

文化百科丛书

■ 图文版



家庭医生手册

宋涛◎主编

辽海出版社

文化百科丛书

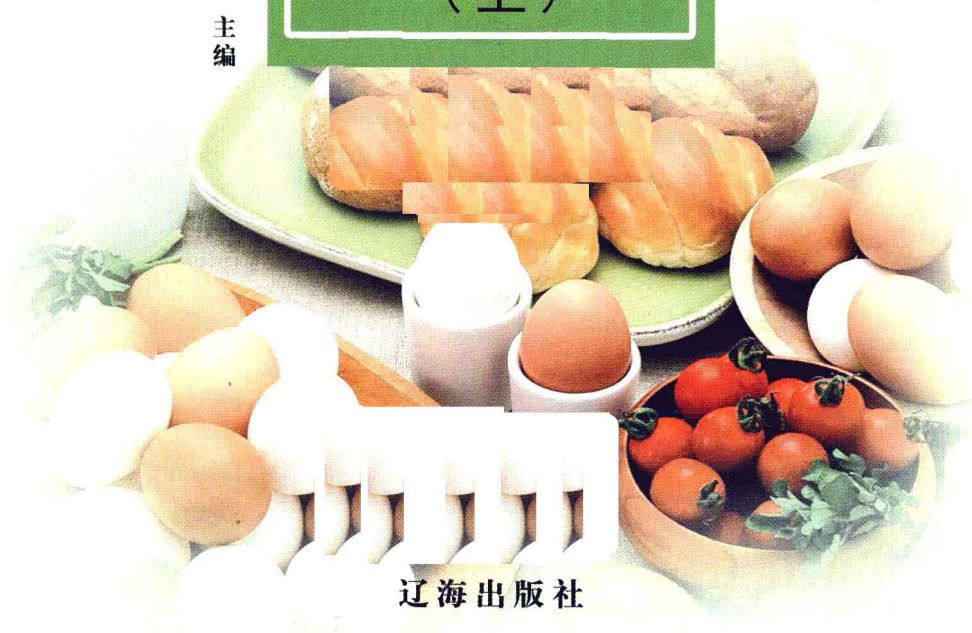
【图文珍藏本】

家庭医生手册

(上)

宋涛 主编

辽海出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

家庭医生手册/宋涛主编. — 沈阳: 辽海出版社, 2008.10

(文化百科丛书)

ISBN 978-7-5451-0248-2

I. 家… II. 宋… III. 常见病 — 诊疗 — 手册 IV. R4—62

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第156625号

家庭医生手册

出版发行: 辽海出版社

邮政编码: 110003

E-mail: dyh550912@163.com

开 本: 787x1092毫米 1/16

字 数: 1230千字

印 次: 2009年3月第1次印刷

地 址: 沈阳市和平区十一纬路25号

电 话: 024-23284469

印 刷: 北京一鑫印务有限公司印刷

印 张: 60

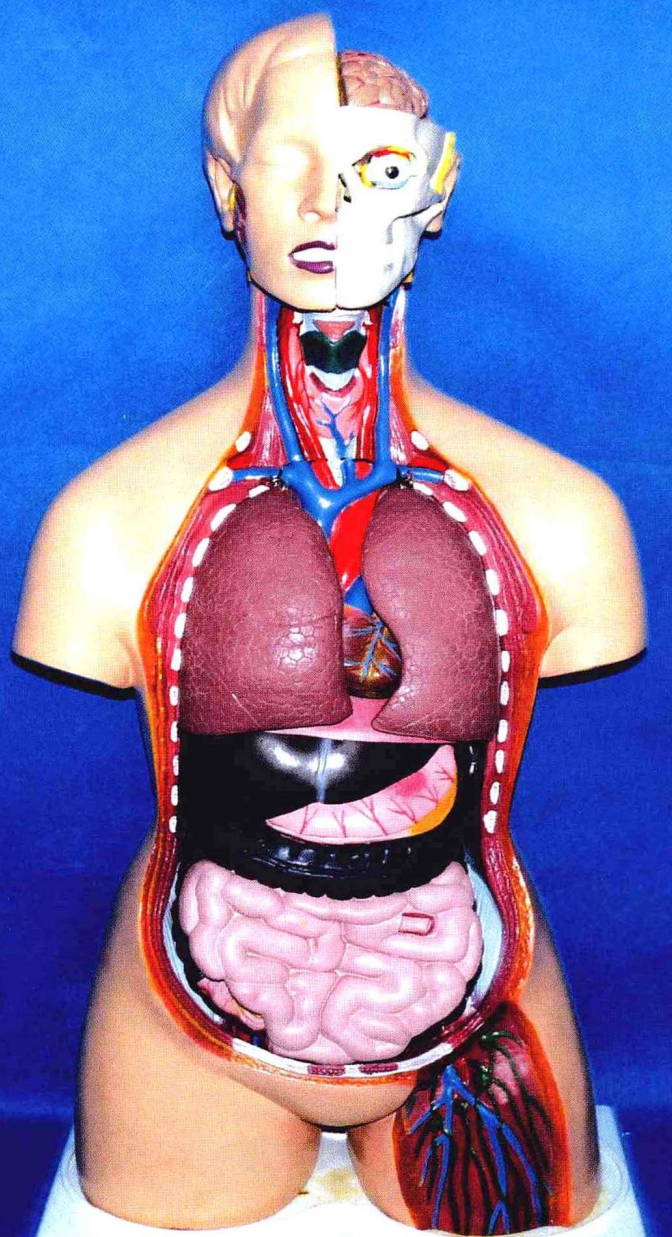
版 次: 2009年3月第1版

定 价: 480.00元 (全三册)

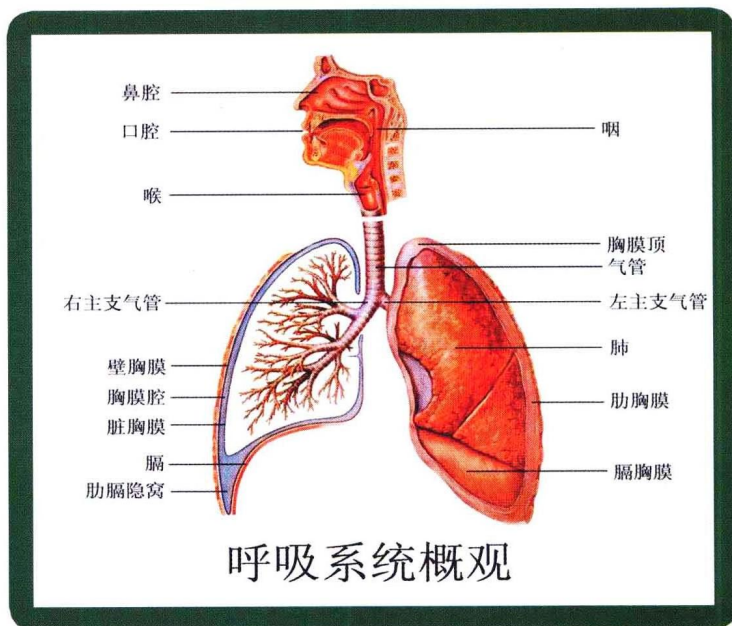
版权所有 翻印必究

文化百科丛书

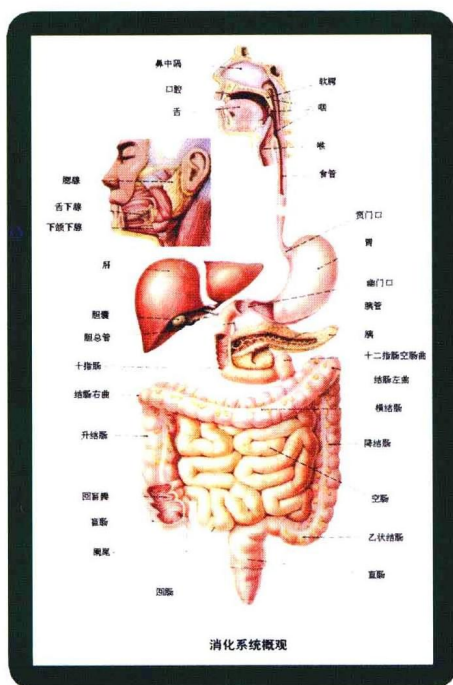
家庭医生手册



人体由无机物和有机物构成。无机物主要为钠、钾、磷和水等；有机物主要为糖类、脂类、蛋白质、人体细胞与核酸等。



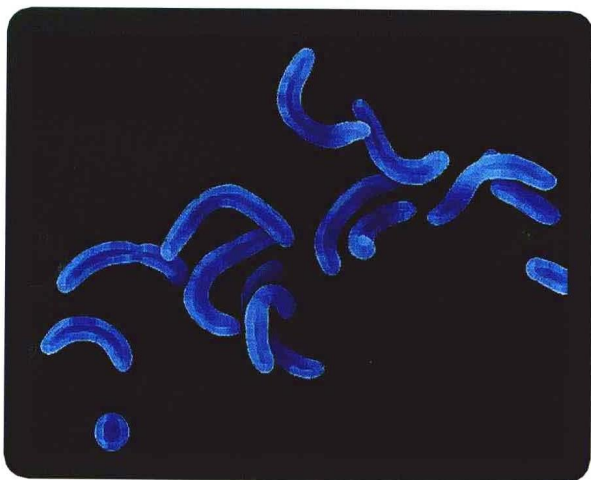
呼吸系统 (Respiratory System) 是执行机体和外界进行气体交换的器官的总称。呼吸系统的机能主要是与外界的进行气体交换，呼出二氧化碳，吸进新鲜氧气，完成气体吐故纳新。呼吸系统包括呼吸道（鼻腔、咽、喉、气管、支气管）和肺。



消化系统digestive system 由消化管和消化腺两大部分组成。消化管包括口腔、咽、食管、胃、小肠(十二指肠、空肠、回肠)和大肠(盲肠、结肠、直肠、肛管)等部。临床上常把口腔到十二指肠的这一段称上消化道，空肠以下的部分称下消化道。消化腺有小消化腺和大消化腺两种。小消化腺散在于消化管各部的管壁内，大消化腺有三对唾液腺(腮腺、下颌下腺、舌下腺)、肝和胰。



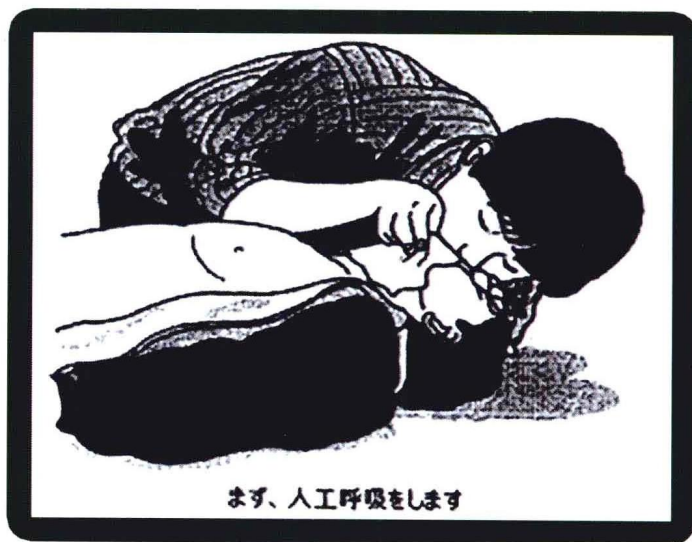
人类免疫缺陷病毒 (Human Immunodeficiency Virus, HIV)，顾名思义它会造成人类免疫系统的缺陷。1981年，人类免疫缺陷病毒在美国首次发现。它是一种感染人类免疫系统细胞的慢病毒 (Lentivirus)，属反转录病毒的一种。至今无有效疗法的致命性传染病。该病毒破坏人体的免疫能力，导致免疫系统的失去抵抗力，而导致各种疾病及癌症得以在人体内生存，发展到最后，导致 艾滋病 (获得性免疫缺陷综合征)。



疟疾 (Malaria) 经按蚊叮咬而感染疟原虫所引起的虫媒传染病。临床以周期性寒战、发热、头痛、出汗和贫血、脾肿大为特征。儿童发病率高，大都于夏秋季节流行。疟原虫寄生于人体所引起的传染病。经疟蚊叮咬或输入带疟原虫者的血液而感染。不同的疟原虫分别引起间日疟、三日疟、恶性疟及卵圆疟。本病主要表现为周期性规律发作，全身发冷、发热、多汗，长期多次发作后，可引起贫血和脾肿大。疟疾是由疟原虫引起的寄生虫病，于夏秋季发病较多。在热带及亚热带地区一年四季都可以发病，并且容易流行。



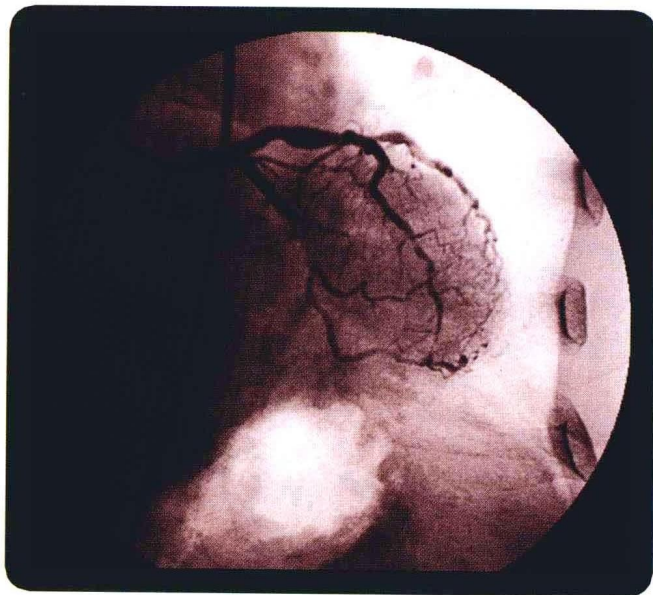
包扎是外伤现场应急处理的重要措施之一。及时正确的包扎，可以达到压迫止血、减少感染、保护伤口、减少疼痛，以及固定敷料和夹板等目的；相反，错误的包扎可导致出血增加、加重感染、造成新的伤害、遗留后遗症等不良后果。



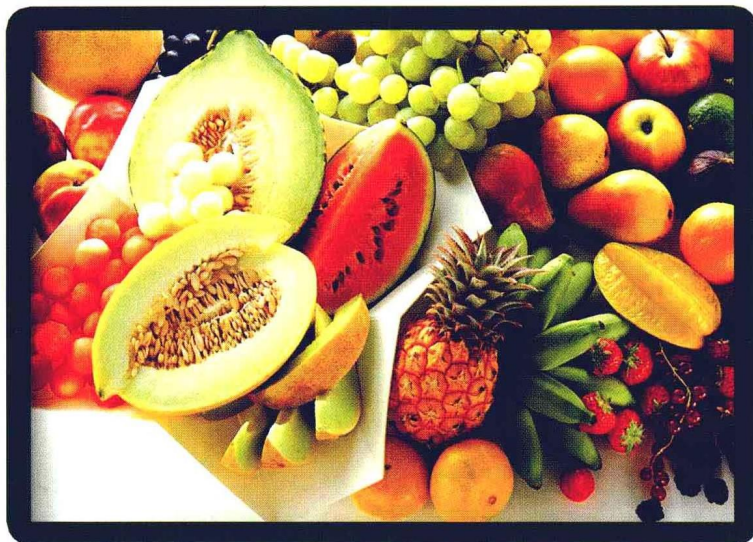
人工呼吸（cpr），用于自主呼吸停止时的一种急救方法。通过徒手或机械装置使空气有节律地进入肺内，然后利用胸廓和肺组织的弹性回缩力使进入肺内的气体呼出。如此周而复始以代替自主呼吸。



高血压病是指在静息状态下动脉收缩压和/或舒张压增($\geq 140/90$ mmHg),常伴有脂肪和糖代谢紊乱以及心、脑、肾和视网膜等器官功能性或器质性改变。临床上很多高血压病人特别是肥胖型常伴有糖尿病,而糖尿病也较多的伴有高血压。



冠心病(guān xīn bìng),是一种最常见的心脏病,是指因冠状动脉狭窄、供血不足而引起的心肌机能障碍和(或)器质性病变,故又称缺血性心脏病(IHD)。症状表现胸腔中央发生一种压榨性的疼痛,并可迁延至颈、颌、手臂、后背及胃部。发作的其他可能症状有眩晕、气促、出汗、寒颤、恶心及昏厥。严重患者可能因为心力衰竭而死亡。



维生素C (Vitamin C , Ascorbic Acid) 又叫L-抗坏血酸，是一种水溶性维生素。食物中的维生素C被人体小肠上段吸收。一旦吸收，就分布到体内所有的水溶性结构中，正常成人体内的维生素C代谢活性池中约有1500mg维生素C，最高储存峰值为3000mg维生素C。正常情况下，维生素C绝大部分在体内经代谢分解成草酸或与硫酸结合生成抗坏血酸-2-硫酸由尿排出；另一部分可直接由尿排出体外。



蛋白质 (protein) 是生命的物质基础，没有蛋白质就没有生命。因此，它是与生命及与各种形式的生命活动紧密联系在一起的物质。机体中的每一个细胞和所有重要组成部分都有蛋白质参与。蛋白质占人体重量的16.3%，即一个60kg重的成年人其体内约有蛋白质9.8kg。人体内蛋白质的种类很多，性质、功能各异，但都是由20多种氨基酸按不同比例组合而成的，并在体内不断进行代谢与更新。



前言

人们的健康状况是一个连续的过程，健康的损失也是一天天销蚀的，正如俗语说：“冰冻三尺，非一日之寒，”任何一种疾病，在身体的生理机能损失到不足以维持正常活动的时候，才开始出现症状。若能在此之前，就加以防范，或许可以减缓甚至消除这些疾病。本书最大的益处是，提供读者在疾病症状未出现前，以各种方式增加身体的健康资本。若是已经进入症状期，那么这些方法就只能当成辅助疗法，而必须以药物、手术等医疗方式进行治疗，以免耽误病情，这是读者们应该清楚的。

专家认为：若是以均衡的观点来看，健康只是一种工具，也就是说，有了健康的体魄，才能达到我们生活想要的目标。事实上，有很多在身体上十分健康的人，并没有过着所谓的“健康的生活”，对他们而言，生活没有价值、没有方向、也没有目的；因为失去了所谓的“生存的意义”，进而身体孱弱、较易得病，并且很难痊愈。然而，也有不少疾病缠身的人，却过着十分有意义的生活，比起那些徒有健康身体、没有生活目标的人来，这些人就要健康得多了。

这是一部包罗万象的自助式家庭医疗全书。本书综合了治疗专家、医学博士、研究人员的多年临床实证精华，针对多种居家常见病症，总结收录了多种最佳家庭治疗方法。

本书具有如下特点。

一、突出实用。本书吸收了国内外最新的医疗研究成果，将其中一些病患治疗、保健疗法总结归纳为实用家庭治疗法，供人们在自我医疗保健中参考应用，这是非常具有实用价值的。

二、突出体征。通常情况下，人总是感觉身体的不适，才去看医生，因此，本书把症状作为导引，能让患者根据自己的体征进行自我诊断，这样可以做到：小病及时自我处理，预防引起重病，难以治疗；大病到医院治疗时，可根据自己的体征，配合医生进行有效的诊断。

三、突出婴幼、妇女、老人。在人的一生中，不同年龄阶段的生理功能并不相同，医疗方面自然各有相应的要求。围此，本书在病症防治上，突出



了婴幼儿、妇女、老年人的疾病防治。

全书内容全面，通俗易懂，现用现查，重在实用。为现代人提供了权威而又有效的医疗帮助，同时也适合专业医务工作者参考；更是每一个现代家庭的医护诊疗必备书。

需要说明的是，本书的组织者和编录者由于时间仓促，书中难免会有一些讹误之处，诚恳希望广大读者指正。

编 者

2009年3月



目 录

第一章 人体结构	(1)
人体基本结构	(1)
人体的基本组成	(1)
人体内部组织	(3)
运动系统	(3)
循环系统	(6)
呼吸系统	(13)
消化系统	(17)
泌尿系统	(18)
内分泌系统	(22)
神经系统	(27)
生殖系统	(35)
第二章 常见症状鉴别	(50)
便血	(50)
昏迷	(53)
头痛	(57)
腰痛	(65)
发热	(70)
咳嗽	(74)
吞咽困难	(82)
晕厥	(96)
腹痛	(101)
咯血	(107)
心悸	(111)
腹泻	(116)
尿频	(130)
胸痛	(135)
呼吸困难	(146)



呕吐	(147)
血尿	(150)
黄疸	(154)
水肿	(171)
咽痛	(181)
第三章 传染病	(186)
阿米巴性痢疾	(186)
艾滋病(爱滋病)	(190)
白喉	(200)
百日咳	(205)
包虫病	(207)
丙型病毒性肝炎	(210)
布鲁氏菌病	(223)
登革热	(231)
地方性斑疹伤寒	(235)
肺结核	(236)
风疹	(240)
副伤寒	(243)
感冒	(244)
弓形虫病	(247)
急性出血性结膜炎	(250)
甲型病毒性肝炎	(252)
狂犬病	(255)
淋病	(260)
流脑	(265)
流行性斑疹伤寒	(267)
流行性出血热	(272)
流行性感胃	(278)
麻疹	(285)
破伤风	(291)
细菌性痢疾	(296)
新生儿破伤风	(298)
猩红热	(300)
血吸虫病	(305)
乙型病毒性肝炎	(311)
第四章 内科疾病	(328)



代谢内科	(328)
低血糖	(328)
高脂血症	(332)
糖尿病	(333)
痛风	(340)
呼吸内科	(343)
肺癌	(343)
肺气肿	(345)
肺炎	(347)
慢性支气管炎	(348)
哮喘	(349)
理化内科	(352)
苯中毒	(352)
电击	(353)
酒精中毒	(354)
煤气中毒	(355)
农药中毒	(356)
铅中毒	(358)
食物中毒	(359)
泌尿内科	(365)
IgA 肾炎	(365)
膀胱炎	(366)
急性肾小球肾炎	(368)
尿道炎	(370)
肾结石	(371)
肾囊肿	(376)
肾盂肾炎	(377)
免疫内科	(379)
耳鸣	(379)
风湿性关节炎	(382)
骨质疏松症	(384)
骨质增生	(388)
过敏性紫癜	(391)
失眠	(391)
甲亢	(395)
神经内科	(397)



癫痫	(397)
焦虑症	(401)
精神分裂	(407)
老年痴呆症	(409)
帕金森	(411)
三叉神经痛	(414)
网络综合征	(416)
厌食症	(418)
抑郁症	(420)
中风	(425)
坐骨神经痛	(428)
消化内科	(430)
便秘	(430)
腹膜炎	(436)
肝硬化	(437)
结肠炎	(438)
萎缩性胃炎	(440)
胃下垂	(441)
消化不良	(443)
胰腺炎	(444)
脂肪肝	(448)
心内科疾病	(450)
高血压	(450)
冠心病	(455)
脑血栓	(459)
脑溢血	(461)
心肌梗塞	(465)
心律失常	(468)
血液内科	(468)
白血病	(468)
贫血	(473)
血友病	(476)
第五章 妇科疾病	(478)
产后缺乳	(478)
滴虫性阴道炎	(480)
附件炎	(482)



更年期综合征	(483)
功能失调性子宫出血	(486)
急性宫颈炎	(491)
经前期综合症	(491)
老年性阴道炎	(494)
乳腺癌	(495)
乳腺炎	(500)
乳腺增生	(502)
痛经	(503)
月经失调	(506)
女性低热	(506)
女性黑眼圈	(507)
女性语言错乱	(508)
乳房异常	(508)
乳房疼痛	(510)
乳房包块	(512)
女性腰酸	(513)
女性腰痛	(513)
腰围增粗	(515)
女性腹痛	(515)
女性腹胀	(517)
阴吹	(517)
外阴瘙痒	(518)
外阴溃疡	(519)
阴道排液异常	(520)
月经过多	(521)
痛经	(522)
非经期阴道出血	(524)
成熟女性无月经	(525)
闭经	(526)
白带异常	(527)
白带增多	(528)
性交痛	(529)
女性性欲亢进	(530)
女性性欲低下	(531)
夜间小便增多	(532)



小便失禁	(533)
尿不净	(533)
肛门坠胀	(534)
第六章 儿科疾病	(535)
病毒性脑炎	(535)
垂体性侏儒症	(536)
儿童泌尿系统感染	(537)
口疮	(539)
荨麻疹	(539)
小儿肠炎	(541)
小儿多动症	(542)
小儿肥胖症	(543)
小儿肺炎	(545)
小儿感冒	(547)
小儿急性肾炎	(550)
小儿惊厥	(552)
小儿贫血	(553)
小儿厌食症	(553)
猩红热	(554)
婴幼儿腹泻	(557)
营养不良	(558)
小儿低热	(559)
小儿头痛	(560)
小儿鼻塞	(561)
小儿鼻出血	(562)
小儿磨牙	(563)
小儿烂嘴	(564)
小儿哭啼	(565)
小儿哮喘	(566)
小儿呼吸不畅	(567)
小儿皮肤青紫	(567)
小儿盗汗	(568)
小儿胎记	(569)
小儿厌食	(570)
小儿呕吐	(571)
小儿抽搐	(572)