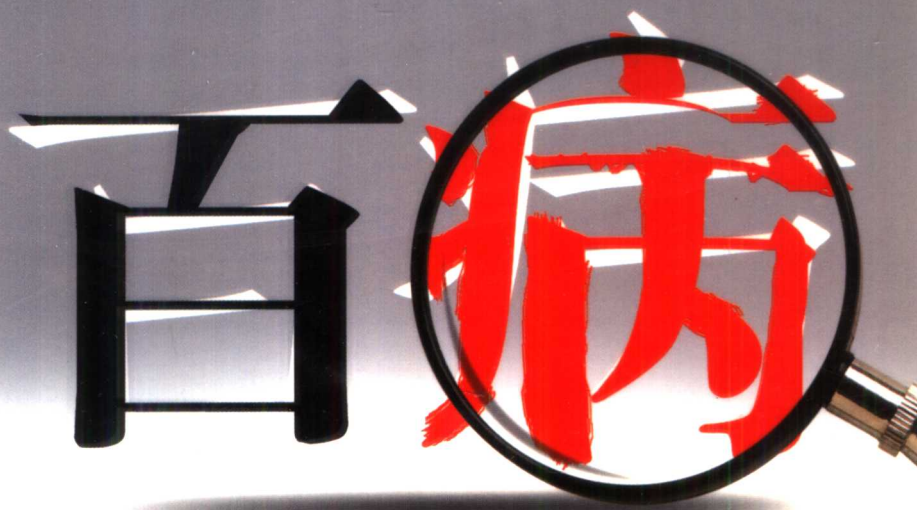




一日照一照
百病早知道
无病心宽慰
有病早治疗

早知道

一分钟自我诊病手册

从症状推测疾病 由疾病查验症状

BAI
BING
ZAO
ZHIDAO

中医古籍出版社

百病早知道

李 哲 编著

中医古籍出版社

责任编辑:王庆福

百病早知道

中医古籍出版社

(北京东直门内北新仓 18 号 邮编:100700)

新华书店总店发行

北京金马印刷厂印刷

2003 年 1 月第 1 版 2003 年 1 月第 1 次印刷

850 × 1168 毫米 1/32 11.375 印张 350 千字

ISBN 7 - 80174 - 121 - 8/R · 121

定价:19.80 元

前 言

保持健康的身体,是一个人追求和创造幸福的本钱。如果没有这一点,人生也就永远不会得到美满的结局。人生的幸福就会被无情的病魔所粉碎,生活的天空会因此而黯然失色。

因此,关心和珍视自己的身体是维系和保证人生幸福的基本前提之一,谁忽略了这一点,某种疾病就可能会在你不情愿的情况下不知不觉地侵入你的身体,给你带来无尽的烦恼。由此看来,及早发现疾病,对一个人来说,是至关重要的,这关系到我们的健康、我们的生命、我们的工作 and 事业乃至我们终生的幸福。

我国最早的医学巨著《黄帝内经》明确提出“望而知之为之神,”认为对人体各部位进行仔细观察,就可以了解健康或疾病的情况。祖国医学经过长期的医疗实践证明,人体各部位、各组织器官,通过经脉的联系,与体内有着密切的关系。现代生物全息学说认为人体的每一部位、器官,每一种组织,每一种物质,均包含有人体的信息,当人体内部脏腑组织发生病理变化时,则必定有病理信息反映与外。由此可了解整体之病变,诚如《实枢、本脏》所:“视其外应,以知其内脏,则知所病点。”

本书上篇广泛收集古今中外有关征兆与疾病的相关资料,结合临床实践,经科学整理、分析、研究,对发、眼、

鼻、人中、唇、舌、耳、脸、头、胸、腹、脐、四肢、手、足、甲、皮肤、皮纹、血液、大便、小便、汗液、痰液、呕吐物、月经及带下的异常征兆进行全面、系统的论述，详细地列出可能患上的各种疾病，让您很容易的从身体的征兆来诊断自己是否已患上某种疾病，以便达到早发现、早治疗、早康复的目的。下篇主要的是由疾病查验征兆，当你怀疑自己患上了某种疾病时，可在这里查验征兆，印证是否患上了此病，以便及早就医，以免造成终身憾事，上下篇相结合，能更确切地判断出您的健康状况。

本书在编撰过程中，参考资料众多，在此一并致谢。由于编者水平有限，书中谬误之处在所难免，祈望方家不吝赐教。

2003 年 1 月

编 者



目 录

上 篇 征兆推断疾病

知
道



目

录

第一章 发诊百病	3
一、头发色泽	3
二、头发形态	4
三、头发生长障碍	6
第二章 眼诊百病	9
一、眼神	10
二、胞睑	11
三、两眦	14
四、白睛	14
五、眼球经区诊法	18
六、黑睛	22
七、瞳神	23
八、眼球	25
九、眼泪	27
十、视觉	28
十一、眼眉	33
十二、虹膜诊病	34
第三章 鼻诊百病	41
一、鼻色	43
二、鼻形	45
三、鼻涕	48
四、呼吸	49
五、嗅觉	50
第四章 人中诊百病	53





一、人中形态	55
二、人中色泽	58
第五章 唇诊百病	61
一、唇色	62
二、润燥	64
三、形态	64
四、下唇粘膜及唇系带	68
五、口形	69
六、口腔粘膜	70
第六章 舌诊百病	72
一、舌苔	74
二、舌面	80
三、舌体	82
四、舌质	84
五、舌体动态	89
六、味觉	92
第七章 耳诊百病	95
一、耳廓色泽	97
二、耳廓形态	100
三、耳廓阳性反应物	102
四、耳道内部	106
五、听觉	107
第八章 脸诊百病	111
一、面部色泽	112
二、面部形态	115
三、望面分部	120
四、特殊面容	121
五、笑容	126
第九章 头诊百病	128
一、囟门闭合时间	129



二、卤门形状	129
三、头形	130
四、头部感觉	131
第十章 胸诊百病	133
一、胸廓	133
二、乳房	136
三、胸部感觉	137
第十一章 腹诊百病	140
一、色泽变化	142
二、形态变化	143
三、腹部感觉	147
第十二章 脐诊百病	151
第十三章 四肢诊百病	157
第十四章 手诊百病	166
一、手掌	167
二、指型	169
三、手型	172
四、手掌颜色	175
五、常见异常纹	176
六、手掌八卦方位图	180
第十五章 足诊百病	183
第十六章 甲诊百病	193
一、指甲色泽	195
二、指甲形态	200
第十七章 肤诊百病	212
一、皮肤色泽	212
二、皮损形态	215
三、感觉异常	217
第十八章 皮纹诊百病	223
一、指纹形态	224





二、掌纹形态	224
三、鱼际横曲纹	227
四、近心横曲纹	229
五、远心横曲纹异常	231
六、健康线	234
七、其它纹理色泽	236
八、足纹形态	243
第十九章 血液诊百病	245
一、血液形状	245
二、出血多少	246
三、血液颜色	246
第二十章 大便诊百病	248
一、大便颜色	248
二、大便形状	250
三、大便次数	254
第二十一章 小便诊百病	256
一、小便颜色	256
二、小便性状	258
三、小便量的变化	259
第二十二章 汗液诊百病	260
第二十三章 痰液诊百病	264
一、痰的颜色	264
二、痰的性状	265
三、痰的数量	266
第二十四章 呕吐物诊百病	267
第二十五章 月经异常征象	269
一、月经周期	269
二、月经颜色	269
三、月经性状	269
第二十六章 带下诊百病	272



下 篇 疾病查验征兆

知 道



目

录

肺癌的早期征象	277
肺结核合并肺癌	279
食管癌	281
一般肝炎	283
乙型肝炎	284
病毒性肝炎	285
肝硬化	286
肝 癌	288
胆道蛔虫病	289
胆囊炎	290
胆囊癌	291
胆石症	291
中毒型菌痢	292
胃溃疡病	293
十二指肠溃疡	294
胃 癌	295
内脏下垂	296
急性阑尾炎	297
心力衰竭	298
一般性心脏病	299
心脏肿瘤	303
肺心病	304
冠心病	305
心绞痛	307
急性心肌梗塞	308
无痛性心肌梗塞	309
各类肾炎	310



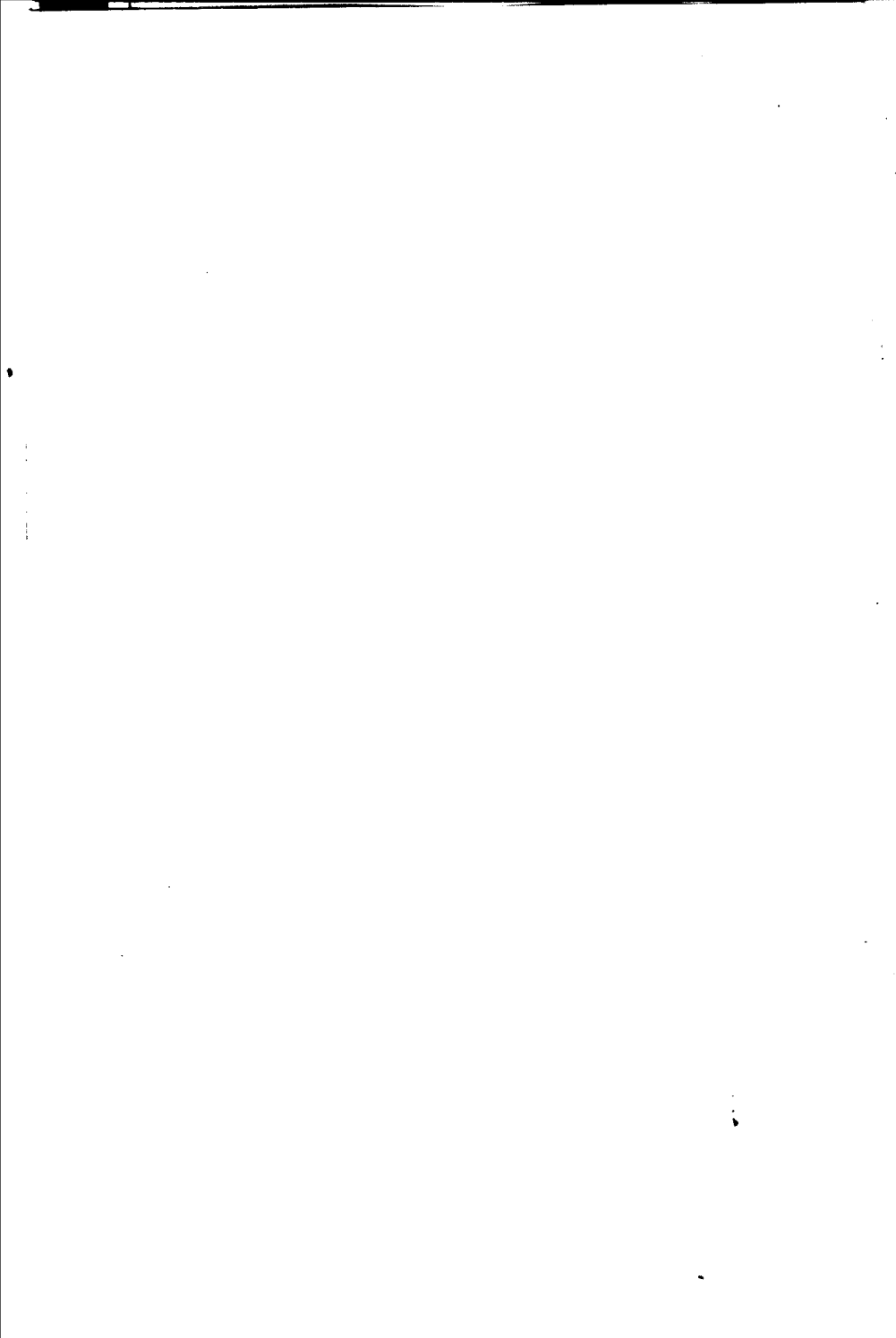


膀胱癌	311
慢性前列腺炎	312
前列腺肥大	313
前列腺结石	314
缺铁性贫血	315
再生障碍性贫血	317
各类血症的早期征象	318
白血病	319
胆固醇升高	320
糖尿病	321
甲 亢	324
甲 低	324
脑血管病	325
脑血栓与脑出血	326
动脉硬化	328
中 风	330
癫痫病	334
乳腺增生	335
乳腺癌	336
骨质增生	338
各类关节炎	338
肩周炎	341
痛 风	342
皮肤癌	343
淋病的早期征象	344
梅 毒	345
尖锐湿疣	347
白内障	348
青光眼	350

上 篇

征兆推断疾病

当你身上出现某些特殊症状或不适时，可以通过这些征兆推断自己是否患上了某种疾病，以便及时就医，以免造成遗憾。





第一章 发诊百病

知
道

头发为血之余,肾之华,头发的生长与精血的盛衰有密切关系。《诸病源候论》说:“肾主骨髓,其华在发。若血气盛,则肾气强,肾气强则骨髓充满,故发润而黑;若血气虚,则肾气弱,肾气弱则骨髓枯竭,故发变白也。”另外,肝为藏血之脏,主疏泄;脾为后天之本,脾胃为气血生化之源,主统血,头发的生长,需要血液的滋养,所以头发的生长与肾、肝、脾胃等脏腑的关系密切,头发的色泽、生长、荣枯可以反映体内脏腑的功能状况。



一、头发色泽

〔健康征兆〕 头发黑而润泽,表现人体肾气充盈;中老年人头发斑白或顶部白发,虽是肾亏血衰的表现,但仍属生理上的正常衰老现象,不属于病态;青少年头发白,或老年人头发变黑,属于先天禀赋峭同所致,也不作疾病论。

〔异常征兆〕 青少年白发。

〔疾病先兆〕 是肾气亏乏的病态,若伴有心虚症状的,为劳心耗伤阴血所致。

〔异常征兆〕 短期内头发大量变白,烦躁易怒,面红口苦。

〔疾病先兆〕 为肝郁化热,劫伤营阴,头发失荣。

〔异常征兆〕 幼儿出生时即有白发。

〔疾病先兆〕 可见于白化病、斑白病及某些遗传性综合征;如果出生时或出生后不久,头发间断变白,黑白交替,称为环状发,乃先天禀赋不足所致。

第一章
发
诊
百
病



青年人头发过早发白,要检查是遗传、精神因素引起的,还是因为疾病引起的,如结核病、胃肠病、贫血、动脉粥样硬化等都能引起头发早白。另外,白发还可见于白癜风、斑驳病、斑秃、Vogt - 小柳氏综合征等疾病。

〔异常征兆〕 头发过分黑,或向来不太黑而突然变为漆黑者。

〔疾病先兆〕 多是患癌症的倾向。

〔异常征兆〕 头发颜色枯黄,形似柴草。

〔疾病先兆〕 多为肾气不足,精血亏损或久病失养所致;发直色黄且干枯的,系气竭液涸所致。

〔异常征兆〕 头色呈灰黄或灰白色,常见于颞部出现成片灰色发,而后逐日增多,医学上称为灰发病。

〔疾病先兆〕 多因先天不足或后天失养,精血不能上华于发所致。此外,灰发还可于甲状腺功能失调、早老、老年性白斑、结节性硬化症、白癜风、斑秃以及 Chediak - Higashi's 综合征等疾病。

〔异常征兆〕 头发呈现红色或红褐色的,称为红发。少数正常的黄种人,其头发可略带棕红色。

〔疾病先兆〕 砷、铅中毒时,头发常呈红色或红褐色。

二、头发形态

〔异常征兆〕 头发枯萎无泽,易于折断分叉,形似乱草蓬蒿,医学上称为枯萎发。

〔疾病先兆〕 常因先天禀赋不足,或久病失养、阴虚血燥所致。

〔异常征兆〕 小儿头发扭结如谷穗,枯黄不泽,称为穗状发,常伴有面黄肌瘦、腕腹膨胀、大便溏薄干结等。



〔疾病先兆〕 多见于脾胃失调的痞积病。

〔异常征兆〕 头发稀疏萎黄，日久不生长，医学上称为发迟，属小儿五迟之一。

〔疾病先兆〕 多因先天不足、禀赋素弱所致。

〔异常征兆〕 头发紧缩成束，排列形似毛笔，发根头发处堆有银白色或污黄色鳞屑。

〔疾病先兆〕 常见于银屑病、脂溢性湿疹及黄癣等疾病。

〔异常征兆〕 头发干燥变脆，易于断裂，特别是长发末端，容易纵裂成丝，状如羽毛。

〔疾病先兆〕 多见于脆发病和毛发纵裂症，除因天气干燥、洗发过勤外，常由阴虚血燥而成。另外，头癣、脂溢性皮炎、甲状腺功能低下、糖尿病、结核病、维生素 A 缺乏症以及某些肿瘤患者，都可出现脆裂发。

〔异常征兆〕 头发干枯，发梢变细，分裂成丝，弯曲如钩，发干打结，扭曲成环状，称为打结发；如果发干出现不全横断的小结节，其间为似断非断的细丝，梳理时易折，称为结节性脆发病。

〔疾病先兆〕 此二者常常同时发生，多由脾胃不和后天失养而成。

〔异常征兆〕 发干粗细不匀，扭曲稀少，状如佛珠，易于折断；头发干燥扭曲，发硬变脆，易于折断。

〔疾病先兆〕 此二者均因先天禀赋不足、精血亏虚所致。

〔异常征兆〕 间发易于折断而参差不齐，或出皮即断，医学上称为断发。

〔疾病先兆〕 除以上所述各种伴有断发的疾病外，还可见于



黄癣、白癣、黑点癣等疾病。

〔异常征兆〕 头发从根部开始变白、变黄、焦枯而无断现象，并且多从头顶或两鬓部发生。

〔疾病先兆〕 多为肝肾阴虚，精血亏少；如果从头发末梢部开始焦枯、分裂、易折断、生长变慢，则多为气血虚弱。

〔异常征兆〕 头发直立而干枯。

〔疾病先兆〕 多为正气衰败所致。

三、头发生长障碍

头发生长障碍的原因很多，既可由全身气血虚损，或头皮局部病变所致，也可由外邪侵袭引起。观察头发的生情况须注意脱发的数量、分布和局部感觉。头发的生长与脱落有其自身的规律，正常人平均每天脱落头发 20 ~ 100 根左右，如果脱发量多，则需观察脱发是否均匀。

〔异常征兆〕 出生或生后不久头发即脱落。

〔疾病先兆〕 可见于先天性秃发、先天性少毛症、早老综合征、结节性裂毛综合征等。常因于先天不足，或过早结婚，精血亏虚所致。

〔异常征兆〕 枕部至颞侧头发呈半环状稀疏脱落。

〔疾病先兆〕 常见于小儿，多因枕部摩擦所致；如果伴有头大颈方，鸡胸龟背者，系脾肾不足。

〔异常征兆〕 青壮年男子出现秃发始于前额两侧，渐渐向头顶延伸，头发纤细，萎软不泽。

〔疾病先兆〕 乃血热生风，风动发落而成。

