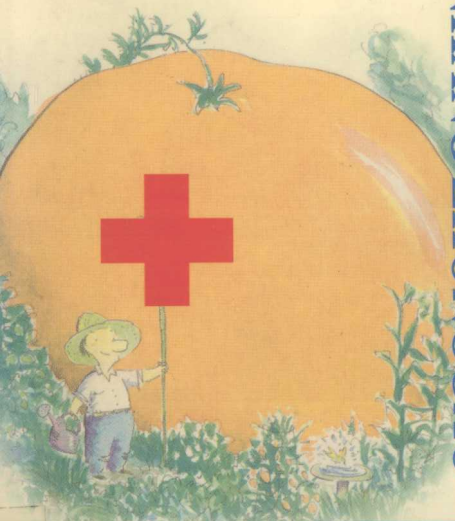


中国
社会
出版
社

● 林玉珍 龚健 编

MINGYUAN DE JIANKANG ZHONGGAO

名院的健康忠告



本书将北京一些著名医院对外张贴的有关医学和健康的科普知识汇集成册，向您介绍我们在日常生活中可能遇到的有关疾病的预防与治疗等方面的知识。希望它能为您的健康生活有所帮助

名院的健康忠告

林玉珍 龚 健 编

中国社会出版社

图书在版编目(CIP)数据

名院的健康忠告/林玉珍, 龚健编. —北京: 中国社
会出版社, 2003. 11

ISBN 7-80146-910-0

I. 名… II. ①林… ②龚… III. 疾病-防治-普及读物

IV. R4-49 R4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 107106 号

书 名: 名院的健康忠告

编 者: 林玉珍 龚健

责任编辑: 张铁纲

出版发行: 中国社会出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电 话: 66051698 传 真: 66051713

欢迎读者拨打免费热线 8008108114 或登录 WWW.bj114.com.cn 查询相关信息

经 销: 各地新华书店

印刷装订: 北京京海印刷厂

开 本: 850mm × 1168mm 1/32

印 张: 11

字 数: 295 千字

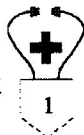
版 次: 2004 年 1 月第 1 版

印 次: 2004 年 5 月第 2 次印刷

书 号: ISBN 7-80146-910-0/R·22

定 价: 20.00 元

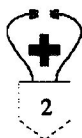
(凡中国社会版图书有缺漏页、残破等质量问题, 本社负责调换)



写在前面的话

拥有一个健康的身体，远离疾病，恐怕是每一个人都十分渴望的。对于一个健康的人来说，当你健康的时候，怎样保持健康状态，怎样才能对自己的身体状况了如指掌；对于一个染上疾病的患者来说，自己所患疾病严重程度如何，怎样才能尽快康复，这是他十分企盼的。因此，拥有健康，懂得一定的医学和治疗疾病的常识，恐怕随着人们生活水平的提高，它在人们生活中的位置变得越来越重要。给大家献上的这部《名院的健康忠告》一书，就能为您解决这样的问题给以帮助。

本书收集了北京一些著名医院陈列或张贴的介绍有关健康和疾病预防、治疗方面的知识和方法。这些内容文字浅显，科学性强，涉及范围相当广泛。它既介绍了拥有健康应具备的一般知识，也介绍了各种疾病的特征、病理、治疗方法，告诉大家怎样预防疾病，告诉人们在患病之后应该如何去做；同时它还就大家在日常生活中可能遇到的急救的方法乃至科学服药的知识作了



详尽的介绍。它涉及了内科、外科、妇科、儿科、皮肤科、耳鼻喉科、口腔科等等。这些有益的医学科普知识通常只能让那些去医院看病的患者读到,或许也还有一些人未曾在意过这些内容。总之,接触的人群范围不能说是广大的。今天我们把它收集起来,合理地加以编排,荟集成册,就是想让更多的社会成员对健康和疾病有所认识,让它服务于更多的人。

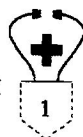
本书所编入的内容多是一些通俗易懂的医学普及知识,诸如常见病的症状、常用药的功效;注重实用性和可操作性,例如根据一些症状自我诊断疾病,科学地用药等等。另外还有保健专题、家庭急救方法等方面的内容,大家通过阅读本书,可以让你在正常的生命状态下即健康的时候继续拥有健康,也可以在疼痛、难受、疾病的不正常的生命状态下了解自己所处的状况,做到心中有数,科学地、充满信心地去战胜疾病。

每一个读者如果都能拥有一些健康的常识,都能掌握一些有关疾病的知识,这样就可能远离疾病,拥有健康。这也正是我们编辑此书的初衷,也是广大医务工作者所希望的。最后,我们要感谢给我们提供如此丰富医学健康知识的医疗部门,感谢给我们提供出版机会的出版社。

自己的健康是自己的责任。拥有健康,才能拥有多彩的人生,要想营造多彩的人生,必须拥有健康!

本书编者

2003.10



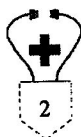
目 录

眼科

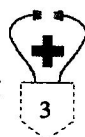
- 眼白出血是怎么回事?(1)
- 怎样鉴别真性和假性近视眼?(1)
- 得了麦粒肿怎么办?(2)
- 常见的眼部传染病——急性结膜炎(3)
- 现代干眼症(3)
- 烤肉吃多了也会近视(4)
- 有关沙眼病的几个常识(4)
- 病毒性结膜炎简介(5)
- 如何观察瞳孔的变化?(5)

口腔科

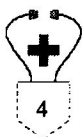
- 老年人的口腔癌及癌前病变(6)
- 女性拔牙敏感期(7)
- 牙签——餐后必备?(7)
- 您知道维生素 C 缺乏症(坏血病)吗?(8)
- 治疗舌炎要综合补充维生素(8)
- 哪些血液病的病人有口腔损害?(9)
- 为什么会有口角炎?(9)
- 最常见的牙周炎是哪种?(10)



怎样拟定牙周病的治疗计划?	(10)
青春期前不会发生牙周炎吗?	(11)
青少年牙周病有什么特点? 怎样治疗?	(11)
什么是复合性牙周炎?	(11)
什么是急性多发性龈脓肿?	(12)
什么是急性坏死溃疡性龈炎?	(12)
牙周组织病分哪几类?	(13)
怎样防治牙龈出血?	(13)
倒牙(牙本质过敏)是怎么回事?	(14)
年纪大了才会牙齿松动吗?	(14)
口臭是怎么引起的?	(15)
我们的牙齿为什么会有楔状缺损?	(15)
牙齿折断了怎么办?	(16)
牙齿发育异常有哪些?	(16)
您需要洗牙吗?	(17)
多生牙怎么办?	(17)
除了刷牙以外清洁牙齿的方法有哪些?	(17)
怎样做才算正确的刷牙?	(18)
正常牙齿的构造及牙齿颜色	(18)
牙齿颜色异常的原因为何?	(19)
变色牙齿的处置	(19)
可以引起牙痛的疾病有哪些?	(20)
人为什么会牙痛?	(20)
医生怎样记录你的牙齿?	(21)
牙齿是怎样分类的?	(21)
口腔有什么功能, 由哪些器官组成?	(22)



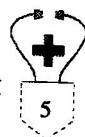
牙齿也能发生肿瘤	(22)
牙龈疾病与糖尿病有关	(23)
口腔溃疡治疗简方 4 则	(23)
慢性复发性腮腺炎有什么临床表现?	(24)
怎样治疗慢性复发性腮腺炎?	(24)
急性化脓性腮腺炎是怎样发生的?	(25)
怎样预防急性化脓性腮腺炎?	(25)
急性化脓性腮腺炎应与哪些疾病相鉴别?	(25)
化脓性颌骨骨髓炎有何临床表现?	(26)
什么是舍格伦综合征?	(26)
舌下腺囊肿应与哪些疾病相鉴别?	(27)
怎样用中医药治疗口腔颌面部炎症?	(27)
口唇干燥、皲裂、脱屑是病吗?	(28)
唇炎就是口唇糜烂吗?	(28)
哪些因素可致舌头疼痛?	(29)
地图舌是怎么回事?	(29)
舌炎有哪几种,怎样防治?	(30)
艾滋病的口腔表征有哪些?	(31)
淋病的口腔表征有哪些?	(31)
梅毒的口腔表征有哪些?	(31)
龋齿是怎样形成的?	(32)
儿童上颌前部多生牙及其处理	(33)
牙齿单侧咀嚼危害大	(33)
打鼾对人体的害处	(33)
不容忽视的口腔溃疡	(34)
口腔中的细菌	(35)



牙齿常出血是什么原因?	(35)
中药能治疗唇炎吗?	(36)
口唇变厚也是唇炎吗?	(36)
口腔不洁易导致心肌梗塞	(37)
孩子患龋齿,责任在父母	(37)
刷牙,不能全面护齿!	(38)
牙周袋是怎样形成的,它有什么样的表现?	(39)
什么是牙周萎缩?	(39)
牙龈增生性病变包括哪些?	(39)
青春期最易患的牙龈病是什么?	(40)
磨牙症对人有什么影响?	(40)
什么是药物过敏性口炎与接触性口炎?	(41)
什么是带状疱疹,有何口腔表现,怎样治疗?	(41)
念珠菌性口炎的临床表现是什么?	(42)
舌癌有什么临床特点?	(42)
口腔颌面部有哪些癌症?	(43)
保护“守门官”牙齿	(43)
智齿冠周炎	(44)

耳鼻喉科

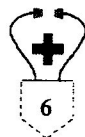
变态反应性鼻炎	(46)
耳聋性药物使用原则	(46)
药物中毒性耳聋的临床表现	(47)
哪些药物能引起耳聋?	(47)
应重视听力筛查	(48)
如何早期发现孩子耳聋?	(48)



怎样处理咽部异物？	(49)
警惕——气管异物可能危及生命	(49)
含片对咽炎的作用	(50)
耳朵眼里长疖子	(50)
预防耳疖——游泳要注意	(51)
怎样处理耳廓外伤	(51)
小心耳廓冻伤	(52)
耳朵里进了小虫子怎么办？	(52)
梅尼埃氏病	(53)
鼻子出血	(53)
鼻炎	(53)
什么是过敏性鼻炎？	(54)
鼻子上的疖子	(54)
急性鼻咽炎	(55)
急性咽炎	(55)
慢性咽炎	(55)
不要忽视急性扁桃体炎	(56)
急性喉炎	(56)
急性会厌炎	(57)
嗓子被鱼刺等异物卡住了怎么办？	(57)
喉阻塞	(57)

呼吸内科

你会选择感冒药吗？	(59)
呼吸窘迫综合症的早期表现	(60)
气候干燥时易发急性气管炎	(60)



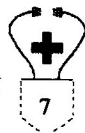
急性气管炎患者该不该到医院就诊？	(61)
支气管哮喘(简称哮喘)	(61)
激发哮喘的7个因素	(61)
哮喘病发作的时候怎么办？	(62)
哮喘病患者自我保养的关键四步	(62)
您明白咳嗽是怎么回事吗？	(63)
人工呼吸要先打通气道	(63)

肾内科

排尿困难也是病	(65)
尿路感染	(65)
肾炎的基础治疗	(66)
急性肾小球肾炎	(67)

消化内科

胃、食道反流病是什么？	(68)
旅行性腹泻的防治	(69)
怎样预防急性腹泻？	(69)
腹泻应当到医院吗？	(70)
胃溃疡患者的饮食五忌	(70)
急性胃炎是怎么引起的？	(70)
慢性胆囊炎	(71)
急性胆囊炎	(71)
如何确诊慢性胃炎？	(72)
得了慢性胃炎怎么办？	(72)



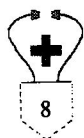
是什么引起了消化不良?	(72)
消化性溃疡	(73)
消化性溃疡病人的注意事项	(74)
胃十二指肠溃疡患者要警惕的异常症状	(74)
脂肪肝不等于肝硬化	(75)
肝炎,您了解多少?	(75)
乙型肝炎是怎样传染的?	(76)
拒绝乙肝五部曲	(77)
肝炎患者怎样进行饮食调理?	(77)
便秘—不可忽视的健康大敌	(78)
不可忽视的肠道疾病——蛔虫病	(79)
教您的孩子预防蛔虫病	(79)
蛔虫导致的剧烈病痛	(80)

内分泌科

糖尿病的早期发现	(81)
高血糖有什么危害?	(81)
怎样预防运动低血糖?	(82)

心血管内科

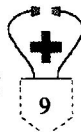
高血压的治疗误区	(84)
二尖瓣狭窄的并发症	(85)
扩张型心肌病的临床表现	(85)
动脉粥样硬化的一般防治措施	(86)
及早检查,发现冠心病	(86)



什么人容易患冠心病?	(87)
心绞痛	(88)
心肌梗死的症状	(89)
秋冬季高血压患者谨防脑卒中	(89)
高血压者莫服避孕药	(90)
急性心功能不全是怎样发生的?	(90)
合理应用利尿剂	(91)
心脏病发作的早期信号	(92)
心病勿当胃病治	(92)
低血压也是病	(93)
低血压的定义及分类	(93)
冠心病病人舌下含药有学问	(94)
中风的诱因	(94)
莫把更年期心悸当成心脏病	(95)
脑出血与脑梗塞的鉴别	(95)
中风加重便秘	(96)
心动过缓是怎么回事?	(96)
低血压的临床表现	(97)
腿部痉挛 大病随后而来	(97)
怎样预防动脉粥样硬化?	(98)
便秘可致真出血	(98)
鼻出血继发中风	(98)

神经内科

中风的临床表现	(99)
什么是癫痫病?	(99)



加强预防,降低癫痫发病率	(100)
严冬要防脑出血	(100)
怎样早期发现脑动脉硬化?	(101)
怎样区别脑瘤和血管性头痛?	(102)
高血压脑病是怎么回事?	(102)
“歪嘴子”——面神经麻痹	(103)
原发性三叉神经痛的治疗方法有哪些?	(103)
什么是三叉神经痛? 应注意与哪些疾病相鉴别?	(103)
原发性面肌痉挛有什么特点?	(104)
神经症的诊断	(104)

结缔组织病

红斑狼疮	(106)
干燥综合症	(106)

血液病

再生障碍性贫血	(108)
生活中要注意预防和治疗缺铁性贫血	(108)

皮肤科

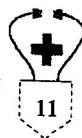
疥疮结节是怎样形成的,怎样治疗?	(110)
哪些外用药可治疗疥疮?	(110)
股癣有什么特征?	(111)
股癣的病原体是什么?	(111)
股癣是性病吗?	(111)



出现阴虱病常伴有那些症状?	(112)
阴虱病的传染途径是什么?	(112)
阴虱病的临床表现	(113)
中药百部能治疗阴虱病吗?	(113)
传染性软疣是怎样一种病	(113)
传染性软疣有哪些临床特点?	(114)
什么是腹股沟肉芽肿?	(114)
头皮屑多会导致脱发?	(115)
脱发与脂溢性皮炎	(115)
不可忽视的尿布皮炎	(116)
手脚皸裂	(116)
皮肤皸裂的诱因	(117)
冬季极常见的皮肤病——冻疮	(117)
手脚癣	(118)
怎样治疗手脚癣?	(118)
几种常见的疣(瘰子)	(119)
荨麻疹的病因及病症表现	(120)
儿童常见皮肤病——丘疹性荨麻疹	(120)
单纯疱疹简介	(121)
脓疱疮	(121)
接触性皮炎是怎么回事?	(122)
接触性敏感性皮炎患者应注意复发	(122)
情绪激动也会诱发皮肤病——神经性皮炎	(123)

性病科

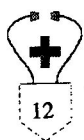
尖锐湿疣常伴发哪些疾病?	(124)
--------------------	-------



有哪些中药外洗方能治疗尖锐湿疣?	(125)
性病的新概念	(125)
目前对艾滋病如何进行治疗?	(127)
梅毒是何时传入中国的?	(127)
梅毒性扁平湿疣是什么?	(127)
如何自查一期梅毒?	(128)
如何自查二期梅毒?	(128)
非淋菌性尿道炎和淋病有何不同?	(129)
染上淋病后会立刻产生症状吗?	(129)
如何自查外阴及阴道念珠菌病?	(129)
中医是怎样认识生殖器念珠菌病的?	(130)
怎样自我防护生殖器滴虫病?	(131)
用药液冲洗阴道能否治疗细菌性阴道病?	(131)
中医怎样治疗细菌性阴道病,常分几型治疗?	(132)
怎样治疗细菌性阴道病?	(132)
生殖器疱疹与子宫颈癌的关系如何?	(133)
生殖器疱疹与妊娠的关系如何?	(133)
如何自查复发性生殖器疱疹?	(133)
如何自查原发性生殖器疱疹?	(134)
梅毒治疗后怎样才算痊愈?	(134)
梅毒患者有免疫性吗?	(134)
性传播疾病有哪些危害?	(135)
“老来红”未必都是癌	(135)

外科

正确处理擦皮伤	(137)
---------------	-------



痔疮是怎样发生的？	(137)
男孩常见的外生殖器疾病有哪些？	(138)
大便秘结为何会加重前列腺疾病？	(139)
休克	(139)
消化道肿瘤术前为何要置胃管？	(140)
骨髓移植术前病人需做哪些准备？	(140)
小外伤	(140)

泌尿外科

尿石症是怎样形成的？	(142)
慢性前列腺炎的中医治疗	(142)
精液检查的注意事项	(143)

肿瘤

妇科肿瘤早知道	(144)
如何远离前列腺癌？	(144)
什么是卵巢癌？	(145)
血管瘤分几类，各有什么表现？	(145)
什么是骨转移？骨转移时为什么会疼痛？	(146)
什么是肿瘤内分泌治疗？	(147)
什么是肿瘤免疫治疗？	(147)
哪些不良的饮食习惯易引起癌症？	(147)
癌症病人出现腹泻怎么办？	(148)
癌症病人出现便秘怎么办？	(148)
食管癌贲门癌术后胃管脱出不能重新插入	(148)