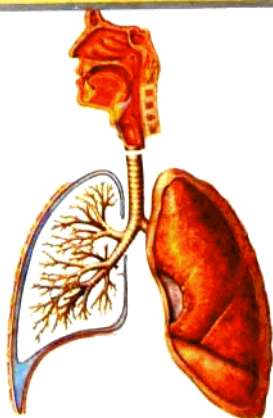


自我保健知识丛书

内科常见病就医指南

李茂亭 编著



内 容 提 要

本书是一部有关医学知识的科普读物。它从正常人的身体结构与功能谈起,介绍了成人内科常见疾病的诊断与治疗。对如何就医治病、怎样保健,提供了具体的方法。文中内容尽可能多地反映出 90 年代的医学水平,它集医疗、保健、就医咨询为一体,通俗易懂,理论联系实际。能对人们的健康长寿起到一定的医疗咨询作用。

本书可供具有初中以上文化程度的成年人阅读。

序

党中央提出加强科学普及工作,这对提高广大人民的文化和科学素质十分重要。医学知识的普及对自我保健、促进健康长寿更具其重要性。李茂亨医师为响应党中央的号召,在诊务十分繁忙的条件下,抽出宝贵的时间撰写了《内科常见病就医指南》一书,是十分及时可贵的。目前市场上有关健康保健的医学科普书籍已不在少数,但本书有其突出特点。它集医疗、保健、就医咨询为一体,理论联系实际,反映出90年代先进的医学技术水平,科学性强,实用性强,通俗易懂,文字流畅,内容丰富,是广大群众需知的。有此书在身旁,小病小痛可以自己处理。需要到医院就诊时也不致盲人瞎马,乱碰乱撞。有此一书,可酌情选择最有经验、水平最高、最适合的医院去就诊,因为北京市各著名“三甲”医院(医院分级管理中最高级别)都有它们自己的重点科室。

基于本书的上述特点,故略写数句以作介绍。

首都医科大学内科教授
中华医学会资深会员名誉理事
翁心植

1995. 10. 5

前 言

随着人民生活水平的不断提高,人们对身体健康的需求愈发强烈。人人都愿意有健康的体魄,人人都愿健康长寿。有病则都希望尽早痊愈。但客观现实是,人不患病是不可能的。怎样才能保持身体健康呢?这就需要懂得一些医学常识,做到有病能早发现、早诊断、早治疗、预防为主。本书的写作目的正是基于这一考虑。

本书第一章首先介绍正常人体的结构与功能,使读者对自己身体内部能有一个感性认识,这是认识疾病的基础;第二章与第三章介绍了常见病的诊断;第四章介绍了常用的各种辅助检查项目;第五章介绍了常见病的治疗;第六章介绍了如何正确使用药物;第七章介绍了如何保持健康;第八章介绍了护理病人的方法;第九章介绍了探视病人中的注意事项;第十章介绍了在医院如何就医看病。

本书附录1介绍了常用化验检查的正常值及临床意义;附录2介绍了常用食物的营养成分;附录3介绍了北京市部分著名医院的简况;附录4介绍了在北京乘坐地铁就医线路。

作者希望该书能为广大读者提供方便的医疗咨询服务。广播电视门诊、广播电视医院等一瞬即逝,而一本手册则可365天随时为您服务。

鉴于作者学识水平所限,不当之处在所难免,望读者指正。

作 者

目 录

第一章 正常人体结构与功能	1
1. 消化系统.....	1
2. 呼吸系统	3
3. 循环系统	5
4. 神经系统	7
5. 内分泌系统	8
6. 泌尿生殖系统	10
7. 运动系统	12
8. 血液系统	12
第二章 症状与疾病	15
1. 呼吸困难	15
2. 心悸	18
3. 胸痛	20
4. 咳嗽	22
5. 咯血	24
6. 紫绀	25
7. 水肿	26
8. 黄疸	29
9. 吞咽困难	30
10. 呕吐	31
11. 呕血	35
12. 便血	37
13. 腹泻	39
14. 便秘	41

15. 腹痛	41
16. 紫癜	44
17. 血尿	45
18. 少尿或无尿	47
19. 多尿	48
20. 肥胖	49
21. 消瘦	50
22. 毛发异常	50
23. 关节疼痛	52
24. 腰背疼痛	53
25. 头痛	54
26. 眩晕	55
27. 晕厥	56
28. 意识障碍	58
29. 瘫痪	60
30. 发热	61
第三章 体征与疾病	63
1. 高血压	63
2. 低血压	64
3. 心脏杂音	64
4. 甲状腺肿大	65
5. 肝脏肿大	66
6. 脾脏肿大	67
7. 淋巴结肿大	68
8. 腹部肿块	69
9. 贫血	69
第四章 常用辅助检查	71
1. 心电图	71
2. 动态心电图	71
3. 动态血压	72

4. 胸片	73
5. 超声波	74
6. 电子计算机断层摄影	77
7. 核磁共振	78
8. 内窥镜	80
9. 心室晚电位	83
10. 心电图运动试验	83
11. 心电图潘生丁试验	83
12. 超声心动图药物负荷试验	84
13. 食道调搏	84
14. 核素运动试验心肌显像	84
15. 核素潘生丁心肌显像	85
16. 心脏导管检查术	85
17. 心内膜心肌活检术	86
18. 心内电生理检查	86
19. 心电图心得安试验	86
20. 心电图阿托品试验	87
21. 倾斜试验	87
22. 肺功能测定	87
23. 脑电图	88
24. 腰椎穿刺	88
25. 胸腔穿刺	89
26. 腹腔穿刺	89
27. 心包穿刺	90
28. 骨髓穿刺	90
29. 骨髓活检术	91
30. 肺穿刺活组织检查	91
31. 胸膜活组织检查	91
32. 肾脏穿刺活组织检查	91
33. 肝脏穿刺活组织检查	92

34. 十二指肠液引流检查	92
35. 核素显像	93
第五章 常见病的治疗	95
1. 心绞痛	95
2. 心肌梗塞	96
3. 高血压病	97
4. 心力衰竭	98
5. 心律失常	99
6. 风湿性心脏病	100
7. 扩张性心肌病	100
8. 肥厚性心肌病	100
9. 先天性心脏病	100
10. 上呼吸道感染	101
11. 急性支气管炎	101
12. 慢性支气管炎	101
13. 支气管哮喘	102
14. 肺气肿	103
15. 慢性肺源性心脏病	103
16. 肺结核	104
17. 慢性浅表性胃炎	104
18. 慢性萎缩性胃炎	105
19. 胃与十二指肠溃疡病	105
20. 肝硬化	106
21. 慢性肝炎	106
22. 非溃疡性消化不良	107
23. 细菌性痢疾	107
24. 慢性肾小球肾炎	107
25. 泌尿系感染	108
26. 慢性肾功能衰竭	108
27. 甲状腺机能亢进症	109

28. 糖尿病	110
29. 缺铁性贫血	112
30. 营养性巨幼细胞性贫血	112
31. 缺血性脑血管病	112
第六章 正确使用药物	114
1. 原则	114
2. 抗菌素的合理使用	115
3. 老年人用药注意事项	116
4. 孕妇用药注意事项	117
5. 西药中药同时应用的配伍禁忌	118
第七章 如何保持健康	120
1. 要培养乐观稳定的情绪	120
2. 要培养辩证唯物主义的思想方法	120
3. 要培养良好的生活习惯	121
4. 要劳逸结合,参加体育锻炼	121
5. 讲卫生预防为主	121
6. 定期到医院作体格检查	122
第八章 护理病人的方法	123
1. 心理精神思想上的护理	123
2. 饮食	123
3. 休息	124
4. 排便	124
5. 良好的环境	124
6. 个人卫生	124
7. 按时为病人服药	124
第九章 探视病人的注意事项	125
1. 对危重病人应避免探视	125
2. 应注意避免发生交叉感染	125
3. 应注意探视中交谈的内容	126
4. 应注意带给病人的食品是否适合于其当前的病况	126

5. 按医院的探视制度办事	127
第十章 在医院如何就医	128
1. 急诊	128
2. 门诊	129
3. 住院	132
附录	133
附录 1 常用化验检查正常值及临床意义	133
附录 2 常用食物营养成分	147
附录 3 北京部分著名医院简介	150
附录 4 乘坐北京地铁就医线路	164

第一章 正常人体结构与功能

我们首先介绍正常人有哪些器官组成的,它们执行什么功能?了解这些知识将有益于对人体疾病的正确理解认识。

1. 消化系统

消化系统由消化管与消化腺组成。消化管包括:口腔、咽、食管、胃、小肠、大肠。消化腺包括:唾液腺、肝、胰、胃腺、肠腺等(见图1)。

口腔 为消化道的起始部。其中的唾液腺分泌的唾液,通过牙齿咀嚼食物,形成食物团块,促进食物消化。唾液尚能湿润清结口腔,其中的溶菌酶有杀菌作用。唾液淀粉酶可使淀粉分解转变为麦芽糖。当食物进入口腔后由于机械的、化学的、温度的刺激引起唾液分泌增加。食物的颜色、气味等也可引起唾液分泌。

咽 在口腔后部,与食管起始部相连。分为鼻咽部、口咽部、喉咽部,与鼻腔、口腔、喉相通。

食管 与咽相连向下与胃的贲门相接,全长约为25厘米。

胃 与食管下端相连处为贲门,自贲门向左上方突出的部分为胃底,与十二指肠起始部相接处为幽门,胃底与幽门之间的部分称为胃体。正常人每日分泌的胃液量约1.5~2.5升。胃液成分有盐酸、消化酶、粘蛋白等。盐酸能激活胃蛋白酶原,供给胃蛋白酶所需要的酸性环境,使食物蛋白变性、易于分解。胃蛋白酶能水解蛋白质。盐酸能杀灭胃内细菌。盐酸进入小肠后,促进胰液、肠液与胆汁分泌,有助于小肠对铁和钙的吸收。胃粘液保护胃粘膜,有润滑作用。胃液中的“内因子”与维生素 B_{12} 吸收有关,缺乏“内因子”可产生恶性贫血。进食后通过神经与体液途径引起盐酸与胃蛋白

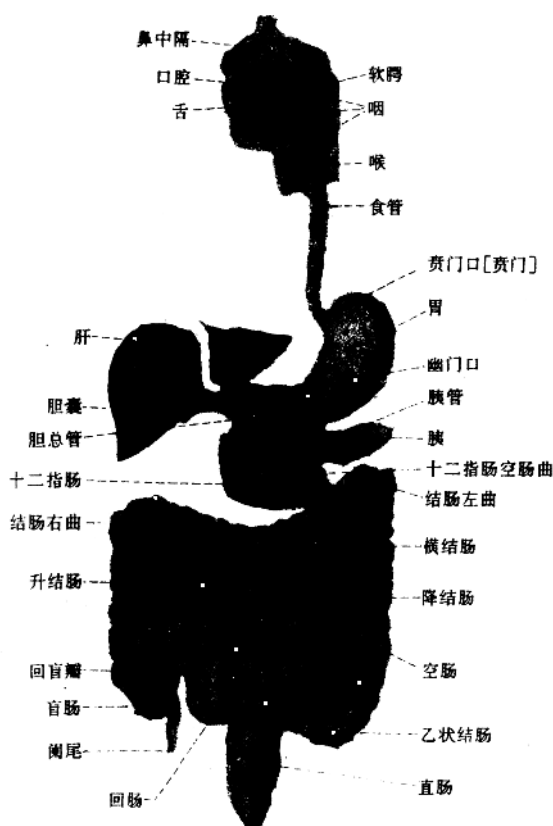


图 1 消化系统模式图

酶分泌。

小肠 包括十二指肠、空肠与回肠。全长 5~7 米。与幽门相连的十二指肠起始部为球部(上部),继而为降部、下部,全长约 30 厘米。继而为空肠与回肠,于腹腔中部,迂曲回旋。十二指肠腺分泌碱性液体,保护十二指肠上皮不被胃酸侵蚀。肠腺分泌液为小肠

液主要部分,成人每日分泌量约为1~3升。小肠液中含有肠致活酶,可激活胰蛋白酶原,另外还有淀粉酶、肽酶、脂肪酶、蔗糖酶、麦芽糖酶与乳糖酶。这些酶将各种营养成分进一步分解为机体可吸收的产物。食物及其消化产物对肠粘膜的局部刺激,胃肠粘膜释放的胃泌素、促胰液素、抑胃肽等可引起小肠液的分泌。

大肠 全长约1.5米。起始部为盲肠,回肠末端突入盲肠。在盲肠下端为阑尾,向上为升结肠、横结肠、降结肠、乙状结肠、直肠,在腹腔内形成一方框形。大肠分泌粘液能保护肠粘膜与润滑粪便。食物残渣对肠壁的机械性刺激引起大肠液的分泌。

胰 在胃的后方,分为头、体、尾三部。十二指肠呈“C”形包绕胰头部。胰管由胰头部穿出与胆总管汇合共同开口于十二指肠乳头顶端,胰液经此流入肠腔。每天胰液的分泌量为1~2升。胰液中的胰淀粉酶分解淀粉,胰脂肪酶分解脂肪,胰蛋白酶和糜蛋白酶分解蛋白质。进食后引起胰液分泌。

肝 肝细胞分泌胆汁入毛细胆管再至左右肝管经肝总管再入胆总管,最后经十二指肠乳头进入十二指肠,或入胆囊内贮存。胆汁每日分泌约1升。它促进脂肪的分解与脂肪酸及脂溶性维生素的吸收。进食高蛋白或脂肪后胆汁分泌与排出增加,同时也受神经与体液因素控制。

消化系统基本功能是从外界摄取食物,在消化道内分解为可被吸收的小分子物质,再通过消化道粘膜上皮细胞进入血液,为机体提供能量与各种营养物质。未被消化与吸收的食物残渣在结肠内形成粪便经由肛门排出体外。

2. 呼吸系统

呼吸系统由呼吸道和肺组成,在肺脏表面覆盖胸膜(见图2)。

呼吸道

鼻 包括外鼻与鼻腔。鼻腔被鼻中隔分为左右两腔。一对鼻前孔通外界大气,一对鼻后孔与鼻咽腔相通。鼻孔内鼻毛及分泌的

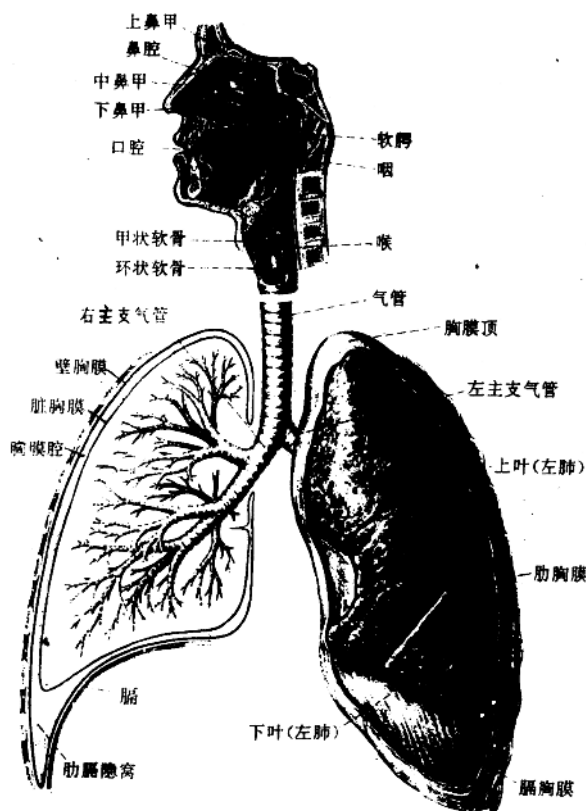


图 2 呼吸系统模式图

粘液能净化吸入的空气。鼻腔周围颅骨内含气的空腔是鼻旁窦。

喉 上接咽喉部,下与气管相连。

气管 上端为喉环状软骨下缘,向下至胸骨角平面再分为左与右主支气管。气管长约 11 至 13 厘米。

支气管 右支气管长约 2~3 厘米、短粗走向陡直;左支气管

长约4~5厘米,较右支气管细长且走向倾斜。

肺 由两部分构成:支气管树与肺泡。肺分为右肺与左肺。支气管进入肺内后再分为小支气管、细支气管与终末细支气管,形成支气管树。而后再分为呼吸性细支气管、肺泡管、肺泡囊、肺泡。

胸膜及胸膜腔 在肺表面、胸廓内面及膈上面有胸膜覆盖,在左肺与右肺形成两个封闭的胸膜腔。腔内有少许浆液,腔内压力低于大气压为负压。

空气经呼吸道进入肺泡后,其中的氧气由肺泡进入血液中,而血液中的二氧化碳进入肺泡。动脉血中的氧气运送到各个组织,氧气进入组织细胞后供其新陈代谢的需要。细胞代谢产生的二氧化碳进入到静脉血中,再循环到肺进行氧气与二氧化碳的交换。

呼吸系统的基本功能是完成机体与外界环境之间的气体交换。通过血液循环把由空气中吸入的氧气送到各个组织中去,供细胞进行新陈代谢,同时把细胞代谢产生的二氧化碳通过肺排出体外。

3. 循环系统

循环系统包括心脏、动脉、静脉、毛细血管及淋巴系统(见图3)。

心脏 位于两肺之间、膈肌上方。心脏有四个腔:左心房、右心房、左心室与右心室。左心房与左心室之间为二尖瓣,右心房与右心室之间为三尖瓣。左右心房间为房间隔,左右心室间为室间隔。左心与右心之间不能直接相通。在心脏收缩期,左心室将血液排入升主动脉,在左心室与升主动脉间为主动脉瓣。左心房与肺静脉相连并接收其回流的血液,在心脏舒张期将血液排入左心室。在心脏收缩期右心室将血液排入主肺动脉,在右心室与主肺动脉间为肺动脉瓣。右心房与上腔静脉、下腔静脉相连并接收其回流的血液,在心脏舒张期将血液排入右心室。在心脏的外表面有一心包腔包绕,内含少量液体。心脏本身有专门的起搏传导系统,以保持心脏

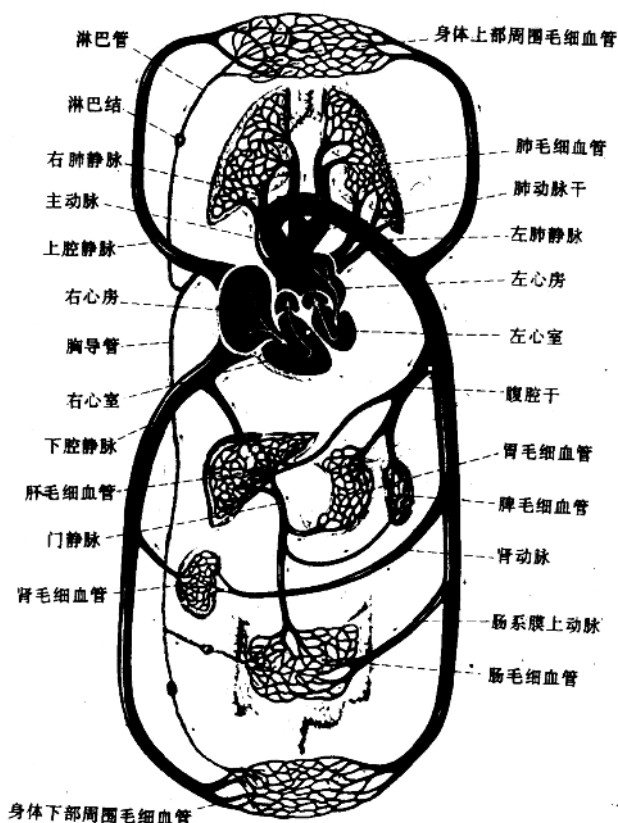


图3 循环系统模式图

有规律的收缩舒张，即窦房结、房室结、房室束及浦肯野氏纤维。心脏的血液供给来自冠状动脉，该动脉起源于升主动脉根部的冠状动脉窦。

血管 动脉是把血液从心脏运送到身体各部毛细血管。静脉是把血液送回到心脏的管道。毛细血管是体内口径最小的血管，呈

网状,遍布全身,管壁最薄,体内气体与物质的交换在此进行。

淋巴系统由淋巴管与淋巴器官组成,是协助体液回流的装置,静脉系统的补充管道。

循环系统功能是把氧气及各种营养物质运送到身体各部,同时把机体代谢产生的二氧化碳与废物带到排泄器官排出体外。心脏是该系统的动力,动脉与静脉是循环系统管道,而毛细血管是位于动脉与静脉之间、进行物质交换的场所。

4. 神经系统

神经系统包括中枢神经系统即脑和脊髓;周围神经系统即脑神经、脊神经和植物性神经(见图4)。

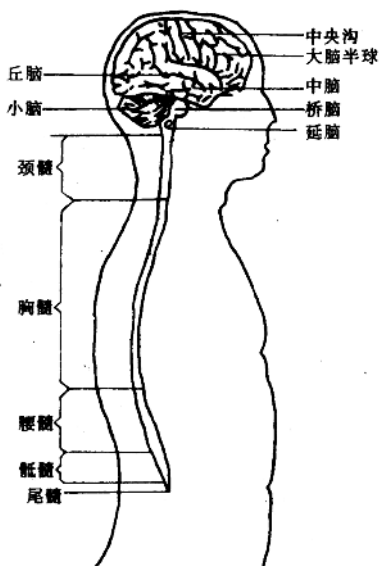


图4 中枢神经系统模式图