

S 中国社会科学出版社

现代文明家庭书架

Xian Dai Wen Ming Jia Ting Shu Jia

书罗病除
病防治
安危为安
健康快乐

防病治病

Fang Bing Zhi Bing 百事通
BAI SHI TONG

现代文明家庭书架

XAP64112

98
R4
81
7

防病治病百事通

主 编	刘衍兴	侯 健	
编 者	李修安	刘桂云	祝 坦
	维 恒	秦瑞云	章承红
	李 杰	祝嗣光	李洪星
	万 寿		



3 0000 2464 0

中国社会出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

防病治病百事通/刘衍兴主编. —北京: 中国出版社,

1998. 1

ISBN 7-80088-916-5

I. 防 II. 林 III. 疾病—防治—问答 IV. R4-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (97) 第 00332 号

现代文明家庭书架

防病治病百事通

主 编: 刘衍兴 侯 健

责任编辑: 林晓婧

责任校对: 王 奇

责任印制: 侯继刚

出版发行: 中国出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区宣武根南街 9 号

电话: 66051713 电传: 66030951

印 刷: 北京印刷一厂

经 销: 各地新华书店

开本印张: 787×1092 1/32 15

字 数: 300 千字

版 次: 1998 年 1 月北京第 1 版第 1 次

ISBN 7-80088-916-5/C·152

定价: 15.00 元

(凡中国出版社图书有缺漏页、残破等质量问题, 本社负责调换)

目 录

辨 病 法

怎样以眩晕辨病	(1)
怎样以吞咽困难辨病	(2)
怎样以瘙痒辨疾病	(4)
怎样以脉搏辨病	(4)
怎样以笑容辨病	(6)
怎样以体位辨病	(7)
怎样从步态辨疾病	(8)
怎样从皮肤的颜色观疾病	(9)
怎样以气味测病	(10)
怎样验便查疾病	(10)
怎样以便血判疾病	(11)
怎样以面容辨病	(12)
怎样以眉毛辨病	(14)
怎样望鼻子的色泽辨病	(15)
怎样望口唇的颜色辨病	(16)
怎样观舌识病	(17)
怎样从颈部肿块辨病	(19)
怎样望手诊病	(22)
怎样观察指甲辨疾病	(24)
怎样从肛门排气辨病	(25)

怎样检查甲状腺疾病	(27)
怎样自我发现甲状腺疾病	(28)
怎样自我发现患了甲减	(28)
怎样区别感冒和流感	(29)
怎样听咳嗽判疾病	(30)
怎样判断肺气肿的轻重	(32)
怎样区别流脑和感冒	(32)
怎样早期发现心脏病	(33)
怎样认识心肌梗塞的前兆	(35)
怎样鉴别典型的心绞痛发作	(35)
怎样判断劳力性心绞痛的严重程度	(36)
怎样早期发现脑动脉硬化	(37)
怎样判断胃酸过少	(38)
怎样早期发现胃痛	(39)
怎样发现自己是否贫血	(39)
怎样鉴别几种貌似“感冒”病	(40)
怎样自测糖尿病	(42)
怎样早期发现老年糖尿病	(42)
怎样认识糖尿病的病因	(43)
怎样认识头痛的性质	(44)
怎样确定嗜铬细胞瘤的部位	(46)
怎样早期发现精神病人	(47)
怎样早期发现重症肝炎	(48)
怎样才能早期发现中毒型菌痢	(50)
怎样及早地发现和 治疗结核性风湿症	(51)
怎样知道自己得了急性阑尾炎	(52)

怎样自我发现性病	(52)
怎样知道自己是否感染了艾滋病病毒	(54)
怎样自我诊断常见痛症	(55)
怎样辨别良性肿瘤与恶性肿瘤	(56)
怎样观知癌肿的早期症状	(57)
怎样早期发现胃癌	(58)
怎样早期发现胃溃疡癌变	(60)
怎样早期发现肝癌	(61)
怎样早期发现肺癌	(62)
怎样早期发现直肠癌	(63)
怎样区别肠癌和痢疾	(65)
怎样自己检查乳房有无异常	(66)
怎样早期发现乳腺癌	(68)
怎样鉴别乳房结核与乳房脂肪坏死	(69)
怎样早期发现宫颈癌	(69)
怎样确定是否患了子宫内膜癌	(70)
怎样区别良性和恶性卵巢肿瘤	(70)
怎样注意老人常见的眼睑痛	(71)
怎样识别鼻咽癌的先兆	(73)
怎样早期诊断口腔癌	(74)
怎样从胸部 X 线片上判断有无肺动脉高压	(75)
怎样从阴道不正常出血看疾病	(75)
怎样从白带看妇科疾病	(77)
怎样以痰液辨病	(78)
怎样从尿液的颜色知疾病	(80)
怎样辨别大便有无异常	(81)

怎样观便知病	(82)
怎样从大便带血来辨病、	(84)

防 治 病 法

怎样防治感冒和流行性感冒	(85)
感冒怎样止咳	(87)
怎样预防手传染感冒	(88)
老年人怎样预防感冒	(88)
怎样预防支气管炎	(89)
怎样防治慢性支气管炎	(92)
怎样防治支气管扩张	(93)
哮喘时怎样促使痰液排出	(94)
怎样预防哮喘病	(95)
怎样防治肺气肿	(96)
怎样防治肺心病	(98)
怎样预防胃病	(99)
怎样防止胃出血	(100)
怎样防治消化性溃疡的复发	(101)
怎样治疗胃下垂	(102)
怎样防治慢性胃炎	(103)
慢性胃炎怎样选择体育疗法	(105)
溃疡病怎样选择体育疗法	(106)
怎样自我揉腹健脾胃	(107)
怎样防治胆囊炎、胆石症	(108)
怎样预防急性胰腺炎	(109)

怎样预防胰腺炎复发·····	(110)
怎样防治结肠功能紊乱·····	(111)
怎样采用体育疗法治疗便秘·····	(112)
怎样用药粥治疗老年便秘·····	(113)
怎样预防冠心病·····	(114)
冠心病病人应怎样对待吸烟和喝酒、咖啡及茶·····	(116)
怎样预防心血管病·····	(117)
怎样进行心肌梗塞的现场抢救·····	(118)
怎样警惕无痛性心肌梗塞·····	(119)
心肌梗塞病人怎样在家进行康复治疗·····	(120)
怎样预防心肌梗塞的发生·····	(121)
怎样预防第二次心肌梗塞·····	(123)
怎样进行老年人常见急症的处理·····	(124)
家庭里怎样防治高血压病·····	(128)
怎样防治高血压危象·····	(129)
怎样应急处理心绞痛·····	(131)
怎样预防心脏病病人心力衰竭·····	(131)
怎样防治病毒性心肌炎·····	(132)
怎样预防高脂血症·····	(133)
怎样处理老年人心跳骤停·····	(135)
怎样防治神经功能性心脏病·····	(135)
怎样保护肾脏·····	(137)
怎样防治急性肾炎·····	(138)
怎样治疗系膜增殖性肾小球肾炎·····	(139)
怎样预防肾病综合症患者的病情经常反复发作·····	(140)
怎样防治糖尿病肾病·····	(141)

怎样防治尿酸性肾病·····	(141)
怎样防治药物损伤肾脏·····	(142)
怎样防治贫血·····	(143)
怎样防止白细胞减少·····	(144)
怎样认识脑血管意外·····	(145)
怎样预防脑血栓的复发·····	(147)
怎样治疗急性期脑梗塞·····	(148)
怎样预防脑溢血·····	(149)
怎样消除中风的诱发因素·····	(150)
中风患者合并消化道出血怎样处理·····	(152)
出血性中风患者发热怎样处理·····	(153)
怎样预防气候变化而导致中风·····	(153)
怎样自我按摩以预防中风·····	(154)
怎样防治脑动脉硬化·····	(156)
怎样防治血管神经性头痛·····	(157)
怎样防治肌紧张性头痛·····	(158)
怎样防治枕神经痛·····	(160)
怎样防治高颅压性头痛·····	(161)
怎样防治低颅压性头痛·····	(162)
怎样防治脑血管病性头痛·····	(163)
怎样防治头部外伤后期的头痛·····	(163)
怎样防治头痛型癫痫·····	(164)
怎样治疗面瘫（口眼歪斜）·····	(165)
老人突然瘫痪怎样处理·····	(166)
怎样治疗神经衰弱·····	(167)
怎样对待瘰病的发作·····	(168)

怎样预防老年人智力衰退·····	(169)
无功能性垂体瘤怎样治疗·····	(170)
怎样防治糖尿病·····	(171)
怎样预防老年性糖尿病低血糖发生·····	(172)
怎样防治糖尿病性神经病变·····	(172)
中医怎样辨证治疗糖尿病·····	(173)
怎样治疗糖尿病引起的骨质疏松·····	(175)
糖尿病怎样选择体育疗法·····	(176)
怎样治疗甲亢引起的骨质疏松·····	(177)
怎样治疗甲旁亢引起的骨质疏松·····	(178)
怎样防治红斑狼疮·····	(178)
青年人怎样预防硬皮病·····	(180)
青年人怎样防治结节性红斑·····	(181)
怎样预防风湿病·····	(182)
怎样防治风湿性关节炎·····	(183)
怎样防治痛风·····	(183)
怎样预防农药中毒·····	(184)
家庭怎样预防传染病·····	(186)
怎样给传染病病人居室消毒·····	(187)
怎样预防胃肠道疾病·····	(188)
夏季怎样防治痢疾·····	(189)
怎样预防流行性腹泻·····	(190)
怎样防治肺结核·····	(191)
怎样防治颈淋巴结核·····	(195)
怎样预防尘肺病·····	(197)
怎样预防矽肺·····	(198)

怎样预防常见的重金属中毒·····	(199)
怎样防治有机磷农药中毒·····	(201)
怎样防治稻田皮炎·····	(203)
怎样防治流脑·····	(204)
怎样预防乙型脑炎·····	(205)
怎样预防破伤风·····	(206)
怎样预防鹦鹉热·····	(207)
怎样防治被疯狗咬伤·····	(207)
怎样预防伤寒·····	(208)
怎样防治斑疹伤寒·····	(209)
怎样预防猩红热·····	(211)
怎样防治疟疾·····	(212)
怎样预防流行性出血热·····	(213)
怎样防治病毒性肝炎·····	(214)
怎样预防甲型肝炎·····	(216)
怎样预防乙型肝炎·····	(217)
怎样接种乙肝疫苗·····	(218)
怎样预防脂肪肝·····	(219)
怎样防治蛔虫病·····	(220)
怎样防治肝吸虫病·····	(221)
怎样预防姜片虫病·····	(222)
怎样防治弓形虫病·····	(223)
怎样预防布氏杆菌病·····	(224)
怎样预防旋毛虫病·····	(225)
怎样防止现代生活方式病·····	(226)
怎样防止现代城市病·····	(228)

怎样防止城市拥挤综合症·····	(230)
怎样防止新建房屋综合症·····	(232)
怎样防治久坐综合症·····	(233)
怎样防止惊险游乐病·····	(233)
怎样防止现代噪音综合症·····	(234)
怎样防止摩托车综合症·····	(236)
怎样应用行为疗法·····	(237)
怎样防治青春期消瘦型·····	(238)
怎样预防火锅病·····	(239)
日常生活中怎样避免腰痛·····	(240)
人到中年怎样防止腰痛·····	(242)
怎样防止童车病·····	(242)
洗澡理发怎样防病·····	(243)
怎样防止化学物质致癌·····	(245)
怎样预防疟夏·····	(248)
冬春季节怎样防病·····	(249)
怎样预防二重感染·····	(250)
怎样防治干燥综合症·····	(251)
怎样防治慢性疲劳综合症·····	(252)
怎样防止低头综合症·····	(253)
怎样严防病从口入·····	(253)
不用药怎样治失眠·····	(254)
怎样防治 6 种农民病·····	(255)
怎样防止医生带来疾病·····	(257)
怎样预防老年性浮肿·····	(258)
怎样防治老年病·····	(258)

怎样防治老年人低体温症·····	(259)
老年人怎样进行热敷治病·····	(260)
老年人怎样按摩防病·····	(261)
怎样预防老年人猝死·····	(262)
怎样防治老年人骨质疏松·····	(263)
怎样预防人畜共患病·····	(264)
怎样坚持好精神病的维持治疗·····	(265)
怎样使用艾灸法·····	(266)
怎样拔火罐·····	(266)
怎样防治肾结石·····	(267)
怎样防治尿路感染·····	(268)
怎样防治前列腺疾病·····	(269)
怎样防治慢性前列腺炎·····	(270)
怎样治疗男性尿道下裂·····	(271)
怎样处理包皮过长·····	(272)
怎样治疗逆行射精·····	(273)
怎样治疗血精·····	(274)
怎样治疗遗精·····	(276)
怎样预防性传播疾病·····	(277)
怎样才能彻底治疗淋病·····	(279)
怎样治疗和预防外阴尖锐湿疣·····	(280)
怎样预防梅毒·····	(281)
怎样才能彻底治疗梅毒·····	(282)
怎样预防艾滋病·····	(282)
怎样防止软性下疳和第四性病·····	(283)
怎样预防腰痛·····	(284)

怎样使用腰围·····	(285)
怎样自行制作简单腰围·····	(285)
怎样防治闪腰·····	(286)
慢性腰痛患者怎样进行疗养·····	(287)
怎样做慢性腰痛的治疗体操·····	(288)
怎样做改善腰部僵直及肌肉萎缩的体操·····	(288)
怎样做解除腰部酸痛的体操·····	(289)
怎样预防肠梗阻·····	(290)
脉管炎怎样选择体育疗法·····	(290)
怎样防治脱肛·····	(292)
怎样坐浴·····	(293)
怎样预防恶性肿瘤·····	(293)
癌症患者怎样选择康复治疗·····	(295)
怎样防治颈椎病·····	(297)
颈椎病怎样选择体育疗法·····	(298)
怎样预防肩关节周围炎·····	(299)
肩周炎怎样选择体育疗法·····	(300)
颈椎骨质增生者怎样做自我治疗·····	(301)
骨质疏松者怎样防止肌肉萎缩和关节僵硬·····	(302)
怎样自我治疗落枕·····	(302)
怎样预防疖和痈·····	(303)
怎样治疗化脓性指头炎·····	(304)
怎样治疗腰背部筋膜纤维织炎·····	(305)
怎样预防甲沟炎·····	(306)
怎样防治下肢静脉曲张·····	(306)
怎样预防膝关节骨质增生·····	(307)

怎样预防食道癌·····	(308)
中医怎样辨证治疗乳腺癌·····	(309)
怎样预防结肠癌·····	(311)
怎样预防直肠癌·····	(312)
怎样防治痔疮·····	(313)
腹部手术后患者怎样预防切口破裂·····	(315)
长期卧床的骨质疏松者怎样预防褥疮·····	(316)
怎样预防跟骨骨刺引起疼痛·····	(317)
怎样治疗跟骨骨刺引起疼痛·····	(317)
老年人怎样防治足跟痛·····	(318)
怎样预防和矫正脊柱侧弯·····	(319)
怎样开展家庭徒手牵引疗法·····	(322)
老年人怎样预防骨折·····	(323)
怎样防治沙眼·····	(324)
怎样防治青光眼·····	(325)
怎样预防近视眼·····	(325)
怎样防治夜盲症·····	(326)
患了白内障怎样治疗·····	(327)
怎样缓解老年人白内障·····	(328)
怎样防治红眼病·····	(329)
怎样治疗倒睫·····	(330)
怎样防治烂眼边·····	(331)
怎样防治“偷针眼”·····	(332)
怎样防止化妆品带来的眼病·····	(333)
患眼病怎样进行冷敷与热敷·····	(334)
怎样预防化脓性中耳炎·····	(335)

怎样预防老年性耳聋·····	(336)
怎样防治卡他性中耳炎·····	(337)
鼻衄怎样止血·····	(338)
怎样防治老年人鼻出血·····	(340)
怎样防治慢性鼻炎·····	(341)
怎样防治鼻窦炎·····	(342)
怎样治疗扁桃体炎·····	(343)
怎样防治急性咽炎·····	(344)
怎样防治慢性咽炎·····	(345)
怎样预防慢性喉炎·····	(347)
怎样预防职业性喉病·····	(348)
怎样预防牙病·····	(349)
怎样预防牙石·····	(349)
怎样预防龋齿·····	(350)
怎样预防复发性口疮·····	(351)
怎样治疗口腔溃疡·····	(353)
怎样防治口腔粘膜白斑·····	(354)
怎样预防口腔癌·····	(355)
怎样防治口臭·····	(356)
怎样预防倒牙·····	(357)
怎样预防牙龈缘炎·····	(358)
怎样预防牙周炎·····	(359)
怎样预防牙周病·····	(360)
怎样防治中老年妇女牙周病·····	(361)
怎样防治桃花癣·····	(362)
怎样防治白癜风·····	(363)

怎样防止花斑·····	(365)
怎样防治蝴蝶斑·····	(367)
怎样预防和治疗雀斑·····	(368)
怎样去除面部黑痣·····	(369)
怎样去除色素痣·····	(370)
怎样防止黑痣恶变·····	(371)
怎样防治头癣·····	(372)
怎样防治脸上和身上的癣·····	(374)
怎样防治脚气·····	(375)
怎样预防灰指甲·····	(376)
怎样从指甲异常自测身体状况·····	(377)
怎样防治疥疮·····	(378)
怎样防治冻疮·····	(380)
怎样预防和治疗酒糟鼻·····	(382)
怎样预防痤疮·····	(383)
怎样治疗痤疮·····	(384)
怎样防治少白头·····	(385)
怎样防治荨麻疹·····	(388)

病人护理法

大咯血病人怎样自我保护·····	(391)
怎样减轻有病心脏的负担·····	(392)
冠心病病人怎样自我保健·····	(393)
心脏病怎样进行家庭护理·····	(394)
冠心病病人怎样注意生活小事·····	(396)