

健康

生活好帮手丛书

家庭医学

JIATING YIXUE CHANGSHIBAIKE

刘斌◎编著

常识百科



家庭医学

JIATING YIXUE CHANGSHI BAIKE

上海科学普及出版社



健康

生活好帮手丛书

家庭医学常识百科



JIATING YIXUE

CHANGSHIBAIKE

ISBN 7-5427-3141-6



9 787542 731418 >

定价: 19.80元

封面设计: 杨毓兰



◎ 健康生活好帮手

家庭医学常识百科

■ 刘 斌 编著

- ◎ 从日常保健到疾病护理
- ◎ 全面的医学知识
- ◎ 一本永葆家庭健康的医学顾问



上海科学普及出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭医学常识百科 / 刘斌编著. — 上海: 上海科学普及出版社, 2005. 11

ISBN 7-5427-3141-6

I. 家… II. 刘… III. 家庭医学—基本知识
IV. R4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 045284 号

策 划 铭 政

责任编辑 李选玲

家庭医学常识百科

刘 斌 编著

上海科学普及出版社出版发行

(上海中山北路 832 号 邮政编码 200070)

<http://www.pspsh.com>

各地新华书店经销

北京市燕山印刷厂印刷

开本 850×1168

1/32

印张 12.375

字数 309000

2005 年 11 月第 1 版

2005 年 11 月第 1 次印刷

ISBN 7-5427-3141-6/R · 324

定价: 19.80 元



总序

生活是温馨、和谐的，也是琐碎、繁杂的，有时又是盲目混乱的。将生活安排得井井有条、科学合理、健康舒适，并不是每个人都能得心应手的。尽管每个人的生活模式不同，但对美好生活的追求与享受却永远相同。

人生的幸福正是如此。

美满是幸福生活的标志，它存在于健康的身心，它表现为欢乐愉快，它就生长在自己的家里，尤其在平常日子一天天的精心打理、细致安排和合理调整之中。

正是本着这样的想法，我们编著了这套“健康生活好帮手”系列丛书。旨在从最现实的生活需求出发，采撷最新鲜的资料，为广大的读者提供饮食、医疗、保健、育儿、旅游、家居休闲等各方面的生活指南。丛书各部分既有生活必备的基本常识，又有各显神通的窍门点拨，涵盖日常生活的点点滴滴，涉及衣、食、住、行、医的方方面面，实为广大读者朋友生活中的良师益友，定能帮助广大读者迈向高品质的幸福生活。

本套丛书共5册，包括：《养生益寿保健手册》、《家庭医学常识百科》、《优生优育百事通》、《生活小窍门大全》、《常见病食疗手册》。每册资讯准确丰富，以日常生活为中心，达到实用便利的功效，它不仅使广大读者积极地应对生活中的各种挑战，还指导广大读者如何科学地安排生活，享受生活中的种种快乐。

热切希望广大读者对书中的内容提出宝贵意见，以使之日臻完善。

编者

2005年2月

preface >>>

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

目 录

上篇 医学常识篇

一 人体解剖生理知识	3
1. 人体的基本结构是怎样的	3
2. 人体包括哪些物质	4
3. 人体的运动系统主要由哪几部分组成	5
4. 人体的骨骼有多少	5
5. 人体的运动肌肉分为哪几部分	7
6. 人体的皮肤由哪几部分组成, 有何作用	8
7. 人体的血液主要包括什么成分	10
8. 人体的血液具有哪些功能	10
9. 什么是血型	11
10. 什么是血液循环系统	12
11. 心脏的结构如何	12
12. 为什么心脏具有自发兴奋搏动能力	13
13. 心脏的工作机理是怎样的	14
14. 什么是心率, 心率正常值是多少	14
15. 血管的分类及人体的动脉系统是怎样的	15
16. 什么是血压, 血压的正常值应是多少	15
17. 什么是淋巴系统, 其功能是什么	16
18. 呼吸系统包括哪些部分及各部分的功能	17
19. 什么叫呼吸	18
20. 消化系统主要由哪几部分组成	19
21. 什么叫消化, 什么叫吸收	20
22. 胃位于身体何部位, 有哪几部分组成	20
23. 胃具有哪些功能	20



24. 肝脏有哪些功能..... 21
25. 胰腺有哪些功能..... 21
26. 什么是血糖..... 22
27. 呕吐是怎么一回事, 哪些因素会引起呕吐..... 22
28. 泌尿系统包括哪几部分, 各部分有哪些作用..... 22
29. 眼睛的结构如何, 有何功能..... 24
30. 什么叫眼压..... 26
31. 耳的结构如何, 有何功能..... 26
32. 耳的哪个部位与平衡有关联..... 27
33. 中枢神经系统、周围神经系统是什么..... 27
34. 脊神经由哪些部分组成..... 28
35. 人体包括多少对脑神经..... 29
36. 什么是反射..... 29
37. 何为内分泌系统..... 30
38. 甲状腺的功能是什么..... 31
39. 肾上腺有哪些作用..... 31
40. 胰岛有什么作用..... 32
41. 人体的生殖系统由哪几个部分组成..... 32
42. 女性按生理现象和特点可分为哪几个阶段..... 32
43. 小儿具有哪些生理特点..... 33
44. 老年人具有哪些生理特点..... 34

二 疾病基础知识..... 36

1. 什么叫病因, 病因的种类包括哪几类..... 36
2. 什么叫微生物, 它与疾病有什么关系..... 37
3. 什么叫病毒, 病毒与疾病有何联系..... 37
4. 什么是寄生虫, 寄生虫与疾病有何关系..... 38
5. 什么是免疫..... 40
6. 什么是非特异性免疫, 什么是特异性免疫..... 41
7. 常见的免疫病理作用有哪些..... 41

8. 什么是遗传病, 遗传病具有哪些特征	42
9. 遗传病包括哪些种类	43
10. 单基因病包括哪几种遗传方式	43
11. 出血是怎么一回事	44
12. 血栓是怎样形成的	45
13. 何为栓塞, 何为梗死	45
14. 什么是炎症	46
15. 引起炎症的原因有哪些	46
16. 炎症的典型表现有哪些特征, 其原因是什么	46
17. 什么叫创伤愈合, 什么叫组织再生	47
18. 创伤愈合有哪几种类型	47
19. 什么是肿瘤, 肿瘤包括哪些种类	48
20. 良性肿瘤与恶性肿瘤有何区别	49
21. 肿瘤的致病因素主要有哪些	50
22. 肿瘤导致的症状和表现有哪些	50
23. 应当如何做好肿瘤的预后	51

三 医学检查知识	53
1. 医学检查包括哪些方面	53
2. 如何进行体格检查, 基本检查方法有哪些	53
3. 人体的正常体温值应该是多少	53
4. 何为发热	53
5. 血常规检验的内容和意义是什么	54
6. 什么是网织红细胞计数, 其正常值是多少	55
7. 什么是血细胞比容, 其正常值是多少	55
8. 何为血沉, 其正常值为多少	55
9. 血小板计数的正常值是多少	56
10. 何为血小板粘附功能测定	56
11. 什么是凝血时间, 有何意义, 正常值是多少	56
12. 尿液常规检验包括哪几项	57





13. 尿液的化学检查主要包括哪几项	58
14. 尿液自动分析仪临床常用检测项目有哪些	59
15. 肾功能生化检查包括哪些项目	60
16. 肝功能生化检查项目及其临床意义是什么	61
17. 蛋白质生化检查项目及其临床意义是什么	63
18. 脂类与脂蛋白生化检查有何功能及临床意义	64
19. 临床酶学检验有哪些项目及临床意义	65
20. 电解质检验有哪些项目及临床意义	66
21. 肝炎病毒标志物的检测内容包括哪些	67
22. 浆膜腔积液性质检验的临床意义是什么	68
23. 人类的血型分为哪几种类型	69
24. 如何测定血型	70
25. 什么是 X 线检查, 其检查方法有哪些	70
26. X 线电子计算机体层摄影及其优点是什么	71
27. 什么是磁共振成像	72
28. 什么是超声波检查	73
29. 什么是心电图检查	73
30. 什么是心向量检查, 具有哪些特殊的优越性	73
31. 肺功能测定的主要目的是什么	74
32. 对从事高空高原人员肺功能测定分哪几部分	74

四 诊疗技术知识

1. 常用的诊疗技术包括哪些	76
2. 什么情况下适用皮内注射, 有哪些注意事项	76
3. 什么情况下适用皮下注射, 有哪些注意事项	76
4. 什么情况下适用肌内注射, 有哪些注意事项	77
5. 什么情况下适用静脉注射, 有哪些注意事项	77
6. 什么情况下适用静脉输液, 有哪些注意事项	77
7. 胸腔穿刺的目的是什么, 有哪些注意事项	78
8. 腹腔穿刺的目的是什么, 有哪些注意事项	79

9. 肝脏穿刺的目的是什么, 有哪些注意事项	80
10. 心包穿刺的目的是什么, 有哪些注意事项	80
11. 骨髓穿刺术主要适用于哪几个方面诊疗	81
12. 如何选择骨髓穿刺部位, 有哪些注意事项	82
13. 什么情况下宜采用骨髓活检	82
14. 腰椎穿刺可分为哪几种, 各有何临床意义	83
15. 腰椎穿刺有哪些注意事项	83
16. 关节穿刺的作用及其穿刺部位的要求是什么	84
17. 淋巴结活组织检查方法及其特点是什么	84
18. 何为胃肠减压, 实施该技术时有何注意事项	85
19. 什么是活组织检查, 可分为哪几种类型	85
20. 何为灌肠, 分为哪几种方法, 有何区别	86
21. 实施灌肠诊疗技术时有哪些注意事项	86
22. 采用哪几种灌肠方法可达到通便的目的	87
23. 常用的封闭疗法有哪几种, 各适于何种症状	87
24. 什么情况下应采用鼻饲疗法, 有何注意事项	88
25. 什么情况下应采用洗胃疗法	89
26. 常用的洗胃液有哪些, 洗胃时有何注意事项	89
27. 导尿疗法有哪些作用及注意事项	89
28. 简易热敷的作用是什么, 有哪几种方法	90
29. 简易冷敷的作用是什么, 有哪几种方法	91
30. 在什么情况下采用胸膜闭合引流	91
31. 什么是辅助呼吸, 主要适用于何种病症	92
32. 辅助呼吸器主要有哪几种, 有哪些注意事项	92

中篇 疾病防治篇

一 家庭测病法	97
1. 什么是疾病	97
2. 如何从面色辨病	97





3. 如何从面容辨病	98
4. 如何从人的神色辨病	99
5. 如何从唇色与形态辨病	100
6. 如何通过耳部的情形辨病	101
7. 白发与哪些疾病有关	103
8. 如何通过指甲的变化辨病	103
9. 指甲出现异常与哪些病因有关	104
10. 如何从头晕测病	104
11. 如何从头痛测病	105
12. 怎样从痰色及浓度辨病	105
13. 口中出现异味是哪些病症的征兆	106
14. 哪些疾病会导致尿血	107
15. 如何从舌质分辨疾病	107
16. 如何从舌苔分辨疾病	108
17. 如何从鼻翼分辨疾病	109
18. 如何从鼻的颜色分辨疾病	109
19. 哪些疾病会引起鼻出血	109
20. 从尿量如何查病	110
21. 从尿色如何查病	110
22. 尿痛、尿频、尿急与哪些疾病有关	111
23. 哪些疾病会引起便血	111
24. 哪些疾病会引起咯血	112
25. 哪些疾病会引起呕血	112
26. 哪些疾病会引起高热	112
27. 哪些疾病会引起低热	113
28. 哪些疾病会造成昏迷	113
29. 哪些疾病会造成晕厥	114
30. 胸痛与哪些疾病有关	114
31. 如何从腹痛分辨疾病	115

32. 哪些疾病可能引起腹泻	116
33. 便秘与哪些疾病有关	117
34. 全身性水肿可能是哪些疾病的表现	117
35. 哪些疾病会引起腹腔肿块	118
36. 哪些疾病会导致肝肿大	119
37. 哪些疾病会导致恶心、呕吐	119
38. 咳嗽与哪些疾病有关	120
39. 哪些疾病能引起腰背痛	122
40. 全身淋巴结肿大是由哪些疾病引起	122
41. 局部淋巴结肿大是由哪些疾病引起	122
42. 哪些疾病会导致咽痛	123
43. 白带增多可能患有何种疾病	123
44. 下肢青筋凸起可能患有何种疾病	124
45. 肢体麻木可能患有何种疾病	124
46. 恶梦能预示哪些疾病	124
47. 血型与疾病有什么关系	125
48. 癌变有哪些早期信号	126
49. 如何从汗液中分辨疾病	126
50. 哪些疾病与腰痛有关	128
51. 疲劳通常与哪些疾病有关	129



二 常见病症防治	131
1. 如何防治流行性感冒	131
2. 发热应如何治疗	131
3. 如何治疗才可缓解或治愈咳嗽、咳痰	132
4. 如何治疗恶心呕吐	132
5. 应如何治疗腹痛	133
6. 应如何处理与治疗腹泻	133
7. 如何治疗急性支气管炎	134
8. 如何治疗慢性支气管炎	135

9. 患肺炎应如何治疗	136
10. 如何防治支气管扩张	137
11. 如何治疗支气管哮喘	138
12. 如何治疗肺结核	140
13. 如何防治肺癌	140
14. 如何预防中风	141
15. 高血压病应如何预防	142
16. 如何治疗高血压病	142
17. 如何治疗偏头痛	145
18. 如何治疗急性胃炎	146
19. 如何治疗慢性胃炎	147
20. 胃溃疡应当如何防治	148
21. 如何治疗胃下垂	149
22. 如何治疗慢性结肠炎	149
23. 如何治疗肝硬化	150
24. 如何治疗脂肪肝	152
25. 如何治疗病毒性肝炎	153
26. 如何治疗急、慢性胆囊炎	153
27. 如何治疗急性胰腺炎	154
28. 如何治疗慢性胰腺炎	155
29. 糖尿病的现代综合疗法是什么	156
30. 糖尿病患者如何进行饮食治疗	156
31. 治疗糖尿病的口服降血糖药物有哪些	157
32. 糖尿病患者如何进行运动疗法	157
33. 糖尿病并发症及酮症酸中毒昏迷的防治	158
34. 如何预防糖尿病	159
35. 如何治疗低血糖症	159
36. 如何防治肾炎	160
37. 如何治疗肾盂肾炎	161

38. 如何治疗面神经炎	161
39. 如何治疗三叉神经痛	162
40. 患有多发性神经根炎应当如何治疗	163
41. 如何治疗坐骨神经痛	164
42. 如何治疗神经衰弱	164
43. 如何治疗重症肌无力症	166
44. 如何治疗皮肤肿胀	167
45. 如何防治湿疹	167
46. 如何防治皮肤过敏症	168
47. 如何治疗荨麻疹	169
48. 如何防治皮肤瘙痒	169
49. 如何治疗脂溢性皮炎	170
50. 如何防治牛皮癣	170
51. 如何防止牛皮癣复发	171
52. 如何治疗鱼鳞癣	171
53. 如何治疗寻常疣	172
54. 如何治疗疥疮	172
55. 如何预防疥疮	173
56. 如何治疗痤疮	173
57. 如何治疗脓疱疮	174
58. 怎样才能有效预防脓疱疮	174
59. 如何防治白癜风	174
60. 如何治疗黄褐斑	175
61. 如何治疗冻疮	175
62. 怎样预防冻疮	176
63. 如何防治脚气	176
64. 如何防治鸡眼	177
65. 如何防治手足皸裂	178
66. 如何治疗狐臭	179



67. 如何治疗多汗症	179
68. 如何治疗前列腺增生	180
69. 如何防治尿路感染	180
70. 如何治疗脱肛	181
71. 怎样防治肛门裂	181
72. 如何治疗痔疮	182
73. 怎样预防痔疮	182
74. 如何治疗风湿性关节炎	183
75. 如何防治骨质疏松症	183
76. 怎样防治骨质增生	184
77. 如何治疗滴虫性阴道炎	184
78. 如何防治“鹅口疮”	185
79. 新生儿黄疸应如何防治	185
80. 如何治疗腮腺炎	185
81. 如何防治小儿百日咳	186
82. 如何防治小儿佝偻病	186
83. 如何治疗小儿急性支气管炎	187
84. 如何治疗小儿口腔炎	188
85. 如何诊治小儿遗尿症	188
86. 如何治疗青光眼	189
87. 如何预防中耳炎	189
88. 如何治疗过敏性鼻炎	190
89. 如何治疗鼻窦炎	190
90. 怎样防治咽炎	191
91. 如何预防龋牙	191
92. 口腔黏膜血泡怎么办	192
三 家庭急救常识	193
1. 急救有何重要意义	193
2. 院前急救的基本技术包括哪些	193

3. 在实施急救的过程中包括哪些要点	194
4. 在进行急救之前, 应先做哪些处理	195
5. 如何判断伤、病者意识状况, 有哪些注意事项	195
6. 如何检查伤、病者的呼吸	196
7. 如果伤、病者已无呼吸应如何进行急救	197
8. 伤、病者呼吸正常时, 应如何进行急救	197
9. 怎样将伤、病者调整到昏睡体位	197
10. 如何呼叫救护车	197
11. 在救护车抵达之前, 需要做些什么准备	198
12. 在救护车抵达后应做些什么	198
13. 如何对伤、病者实施口对口人工呼吸	199
14. 施行口对口人工呼吸时应注意什么	200
15. 如何对伤、病者进行仰卧压胸人工呼吸	201
16. 怎样对伤、病者进行口对鼻人工呼吸	202
17. 如何实施心脏按压术	202
18. 实施心脏按压术应掌握哪些要领	203
19. 实施心脏按压术必须注意哪些事项	204
20. 动脉出血时, 用指压法止血的压迫点有哪些	204
21. 怎样进行加垫屈肢止血	207
22. 如何使用止血带止血	207
23. 使用止血带止血应注意哪些事项	208
24. 如何对受伤部位实施包扎	209
25. 休克患者的急救措施是什么	213
26. 对高热与高温中暑患者应当如何进行急救	214
27. 误食毒物怎么办	215
28. 急性中毒的急救原则是什么	215
29. 煤气中毒的现场急救关键是什么	216
30. 甲醇中毒的现场急救重点是什么	217
31. 对亚硝酸盐中毒者应如何进行现场急救	217





32. 农药中毒的急救措施是什么 217
33. 急性药物中毒后怎么办 218
34. 酒精中毒怎么办 218
35. 安眠药中毒怎么办 219
36. 灭鼠药中毒后应当如何急救 219
37. 如何对食物中毒患者进行急救处理 220
38. 如何使用夹板 220
39. 如何对骨折者施行急救固定 221
40. 发生断肢（指）事故后应当如何处理 222
41. 电击伤后的急救措施有哪些 223
42. 电击救援有何注意事项 224
43. 家中防止触电的措施有哪些 224
44. 在户外应当如何防范遭雷击 224
45. 对自缢者应当如何进行急救 225
46. 对溺水者应当如何进行急救 225
47. 如何处理疯狗咬伤 225
48. 如何处理毒蛇咬伤 226
49. 如何处理蜂螫伤 227
50. 被蜈蚣咬伤怎么办 227
51. 被蝎子螫伤怎么办 228
52. 被毛毛虫螫伤怎么办 229
53. 被蚂蝗咬伤怎么办 229
54. 呼吸道被异物阻塞后应当如何处理 230
55. 消化道被异物阻塞后应当如何急救 230
56. 异物入眼应当如何处理 231
57. 如何处理烧、烫伤 233
58. 处理烫伤有哪些注意事项 233
59. 化学药品烧伤应当如何处理 234
60. 哪些日常物品可供急救使用 234