

家庭医疗首选读本，健康生活轻松搞定！

常见病症状

中医验方疗法

西医疗法

常见病饮食宜忌

家庭用药ABC

家庭常见病护理与预防



「家庭医生」



JIATING YISHENG
王国防 / 主编 1001WEN

1001问

自测 自疗 急救
预防 护理 保健
一切尽在你的掌控之中



延边大学出版社



JIATING YISHENG
王国防 / 主编 1001WEN

「家庭 医生」

1001问

家庭医疗首选读本，健康生活轻松搞定！



延边大学出版社

责任编辑:金春玉

主 编:王国防

副 主 编:王雷芳 杨彤樱

编 委:(按姓氏笔划为序)

王国防 王雷芳 王慧玲 李燕茹

李家伦 杨彤樱 赵金革 赵文生

赵梅芳 郝新华 段淑丽 黎 思

家庭医疗保健全书

家庭医生 1001 问

王国防 主编

延边大学出版社出版发行

(吉林省延吉市公园路 105 号)

北京市业和印务有限公司印刷

开本 787 × 1092 毫米 1/16 印张 50.75

字数 900 千字 印数:1 - 5000

2005 年 9 月第 1 版 2005 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 7 - 5634 - 2120 - 3/R · 57

全套定价:53.60 元(本册定价:26.80 元)



家庭
医生

1001
问

J I A T I N G Y I S H E N G 1 0 0 1 W E N

前言

随着科学技术的发展和人民生活水平的日益提高,人们对生活质量和身体健康的要求也在不断提高。为了帮助广大读者了解保健知识,增强防病意识,同时也为给广大基层医务工作者提供实用、有效的诊疗参考,我们组织人员编写了这本《家庭医生 1001 问》。

我们本着为读者提供健康咨询服务的宗旨,以预防治疗为核心,以通俗实用为原则,使全书具备了以下几大特点:

一、内容丰富,涉及面广:本书共分家庭常见病防治知识、家庭急救知识、家庭用药知识、家庭护理知识、家庭保健知识六大篇章,在家庭常见病防治知识的篇章中又分有内科常见病防治、外科常见病防治、妇科常见病防治、男科常见病防治、儿科常见病防治、皮肤科常见病防治和五官科常见病防治七个小节,汇集数百种家庭常见病的防治知识,并且对每一种病的病因、症状、西医治疗法、中医治疗法、食疗法、饮食宜忌、如何预防及生活护理都做了详细的阐述,不仅是每个家庭生活中的百科全书,同时也是基层医务人员的参考工具书。

二、体例简单,通俗易懂:本书在编写过程中,力求避免枯燥乏味的理论,偏重于实用参与和指导,采用一问一答的形式,融知识性、科学性、实用性与趣味性于一体,避免了冗长的说教,让所有读者都能够做到开卷有益,受益健康。另外,也有利于读者快速选择自己所需要的内容。

三、贴近生活,实用性强:本书始终围绕家庭常见问题展开叙



家庭
医生

1001
问

前
言

述,不仅让读者了解各种家庭常见病的防治知识,而且还对家庭中出现的其它突发性、常见性问题都做了全面的汇集,如夏天中暑怎么办、冬天冻伤怎么办,发生触电怎么办、遇到外伤怎么办;家庭如何保存中成药、服用中成药要不要忌口、中西药能否同时服用、什么时间用药效果好、常见病的非处方药有哪些;如何护理长期卧床的病人,护理病人应注意哪些问题;老年人锻炼应注意哪些事项,老人选用补品应注意什么,血脂高的老人能不能喝牛奶等等,这些问题都是广大家庭日常生活中最常见的问题,如何处理这些问题,本书都将给你一个正确的答案。

随着人们健康意识的提高,我们相信这本《家庭医生 1001 问》会深入到亿万人民的家庭生活之中,成为广大读者朋友祛病、健身、保健的良师益友。

由于我们的水平有限,在编写过程中难免会出现一些纰漏和不足,望广大读者不吝赐教,提出宝贵意见,以便再版时修正。

编 者

目录

CONTENTS



第一章 家庭常见病防治知识

一、内科常见病防治

1. 什么是普通感冒? / 1
2. 普通感冒的症状有哪些? / 1
3. 什么是流行性感冒? / 1
4. 流行性感冒的症状有哪些? / 2
5. 如何预防感冒? / 2
6. 预防流行性感冒的验方有哪些? / 3
7. 治疗感冒的验方有哪些? / 3
8. 治疗流行性感冒的常用中药方有哪些? / 3
9. 西医如何治疗流行性感冒? / 4
10. 感冒患者的饮食宜忌有哪些? / 4
11. 什么是发热? / 4
12. 发热时伴有的症状及其疾病有哪些? / 5
13. 遇到发热时如何处理? / 7
14. 儿童发热时如何正确处理? / 7
15. 什么是急性支气管炎? / 8
16. 如何治疗及预防急性支气管炎? / 8
17. 中医如何治疗急性支气管炎? / 9
18. 哪些食疗法可治疗急性支气管炎? / 9
19. 什么是慢性支气管炎? / 10
20. 慢性支气管炎的症状有哪些? / 10
21. 慢性支气管炎可分为哪几个病期? / 10
22. 西医如何治疗慢性支气管炎? / 11
23. 中医如何治疗慢性支气管炎? / 11
24. 哪些食疗法可治疗慢性支气管炎? / 12
25. 气管炎患者的饮食宜忌有哪些? / 13

目录

CONTENTS



26. 如何护理慢性支气管炎患者? / 13
27. 如何预防慢性支气管炎? / 14
28. 什么是支气管哮喘? / 14
29. 支气管哮喘的症状有哪些? / 15
30. 哪些西药可治疗支气管哮喘? / 15
31. 中医如何治疗支气管哮喘? / 16
32. 哪些食疗方法可以治疗支气管哮喘? / 17
33. 支气管哮喘患者有哪些饮食宜忌? / 17
34. 如何护理支气管哮喘患者? / 18
35. 如何预防支气管哮喘? / 18
36. 什么是支气管扩张? / 19
37. 支气管扩张有哪些症状? / 19
38. 西医如何治疗支气管扩张? / 19
39. 中医如何治疗支气管扩张? / 20
40. 哪些食疗法可以治疗支气管扩张? / 21
41. 如何护理支气管扩张患者? / 21
42. 如何预防支气管扩张? / 22
43. 什么是肺气肿? / 22
44. 肺气肿有什么症状? / 22
45. 西医如何治疗肺气肿? / 23
46. 中医如何治疗肺气肿? / 23
47. 哪些食疗法可以治疗肺气肿? / 24
48. 如何预防肺气肿? / 24
49. 什么是肺炎? / 25
50. 肺炎的症状有哪些? / 25
51. 西医如何治疗肺炎? / 26
52. 中医如何治疗肺炎? / 26
53. 肺炎患者的哪些症状是危险信号? / 27
54. 治疗肺炎的特点有哪些? / 27
55. 哪些食疗法可以治疗肺炎? / 28
56. 肺炎的饮食宜忌有哪些? / 28
57. 如何预防肺炎? / 29

目录

CONTENTS



- 58. 什么是肺脓肿? / 29
- 59. 肺脓肿的症状有哪些? / 29
- 60. 西医如何治疗肺脓肿? / 30
- 61. 中医如何治疗肺脓肿? / 30
- 62. 哪些食疗法可以治疗肺脓肿? / 31
- 63. 肺脓肿患者的饮食宜忌有哪些? / 31
- 64. 如何护理肺脓肿患者? / 31
- 65. 如何预防肺脓肿? / 32
- 66. 什么是肺结核? / 32
- 67. 肺结核的症状有哪些? / 32
- 68. 肺结核可分为哪几种类型? / 33
- 69. 西医如何治疗肺结核? / 34
- 70. 中医如何治疗肺结核? / 36
- 71. 哪些食疗法可以治疗肺结核? / 37
- 72. 肺结核患者的饮食宜忌有哪些? / 37
- 73. 如何护理肺结核患者? / 38
- 74. 如何预防肺结核? / 39
- 75. 什么是高血压? / 39
- 76. 高血压有哪些症状? / 39
- 77. 西医如何治疗高血压? / 40
- 78. 中医如何治疗高血压? / 40
- 79. 哪些食疗法可以治疗高血压? / 41
- 80. 高血压患者有哪些饮食宜忌? / 41
- 81. 高血压患者日常保健的“三个三”是什么? / 42
- 82. 如何预防高血压? / 43
- 83. 什么是低血压? / 44
- 84. 低血压有什么症状? / 44
- 85. 西医如何治疗低血压? / 45
- 86. 中医如何治疗低血压? / 45
- 87. 哪些食疗法可以治疗低血压? / 46
- 88. 低血压患者有哪些饮食宜忌? / 46
- 89. 低血压突然晕厥或休克时怎样处理? / 46

目录

CONTENTS



90. 如何预防低血压? / 46
91. 什么是心律失常? / 47
92. 心律失常主要有哪些临床表现? / 47
93. 什么是过早搏动? / 47
94. 过早搏动有哪些症状? / 48
95. 西医如何治疗过早搏动? / 48
96. 中医如何治疗过早搏动? / 48
97. 如何预防过早搏动? / 49
98. 什么是阵发性心动过速? / 49
99. 阵发性心动过速有哪些症状? / 50
100. 西医如何治疗阵发性心动过速? / 50
101. 中医如何治疗阵发性心动过速? / 50
102. 如何预防阵发性心动过速? / 51
103. 什么是房室传导阻滞? / 51
104. 房室传导阻滞有哪些症状? / 51
105. 西医如何治疗房室传导阻滞? / 52
106. 中医如何治疗房室传导阻滞? / 52
107. 如何预防房室传导阻滞? / 52
108. 什么是心房颤动? / 53
109. 心房颤动有哪些症状? / 53
110. 西医如何治疗心房颤动? / 53
111. 中医如何治疗心房颤动? / 53
112. 如何预防心房颤动? / 54
113. 什么是冠心病? 冠心病可分为哪几类? / 54
114. 什么是心绞痛? / 54
115. 心绞痛有哪些症状? / 55
116. 心绞痛可分为哪些类型? / 55
117. 西医如何治疗心绞痛? / 56
118. 中医如何治疗心绞痛? / 56
119. 哪些食疗法可以治疗心绞痛? / 57
120. 如何护理心绞痛患者? / 57
121. 心绞痛患者的饮食宜忌有哪些? / 57

目录

CONTENTS



- 122. 如何预防心绞痛? / 58
- 123. 什么是心肌炎? / 58
- 124. 心肌炎有哪些症状? / 58
- 125. 西医如何治疗心肌炎? / 59
- 126. 中医如何治疗心肌炎? / 59
- 127. 哪些食疗法可治疗心肌炎? / 60
- 128. 如何护理心肌炎患者? / 60
- 129. 如何预防心肌炎? / 60
- 130. 什么是心肌梗塞? / 61
- 131. 心肌梗塞有哪些症状? / 61
- 132. 西医如何治疗心肌梗塞? / 61
- 133. 中医如何治疗心肌梗塞? / 62
- 134. 如何护理心肌梗塞患者? / 62
- 135. 如何预防心肌梗塞? / 62
- 136. 什么是心力衰竭? / 63
- 137. 心力衰竭有什么症状? / 63
- 138. 如何治疗心力衰竭? / 63
- 139. 心力衰竭患者有哪些饮食宜忌? / 64
- 140. 如何预防心力衰竭? / 64
- 141. 什么是急性胃炎? 急性胃炎有哪些症状? / 64
- 142. 西医如何治疗急性胃炎? / 65
- 143. 中医如何治疗急性胃炎? / 65
- 144. 急性胃炎应注意哪些饮食宜忌? / 66
- 145. 如何预防急性胃炎? / 66
- 146. 什么是慢性胃炎? / 66
- 147. 慢性胃炎有哪些症状? / 67
- 148. 西医如何治疗慢性胃炎? / 67
- 149. 中医如何治疗慢性胃炎? / 67
- 150. 哪些食疗法可治疗慢性胃炎? / 68
- 151. 慢性胃炎患者应注意哪些饮食宜忌? / 68
- 152. 如何预防慢性胃炎? / 68
- 153. 什么是胃下垂? / 69

目录

CONTENTS



- 154. 哪些食疗法可治疗胃下垂? / 69
- 155. 如何预防胃下垂? / 69
- 156. 什么是消化性溃疡? / 70
- 157. 消化性溃疡有哪些症状? / 70
- 158. 西医如何治疗消化性溃疡? / 71
- 159. 中医如何治疗消化性溃疡? / 71
- 160. 消化性溃疡患者应注意哪些饮食宜忌? / 72
- 161. 如何预防消化性溃疡? / 73
- 162. 什么是急性肠炎? 如何预防急性肠炎? / 73
- 163. 急性肠炎有哪些症状? / 73
- 164. 西医如何治疗急性肠炎? / 74
- 165. 中医如何治疗急性肠炎? / 74
- 166. 什么是肝炎? / 74
- 167. 肝炎有哪些症状? / 75
- 168. 西医如何治疗肝炎? / 75
- 169. 中医如何治疗肝炎? / 75
- 170. 哪些食疗法可以治疗肝炎? / 77
- 171. 如何预防肝炎? / 78
- 172. 什么是脂肪肝? 脂肪肝有哪些症状? / 78
- 173. 西医如何治疗脂肪肝? / 78
- 174. 中医如何治疗脂肪肝? / 78
- 175. 脂肪肝患者有哪些饮食宜忌? / 79
- 176. 如何预防脂肪肝? / 80
- 177. 什么是肝硬化? / 80
- 178. 肝硬化有哪些症状? / 80
- 179. 西医如何治疗肝硬化? / 81
- 180. 中医如何治疗肝硬化? / 81
- 181. 哪些食疗法可治疗肝硬化? / 82
- 182. 肝硬化患者有哪些饮食宜忌? / 82
- 183. 如何预防肝硬化? / 83
- 184. 如何护理肝硬化患者? / 83
- 185. 什么是糖尿病? / 83

目录

CONTENTS



- 186. 糖尿病有什么症状? / 84
- 187. 西医如何治疗糖尿病? / 84
- 188. 中医如何治疗糖尿病? / 85
- 189. 哪些食疗法可以治疗糖尿病? / 85
- 190. 如何预防糖尿病? / 86
- 191. 什么是脑血栓? / 86
- 192. 脑血栓有哪些症状? / 87
- 193. 西医如何治疗脑血栓? / 87
- 194. 中医如何治疗脑血栓? / 88
- 195. 如何预防脑血栓? / 88
- 196. 什么是急性肾炎? / 89
- 197. 急性肾炎有哪些症状? / 89
- 198. 西医如何治疗急性肾炎? / 90
- 199. 中医如何治疗急性肾炎? / 90
- 200. 哪些食疗法可以治疗急性肾炎? / 90
- 201. 急性肾炎有哪些饮食宜忌? / 91
- 202. 如何预防急性肾炎? / 92
- 203. 什么是慢性肾炎? / 92
- 204. 慢性肾炎有哪些症状? / 92
- 205. 西医如何治疗慢性肾炎? / 93
- 206. 中医如何治疗慢性肾炎? / 93
- 207. 哪些食疗法可以治疗慢性肾炎? / 94
- 208. 慢性肾炎患者有哪些饮食宜忌? / 95
- 209. 如何预防慢性肾炎? / 95
- 210. 什么是神经衰弱? / 95
- 211. 神经衰弱有哪些症状? / 96
- 212. 西医如何治疗神经衰弱? / 96
- 213. 中医如何治疗神经衰弱? / 97
- 214. 哪些食疗法可以治疗神经衰弱? / 97
- 215. 什么是三叉神经痛? / 98
- 216. 三叉神经痛有哪些症状? / 98
- 217. 西医如何治疗三叉神经痛? / 98

目录

CONTENTS



- 218. 中医如何治疗三叉神经痛? / 99
- 219. 什么是癫痫? / 99
- 220. 癫痫有哪些症状? / 100
- 221. 西医如何治疗癫痫? / 101
- 222. 中医如何治疗癫痫? / 102
- 223. 哪些食疗法可以治疗癫痫? / 102
- 224. 癫痫病患者有哪些饮食禁忌? / 103
- 225. 如何预防癫痫症? / 103
- 226. 什么是肥胖症? / 103
- 227. 肥胖症有哪些症状? / 104
- 228. 西医如何治疗肥胖症? / 104
- 229. 中医如何治疗肥胖症? / 105
- 230. 如何预防肥胖症? / 106

二、外科常见病防治

- 1. 什么是痔疮? / 107
- 2. 痔疮有哪些症状? / 107
- 3. 西医如何治疗痔疮? / 108
- 4. 中医如何治疗痔疮? / 108
- 5. 痔疮患者有哪些禁忌? / 109
- 6. 如何预防痔疮? / 109
- 7. 什么是肛裂? / 110
- 8. 肛裂有哪些症状? / 110
- 9. 西医如何治疗肛裂? / 111
- 10. 中医如何治疗肛裂? / 111
- 11. 如何预防肛裂? / 111
- 12. 什么是肛瘘? / 112
- 13. 肛瘘有哪些症状? / 112
- 14. 西医如何治疗肛瘘? / 112
- 15. 中医如何治疗肛瘘? / 113
- 16. 如何预防肛瘘? / 113
- 17. 什么是疝? / 114

目录

C O N T E N T S



18. 疖有哪些症状? / 114
19. 西医如何治疗疖? / 114
20. 中医如何治疗疖? / 115
21. 如何预防疖? / 115
22. 什么是丹毒? / 115
23. 丹毒有哪些症状? / 116
24. 如何治疗丹毒? / 116
25. 如何预防丹毒? / 117
26. 什么是急性淋巴结炎? 该病有什么症状? / 117
27. 西医如何治疗急性淋巴结炎? / 118
28. 中医如何治疗急性淋巴结炎? / 118
29. 如何预防急性淋巴结炎? / 119
30. 什么是阑尾炎? / 119
31. 阑尾炎有哪些症状? / 119
32. 如何治疗阑尾炎? / 120
33. 如何预防阑尾炎? / 120
34. 什么是肠梗阻? / 121
35. 肠梗阻有哪些症状? / 121
36. 西医如何治疗肠梗阻? / 121
37. 中医如何治疗肠梗阻? / 122
38. 如何预防肠梗阻? / 122
39. 什么是急性腹膜炎? / 123
40. 急性腹膜炎有哪些症状? / 123
41. 如何治疗急性腹膜炎? / 123
42. 什么是乳腺炎? / 124
43. 乳腺炎有哪些症状? / 124
44. 西医如何治疗乳腺炎? / 124
45. 中医如何治疗乳腺炎? / 125
46. 哪些食疗法可以治疗乳腺炎? / 125
47. 如何预防乳腺炎? / 125
48. 什么是脉管炎? / 126
49. 脉管炎有哪些症状? / 126

目录

CONTENTS



50. 西医如何治疗脉管炎? / 127

51. 中医如何治疗脉管炎? / 127

52. 如何预防脉管炎? / 128

三、妇科常见病防治

1. 什么是月经不调? / 129

2. 月经不调有哪些症状? / 129

3. 西医如何治疗月经不调? / 130

4. 中医如何治疗月经不调? / 130

5. 哪些食疗法可以治疗月经不调? / 131

6. 月经不调者应注意哪些生活宜忌? / 131

7. 什么是痛经? / 132

8. 痛经有哪些症状? / 132

9. 西医如何治疗痛经? / 132

10. 中医如何治疗痛经? / 133

11. 哪些食疗法可以治疗痛经? / 133

12. 痛经者应注意哪些饮食宜忌? / 134

13. 如何预防痛经? / 134

14. 什么是功能性子宫出血? / 135

15. 功能性子宫出血有哪些症状? / 135

16. 西医如何治疗功能性子宫出血? / 135

17. 中医如何治疗功能性子宫出血? / 136

18. 哪些食疗法可以治疗功能性子宫出血? / 137

19. 如何预防功能性子宫出血? / 137

20. 什么是闭经? / 137

21. 西医如何治疗闭经? / 138

22. 中医如何治疗闭经? / 138

23. 如何预防闭经? / 139

24. 什么是阴道炎? 常见的阴道炎有哪几类? / 139

25. 什么是滴虫性阴道炎? / 140

26. 滴虫性阴道炎有哪些症状? / 140

27. 西医如何治疗滴虫性阴道炎? / 140

目录

CONTENTS



28. 中医如何治疗滴虫性阴道炎? / 141
29. 如何预防滴虫性阴道炎? / 141
30. 什么是霉菌性阴道炎? / 141
31. 霉菌性阴道炎有哪些症状? / 142
32. 西医如何治疗霉菌性阴道炎? / 142
33. 中医如何治疗霉菌性阴道炎? / 142
34. 如何预防霉菌性阴道炎? / 143
35. 什么是非特异性阴道炎? 该病有哪些症状? / 143
36. 西医如何治疗非特异性阴道炎? / 143
37. 中医如何治疗非特异性阴道炎? / 144
38. 什么是老年性阴道炎? / 144
39. 老年性阴道炎有哪些症状? / 144
40. 西医如何治疗老年性阴道炎? / 145
41. 中医如何治疗老年性阴道炎? / 145
42. 如何预防老年性阴道炎? / 145
43. 什么是外阴瘙痒症? 该病有哪些症状? / 146
44. 西医如何治疗外阴瘙痒? / 146
45. 中医如何治疗外阴瘙痒? / 147
46. 如何预防外阴瘙痒? / 147
47. 什么是子宫颈炎? / 147
48. 子宫颈炎有哪些症状? / 148
49. 西医如何治疗子宫颈炎? / 148
50. 中医如何治疗子宫颈炎? / 149
51. 哪些食疗法可以治疗子宫颈炎? / 149
52. 如何预防子宫颈炎? / 150
53. 什么是盆腔炎? / 150
54. 盆腔炎有哪些症状? / 150
55. 西医如何治疗盆腔炎? / 151
56. 中医如何治疗盆腔炎? / 151
57. 哪些食疗法可以治疗盆腔炎? / 152
58. 如何预防盆腔炎? / 152
59. 什么是不孕症? 引起不孕症的原因有哪些? / 153

目录

CONTENTS



60. 西医如何治疗不孕症? / 153
61. 中医如何治疗不孕症? / 154
62. 哪些食疗法可以治疗不孕症? / 154
63. 如何预防不孕症? / 155
64. 什么是流产? / 155
65. 流产有哪些症状? / 155
66. 造成流产的原因有哪些? / 156
67. 西医如何治疗流产? / 157
68. 中医如何治疗先兆流产? / 157
69. 中医如何治疗习惯性流产? / 158
70. 如何预防流产? / 158
71. 什么是宫外孕? 造成宫外孕的原因有哪些? / 159
72. 宫外孕有哪些症状? / 159
73. 西医如何治疗宫外孕? / 160
74. 中医如何治疗宫外孕? / 160
75. 什么是早产? 早产儿有哪些特征? / 160
76. 造成早产的原因有哪些? / 161
77. 如何预防早产? / 161
78. 什么是更年期综合征? / 162
79. 更年期综合征有哪些症状? / 162
80. 西医如何治疗更年期综合征? / 163
81. 中医如何治疗更年期综合征? / 163
82. 哪些食疗法可以治疗更年期综合征? / 164
83. 如何预防更年期综合征? / 164

四、男科常见病防治

1. 什么是前列腺炎? / 165
2. 急性前列腺炎有哪些症状? / 165
3. 慢性前列腺炎有哪些症状? / 165
4. 西医如何治疗前列腺炎? / 166
5. 中医如何治疗慢性前列腺炎? / 166
6. 慢性前列腺炎有哪些外治法? / 167