

健康大白话

丛书主编◎钟南山

胃肠病



刘新光 戴晓玲◎编著

北京大学第一医院消化内科主任

你知道吗，胃肠病是世界上发病人数最多的疾病。几乎每个人一生中都会碰到胃肠病问题。普通人群中消化不良的占10%~15%。强健的肠胃是健康的保障。怎样让我们的肠胃强健起来？本书介绍了方方面面的知识，每个人都可从中受益。



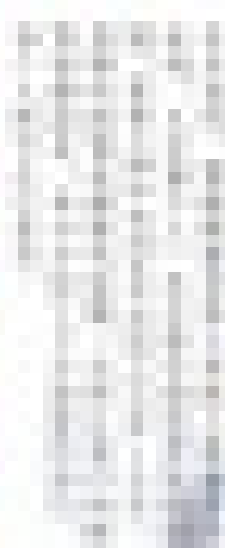
科学出版社
www.sciencep.com

胃腸病

胃腸病



胃腸病



⊕ 健康大白话

丛书主编◎钟南山

胃肠病



刘新光 戴晓玲◎编著

北京
科学出版社



内 容 简 介

本书从胃肠病的症状及出现症状后的就医问题入手,详细介绍了胃肠病的基本知识,其中包括针对急性胃炎、痢疾、胃食管反流病和反流性食管炎、慢性胃炎、消化性溃疡、功能性消化不良、肠易激综合征、溃疡性结肠炎、慢性胆囊炎等常见胃肠病和消化道癌的预防与治疗知识,并对胃肠道病人治疗及日常生活中应注意的问题做了通俗、实用的讲解。本书既能让读者知道在出现症状时该如何去看病、自己该采取什么样的措施,也能了解患了某种胃肠病时应该注意哪些问题,实用性非常强。

本书适合关心健康的普通大众、社区基层医疗卫生工作者及医学科普工作者阅读。

图书在版编目 (CIP) 数据

胃肠病/刘新光,戴晓玲编著. —北京:科学出版社,2010

(健康大白话/钟南山主编)

ISBN 978-7-03-026315-5

I. 胃… II. ①刘… ②戴… III. 胃肠病-诊疗 IV. R573

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 241484 号

策划编辑:胡升华 / 责任编辑:牛 玲 刘 晶 / 责任校对:张小霞

责任印制:赵德静 / 插图绘制:王 燕 / 封面设计:Z2 书装

编辑部电话:010-64035853

E-mail:houjunlin@mail.sciencep.com

科 学 出 版 社 出 版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

中国科学院印刷厂印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2010 年 1 月第 一 版 开本: B5 (720×1000)

2010 年 1 月第一次印刷 印张: 9 3/4

印数: 1—6 000 字数: 130 000

定价: 24.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

丛书编委会

- | | | |
|---------|-----|---------------------------------------|
| 主 编 | 钟南山 | 中华医学会会长
中国工程院院士 |
| 副 主 编 | 刘 谦 | 卫生部副部长、教授 |
| | 祁国明 | 中华医学会副会长 |
| 编 委 | 杨 青 | 卫生部妇幼保健与社区卫生司司长 |
| | 李 普 | 科技部政策法规与体制改革司副司长 |
| | 刘雁飞 | 中华医学会副秘书长 |
| | 胡升华 | 科学出版社科学人文出版中心主任 |
| | 唐 芹 | 中华医学会科普部副主任、社会医学研究员 |
| 执 行 主 编 | 胡大一 | 北京大学人民医院心血管病研究所所长 |
| 执行副主编 | 汪 晶 | 好健康人人有健康教育中心 |
| | 彭 犁 | 好健康人人有健康教育中心 |
| 执 行 编 委 | 纪立农 | 北京大学人民医院内分泌科主任 |
| | 李春盛 | 北京朝阳医院急诊科主任 |
| | 边旭明 | 北京协和医院妇产科副主任、产科主任、教授 |
| | 李 竹 | 北京大学教授、卫生部生殖健康专家委员会专家 |
| | 王 兴 | 北京大学口腔医院教授、中国口腔医学会会长 |
| | 朱秀安 | 北京大学眼科中心教授 |
| | 孙承业 | 中国疾病预防控制中心中毒控制中心常务副主任 |
| | 刘新光 | 北京大学第一附属医院消化内科教授、中国医师协会
消化医师分会主任委员 |
| | 戴晓玲 | 河北医科大学附属中医院教授 |
| | 高 瞻 | 好医生医学教育中心 |
| | 周熹微 | 好健康人人有健康教育中心 |
| | 王路大 | 好健康人人有健康教育中心 |



我国有 13 亿人。在全面建设社会主义小康社会的过程中，党和政府一直把促进城乡居民的健康作为一项十分重要的工作。健康促小康，小康促健康。城乡居民人人享有健康，是我们奋斗的目标。

实现城乡居民人人享有健康，需要完善城乡卫生服务体系，建立和完善覆盖全体居民的医疗卫生保障制度，培养一支高素质的卫生服务队伍。同时，要让城乡居民多懂得一点医学知识。

知识就是力量。公众掌握了必须懂得的医学知识，就能够自觉行动起来，逐步树立有利于健康的卫生习惯、生活习惯和就医习惯，改变有害的、不科学的生活方式，为自身的健康而努力。

面向公众普及医学知识，应该成为医疗卫生工作者的天职。

参与《健康大白话》这套书编写的，主要是一批有志于向公众普及医学知识的学者。他们为丛书倾注了大量心血，提供了公众必需的防治疾病和促进健康的科学知识。为了使这套丛书更加通俗易懂，编写者下了不少功夫，除了在专业内容的通俗表达上做了许多努力外，还为许多内容配上了多幅生动的插图。

衷心希望这套丛书能够让读者读得懂，真正起到传播和提供医学科学知识的作用，架设起医学专家与公众之间沟通的桥梁，同时也为探索面向公众普及医学知识的更好方式起到应有的作用。

钟南山

前言

随着国家经济的发展，人们生活水平不断提高，对自己的生活质量也越来越关注，“吃饱就好”的观念早就更新为“要吃出健康”的理念。但是，究竟怎样才能“吃出健康”，很多人还不清楚。

消化系统功能正常是“吃出健康”的基本保证之一。消化系统是人体最大的一组器官，包括食管、胃、小肠、大肠、胆囊与胆管、肝脏和胰腺等，担负着人体的消化与吸收功能。无论消化系统中的哪个器官出了问题，都会影响全身健康，严重的甚至还会威胁生命。所以，应该保护好自己的胃肠，维护好其功能。

目前，在我国，胃肠疾病是威胁公众健康的多发病、常见病之一。为此，我与戴晓玲医师合作编著了这本采用问答形式的医学科普读物，向读者介绍胃肠病的基本知识，解答如何早期发现胃肠疾病、如何去医院就医问药、如何得到规范诊断和治疗、如何减少或避免由疾病带来的痛苦及得病后如何调理自己的生活和饮食等问题。

本书的编写力求科学、实用、简明、通俗，期望读者能通过阅读此书，学到保护胃肠、维护其功能的知识和方法，提高健康水平，使日子过得更好。

北京大学教授、北京大学第一医院消化内科教授

刘新光



常见胃肠病常识自我测试表

《健康大白话》丛书序

前言

人的胃肠道

胃肠病早期症状



腹胀

- 你有过腹胀的感觉吗? / 006
- 有腹胀的感觉就一定是有病吗? / 006
- 得哪些疾病可能会发生腹胀? / 007
- 在什么情况下腹胀应该马上找医生? / 007
- 自己可以采用什么办法减轻轻度腹胀? / 008



腹痛

- 怎样认识“谜”一样的腹痛? / 009
- 什么情况下的腹痛应马上找医生? / 010
- 看病时如何向医生讲清楚腹痛的情况? / 011
- 腹痛发生时要特别注意什么? / 013



呕吐

- 呕吐是怎么回事? / 014
- 呕吐可能是哪些常见胃肠病的信号? / 015
- 还有哪些全身疾病可以引起呕吐? / 016
- 有呕吐症状的病人需要告诉医生些什么? / 017



发生呕吐时怎么办? / 018



腹泻

腹泻是怎么回事? / 020

哪些疾病可以引起腹泻? / 020

什么情况下的腹泻应该马上找医生? / 021

腹泻病人看病时需要告诉医生些什么? / 021

发生急性腹泻时应该注意什么? / 022

慢性腹泻病人应该注意什么? / 023



便秘

什么是便秘? / 024

哪些疾病和不良习惯容易引起便秘? / 024

便秘有哪些害处? / 025

什么情况下的便秘应尽快找医生? / 025

便秘病人看病时应向医生说些什么? / 026

便秘病人应怎样调整饮食? / 027

便秘病人怎样调整生活习惯? / 028

在家怎样使用灌肠和药物帮助便秘病人解大便? ... / 028



便血与黑便

便血和黑便是怎么回事? / 029

什么情况下的便血应该马上看医生? / 030

发现便血或黑便的病人需要告诉医生些

什么? / 031



烧心

烧心是怎么回事? / 031



为什么出现烧心症状时应该及时去医院

看病? / 032

有哪些办法可以帮助缓解烧心情况? / 032



吞咽困难

什么是吞咽困难? / 033

出现什么样的吞咽困难一定要去看医生? / 033

发生吞咽困难应告诉医生些什么? / 034

诊断胃肠疾病常用的检查方法



粪便检查

怎样看粪便检查结果? / 036

粪便检查对医生诊断胃肠病有什么作用? / 036

为什么有时医生要求病人做粪便细菌培养? / 037

留取粪便时需要注意哪些问题? / 037



胃肠道钡剂造影检查

什么是胃肠道钡剂造影检查? / 038

如何配合医生进行钡剂造影检查? / 039



内镜检查

什么是内镜? / 040

胃镜检查前后应做些什么? / 041

哪些人不适合做胃镜检查? / 042

接受结肠镜检查前后应做些什么? / 042

哪些人不适合做结肠镜检查? / 043

接受消化内镜检查会很痛苦吗? / 043

接受消化内镜检查会对身体有损害吗? / 044



幽门螺杆菌检查

- 什么是幽门螺杆菌? / 044
- 什么情况下需要做幽门螺杆菌检查? / 045
- 怎样可以检查出幽门螺杆菌感染? / 046

常见急性胃肠病



急性胃炎

- 什么情况下可能是得了急性胃炎? / 048
- 怀疑得了急性胃炎怎么办? / 048
- 如何预防急性胃炎的发生? / 049



痢疾

- 痢疾是怎么回事? / 050
- 急性痢疾病人有哪些常见的表现? / 051
- 急性痢疾病人在治疗中应注意什么? / 052
- 痢疾是怎么传染的? / 052
- 痢疾杆菌可以被杀灭吗? / 053
- 怎样避免传染上痢疾? / 053

胃食管反流病和反流性食管炎

- 胃食管反流病是怎么回事? / 056
- 哪些情况下容易得胃食管反流病? / 057
- 出现哪些信号有可能是得了胃食管反流病? / 057
- 反流性食管炎是怎么回事? / 058
- 反流性食管炎可以造成什么严重后果? / 059
- 医生主要依据什么诊断胃食管反流病? / 059
- 胃食管反流病病人生活中应注意些什么? / 060



医生怎样治疗胃食管反流病?	/ 061
怎样配合医生进行胃食管反流病的治疗?	/ 062

慢性胃炎

慢性胃炎是怎么回事?	/ 064
慢性胃炎病人常有哪些不舒服的感觉?	/ 064
诊断慢性胃炎时为什么需要做胃镜和病理 检查?	/ 065
怀疑慢性胃炎时为什么需要做幽门螺杆菌 检查?	/ 066
不适合接受胃镜检查者怎么办?	/ 066
抗生素对治疗慢性胃炎有作用吗?	/ 066
哪些药物能够缓解慢性胃炎病人的症状?	/ 067
为什么要使用保护胃黏膜的药?	/ 067
中药对治疗慢性胃炎有作用吗?	/ 068
“补药”对治疗慢性胃炎有作用吗?	/ 068
服用治疗慢性胃炎的药物时应注意什么?	/ 068
慢性胃炎病人经治疗症状消失后还需继续 服药吗?	/ 069
为什么慢性胃炎病人在治疗期间要定期 复查?	/ 070
慢性胃炎病人如何合理安排饮食?	/ 071
尽量少吃饭对慢性胃炎病人的治疗有 好处吗?	/ 072
保持精神愉快对慢性胃炎的治疗有什么 作用?	/ 072
慢性胃炎病人日常生活还应注意什么?	/ 073
慢性胃炎可以治好吗?	/ 074

功能性消化不良

- 功能性消化不良是一种什么病? / 076
- 功能性消化不良病人通常有哪些症状? / 076
- 功能性消化不良病人症状的出现有哪些特点? / 077
- 医生怎样诊断功能性消化不良? / 078
- 治疗功能性消化不良有特效药吗? / 078
- 功能性消化不良病人应该注意什么? / 079

消化性溃疡

- 消化性溃疡是怎么回事? / 082
- 哪些人容易得消化性溃疡? / 082
- 消化性溃疡引起的腹痛有哪些特点? / 083
- 为什么有些消化性溃疡病人没有感觉腹痛? / 085
- 除腹痛外, 消化性溃疡病人还可能出现哪些表现? / 086
- 为什么老年人要对消化性溃疡更加警惕? / 086
- 儿童也会得消化性溃疡吗? / 087
- 诊断消化性溃疡需做哪些检查? / 087
- 为什么得了消化性溃疡要及时治疗? / 089
- 哪些药物可以治疗消化性溃疡? / 090
- 中药能治疗消化性溃疡吗? / 090
- 消化性溃疡病人服用药物应注意什么? / 090
- 哪些消化性溃疡病人必须接受手术治疗? / 092
- 消化性溃疡病人日常生活应注意什么? / 092
- 消化性溃疡能治好吗? / 093



肠易激综合征

肠易激综合征是怎么回事？	/ 096
哪些人容易得肠易激综合征？	/ 096
肠易激综合征病人有哪些常见的表现？	/ 097
医生如何诊断肠易激综合征？	/ 097
医生使用哪些药物治疗肠易激综合征？	/ 098
肠易激综合征病人日常生活应注意什么？	/ 099

溃疡性结肠炎

溃疡性结肠炎是怎么回事？	/ 102
溃疡性结肠炎病人有哪些常见的表现？	/ 102
诊断溃疡性结肠炎需做哪些检查？	/ 103
医生使用哪些药物治疗溃疡性结肠炎？	/ 104
溃疡性结肠炎病人日常生活应注意什么？	/ 104
怎样避免溃疡性结肠炎复发？	/ 105

慢性胆囊炎

慢性胆囊炎是怎么回事？	/ 108
哪些人容易得慢性胆囊炎？	/ 109
慢性胆囊炎病人有哪些常见的表现？	/ 109
诊断慢性胆囊炎需做哪些检查？	/ 110
哪些慢性胆囊炎病人需要接受手术摘除胆囊？	/ 111
慢性胆囊炎病人如何进行饮食调理？	/ 111

消化道恶性肿瘤（癌）



消化道恶性肿瘤常识

什么是肿瘤？	/ 114
良性肿瘤和恶性肿瘤各有什么特点？	/ 114

常见的消化道恶性肿瘤有哪些？	114
肿瘤治疗一般采取哪些方法？	115
中药对癌症治疗有哪些积极作用？	116
什么是癌症的综合治疗？	116
癌症病人一定要坚持复查吗？	116



食管癌

为什么一定要坚持早期发现和早期治疗食

管癌？	117
食管癌早期可能出现哪些信号？	118
哪些检查可以帮助及早发现食管癌？	119
得了食管癌应该接受手术治疗吗？	119
食管癌病人治疗中应注意什么？	120
如何尽量减少得食管癌的可能？	120



胃癌

为什么不能小看胃癌？	121
为什么胃癌不容易早期发现？	121
要特别重视哪些胃癌发生的信号？	122
为什么年轻人更应该警惕胃癌的发生？	123
诊断胃癌需要做哪些检查？	123
得了胃癌一定要及时接受手术吗？	123
如何尽量减少得胃癌的可能？	124



肝癌

你对肝癌了解多少？	125
哪些人更容易得肝癌？	125
肝癌能够早期发现吗？	126



肝癌病人有哪些表现？	/ 126
肝癌治疗首选什么方法？	/ 127
如何尽量减少得肝癌的可能？	/ 127



胰腺癌

你对胰腺癌了解多少？	/ 128
如何尽早发现胰腺癌？	/ 128
胰腺癌治疗主要选用什么方法？	/ 129



大肠癌

你了解大肠癌吗？	/ 129
哪些人容易得大肠癌？	/ 130
发生哪些现象应想到有可能是早期大肠癌的 信号？	/ 130
可能得大肠癌的人应该怎样定期去医院做 检查？	/ 131
常规体检中肛门指检对发现直肠癌有 意义吗？	/ 132
诊断大肠癌主要需做哪些检查？	/ 132
治疗大肠癌主要选用什么方法？	/ 133
如何尽量减少得大肠癌的可能？	/ 133



人的胃肠道

