓具有若干骨质突起，称为棘突。它们形成与其他脊椎骨之间的关节，并固定肌肉。脊柱具有24块分离的脊椎骨和9块部分或全部融合在一起的脊椎骨。

关节的种类

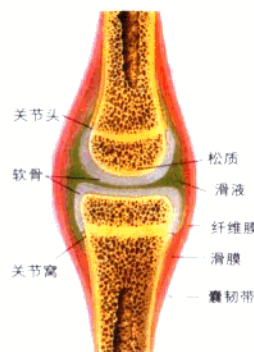
骨骼中各骨之间的连接是由关节完成的。关节有好几种：固定关节(骨缝)将骨块牢牢地结合在一起，头颅即是用固定关节结合在一起。许多骨块：部分活动关节具有某种程度的伸缩性，脊柱的骨块即是由这种关节所结合；自由活动关节在好几个活动面上能提供更大的伸缩性，肩部骨块就是如此。

脊背、脊髓和脊神经

脊背是以脊柱为中心而造成的。脊背能够弯曲、扭转的原因是因为脊柱是由小骨连结而成的。在脊柱的内部有中枢神经系统的脊髓，两侧许多神经的分枝左右对称而延伸。



部分内脏与脊柱的相对位置



脊柱检查主要是检查脊柱弯曲程度，有无叩痛，活动度如何。X光片可以显示脊柱的情况。