

常见疾病的诊治

—— 家庭自诊自治200个问答



浙江大學出版社

内容简介

本书以回答的形式，将基本的疾病诊断知识和简易的内治外疗方法介绍给读者，意在以通俗简洁的方式普及医药卫生知识。现阶段我国的医学卫生机构还不够健全，广大农村，特别是边远地区，缺医少药的情况还未根本改变，即便是城市，群众寻医就诊，也并不十分方便。假若每个家庭都能掌握一些基本的医药卫生知识，生了病能识别诊断，不致误了病情；小病小痛能自己动手医治，岂不善哉，愿此书进入你的家庭，成为你的保健顾问。

目 录

第一章 常见症状的简易诊断	1
1. 为什么长期低热不可大意?	1
2. 高热是哪些疾病引起的?	4
3. 水肿是哪些疾病引起的?	7
4. 头痛的原因真的十分复杂吗?	9
5. 头晕目眩是哪些病引起的?	13
6. 昏倒的病因何在?	16
7. 哪些病会导致抽搐?	19
8. 瘫痪的病因有哪几种?	22
9. 关节酸痛是哪些病引起的?	24
10. 哪些病会引起胸痛?	26
11. 咯血的鉴别诊断十分重要吗?	29
12. 慢性腹痛的原因有哪些?	32
13. 急腹痛的致病因素有哪几种?	37
14. 腹胀的病因很多吗?	45
15. 哪些疾病会引发呕吐?	47
16. 呕血和黑粪是怎么回事?	50
17. 大便带血是哪些病引起的?	52
18. 为什么说慢性腹泻不可轻视?	54
19. 慢性便秘只是一种习惯吗?	57

第二章 常见疾病的内治和应急处理	59
20. 如何治疗和处理呕吐?	59
21. 怎样治疗腹泻?	60
22. 怎样预防和治疗便秘?	61
23. 腹痛的简易治疗方法有哪些?	62
24. 发生呕血、咯血如何紧急处理?	64
25. 伤风感冒的治疗方法有哪些?	65
26. 怎样治疗支气管炎?	66
27. 患了肺炎怎么办?	67
28. 怎样治疗哮喘?	68
29. 心脏病急性发作时怎么处理?	69
30. 怎样治疗风湿性关节炎?	69
31. 发现中风病人怎样救治?	70
32. 头痛的治疗方法有哪些?	70
33. 如何对待精神病患者?	71
34. 怎样救治羊羔风大发作病人?	73
35. 伤寒是怎样传染的? 如何预防?	74
36. 痢疾杆菌是怎样进入人体的?	74
37. 如何治疗痢疾?	75
38. 肝炎是怎样传染的? 如何预防?	76
39. 如何预防脑炎?	78
40. 疟疾病的症状什么样?	79
41. 如何预防疟疾?	79
42. 怎样治疗疟疾?	80
43. 患了肺结核怎么办?	82

44. 怎样预防和治疗蛔虫?	83
45. 怎样防治蛲虫?	85
46. 如何防治钩虫病?	87
47. 晕船晕车是病吗? 如何防治?	88
48. 中暑的症状怎样?	89
49. 怎样预防和治疗中暑?	90
50. 怎样抢救溺水者?	93
51. 被毒蛇咬伤怎么办?	95
第三章 常见婴幼儿和福巩病的简易治疗	100
52. 什么样的月经是正常的?	
什么样的月经是不正常的?	100
53. 来月经肚子痛怎么办?	101
54. 闭经的原因, 怎么医治?	101
55. 什么叫倒经, 怎么办?	103
56. 绝经期有什么感觉和反应?	104
57. 怎样防治白带?	104
58. 外阴瘙痒症是怎样引起的?	105
59. 怎样防治阴道滴虫病?	106
60. 哪些福巩病会引起腰痛?	106
61. 怎样预防子宫脱垂?	107
62. 怎样治疗子宫脱垂?	108
63. 为何不可轻视绝经后再出血?	109
64. 什么是子宫颈癌?	109
65. 什么是卵巢肿瘤?	111
66. 怎样知道是怀孕了?	112

67. 孕妇应注意哪些事?	113
68. 怀孕期多长, 怎样推算预产期?	114
69. 孕妇患病会影响胎儿吗?	115
70. 孕妇适令穿什么样的衣服?	115
71. 孕妇的饮食有何禁忌?	116
72. 孕妇为什么易得痔疮?	117
73. 如何处理孕妇肢体浮肿?	117
74. 如何预防孕妇静脉曲张?	118
75. 孕期容易得哪些病?	119
76. 胎位不正怎么办?	120
77. 如何预防流产、早产?	121
78. 什么叫子痫、如何预防?	122
79. 为什么要警惕产后出血?	123
80. 怎样防治急性乳腺炎?	124
81. 怎样早期发现乳房癌?	125
82. 患了乳房癌怎么办?	126
83. 哪些人应当做人工流产?	127
84. 宫外孕是怎么回事?	128
85. 如何区别诊断宫外孕?	129
86. 不孕症是怎样引起的?	130
87. 多大的孩子应该睡多长时间?	131
88. 孩子睡觉为何咬牙?	132
89. 怎么防治鹅口疮?	133
90. 如何防治尿布疹?	133
91. 孩子的睾丸到哪里去了?	135

92. 怎样预防小儿中毒?	135
93. 如何识别孩子的大便是否正常?	136
94. 孩子受凉为何会腹泻?	137
95. 单纯性消化不良如何护理?	138
96. 中毒性消化不良有何症状?	139
97. 小儿积食怎么办?	140
98. 为啥会发生抽风, 怎么办?	142
99. 怎样预防小儿佝偻?	143
100. 怎样让孩子服药?	144
101. 怎样照顾有病的孩子?	145
第四章 常见五官科疾病的简易治疗	147
102. 怎样区别真假斜视?	147
103. 睑板腺囊肿怎么医治?	148
104. 得了睑缘炎怎么办?	150
105. 眼睑气肿是怎么回事?	151
106. 倒睫是怎么引起的?	152
107. 点眼药发生过敏怎么办?	153
108. 眼睑皮下出血怎么办?	154
109. 长针眼为何不许用手挤?	155
110. 得了“红眼睛”怎么办?	157
111. 沙眼会使人失明吗?	158
112. 泡性眼炎是怎么回事?	159
113. 游泳之后为啥要点眼药水?	160
114. 眼睛奇痒是什么病?	162
115. 眼睛红都是结膜炎吗?	163

116. 为什么说用手揉眼是坏习惯?	164
117. 迎风流泪是什么原因?	165
118. 慢性泪囊炎为啥不可忽视?	167
119. 角膜炎为啥特别痛?	168
120. 疱疹性角膜炎怎么医治?	169
121. 怎样点眼药?	169
122. 怎样冲洗眼睛?	171
123. 哪些眼病需要热敷?	172
124. 掏耳有什么害处?	173
125. 怎样防治耳疖?	174
126. 怎样防治中耳炎?	175
127. 耳朵为什么会聋? 怎样预防?	176
128. 怎样取出外耳道异物?	178
129. 如何保护鼻孔?	179
130. 流鼻涕是不是病?	180
131. 怎样医治鼻塞?	181
132. 鼻孔出血是哪些病引起的?	182
133. 鼻孔生疖子怎么治?	183
134. 保护乳牙为什么很重要?	183
135. 怎样预防牙齿不整齐?	184
136. 刷牙时牙龈出血怎么办?	185
137. 为什么发生口臭, 怎么防治?	186
138. 刷牙缝为什么有害?	187
139. 真有虫牙吗?	187
140. 牙痛怎么治?	188

141. 怎样治疗口疮?	189
142. 怎样治疗炸腮?	189
143. 哪些病会引起喉咙痛?	190
144. 患了扁桃体炎怎么办?	191
145. 如何预防咽喉、气管异物?	192
第五章 常见皮肤病的简易治疗	193
146. 如何保护皮肤?	193
147. 冬天皮肤裂口怎么医治?	194
148. 怎样防治痱子?	196
149. 擦烂怎么防治?	197
150. 怎样防治疖子?	197
151. 怎样医治刺痒?	198
152. 怎样治疗黄水疮?	199
153. 怎样防治毛囊炎?	199
154. 大头瘟或流火是怎么回事?	200
155. 怎样治疗癰痢头?	201
156. 缠腰龙怎样医治?	201
157. 如何防治斑秃?	202
158. 怎样治疗荨麻疹?	203
159. 怎样防治湿疹?	204
160. 脚汗多怎么治?	205
161. 烂脚丫是什么病?	206
162. 鸡眼怎样防治?	206
163. 怎样治疗疔疮?	207
164. 皮肤上出现乌青块怎么办?	208

165. 狐臭怎么治?	209
166. 怎样治疗疥疮?	210
167. 怎样防治麦芒痒?	211
168. 蝎子螫了怎么办?	212
169. 蜂螫了怎么办?	213
170. 蚂蟥叮了怎么办?	213
171. 怎样防治冻疮?	214
172. 如何处理与轻度烧、烫伤?	215
第六章 常见疾病的简易外治	217
173. 什么叫敷贴疗法?	217
174. 热敷疗法有哪几种?	218
175. 什么叫冷敷疗法?	219
176. 什么叫湿敷疗法?	219
177. 什么叫泥敷疗法?	220
178. 什么是蜡敷疗法?	221
179. 什么是磁敷疗法?	224
180. 什么是脐敷疗法?	225
181. 什么是药敷疗法?	226
182. 哪些病可用敷贴疗法? 怎样用?	226
183. 应用敷贴疗法要注意哪些?	254
184. 什么是热熨疗法?	257
185. 热熨疗法有哪几种?	258
186. 哪些病用哪种热熨疗法?	263
187. 热熨疗法应注意哪些?	280
188. 什么是拔罐疗法?	281

189. 拔罐疗法分哪几种?	282
190. 哪些病适应拔罐疗法?	286
191. 拔罐疗法应注意些什么?	293
192. 刮治疗法是怎么回事?	295
193. 刮治疗法分哪几种?	296
194. 哪些病可用刮治疗法?	299
195. 刮治疗法应注意哪些?	302
196. 什么是梳治疗法?	302
197. 梳治疗法分哪几种?	303
198. 梳治疗法可治哪些病?	308
199. 梳治疗法应注意哪些?	312
200. 什么叫药枕疗法?	313
201. 药枕疗法包括哪几种?	314
202. 药枕疗法能治哪些病?	318
203. 药枕疗法应注意哪些?	334
204. 什么是食物外治疗法?	335
205. 食物外治疗法分哪几种?	336
206. 哪些病适用食物外治疗法?	339
207. 食物外治疗法要注意哪些?	363

第一章 常见症状的简易诊断

在一时求医困难的情况下，掌握一些简易的症状诊断要点，有助于判断疾病的性质和程度，及时采取相应措施。免得延误时机，遗恨难追。

1. 为什么长期低热不可大意？

所谓“长期低热”是指口腔温度持续 2 周以上在 $37.4 \sim 38.4^{\circ}\text{C}$ 之间者。（若测肛门温度，可较口温高 0.5°C 。）如今一般家庭皆备有体温计，定时对病员测量体温十分重要。

长期低热的病因十分广泛，可分器质性原因和功能性原因两大类。

器质性原因又可分：

(1) 慢性感染

常见的慢性感染有：

①慢性肾盂肾炎：大多为青中年女性，急性肾盂肾炎有高热，慢性活动期一般有持续性或间歇性低热，尿路刺激可以不明显，但若详细询问病史，大多数病员当时或以前有发热、腰困、乏力、尿频、尿急、尿痛。

②慢性胆道感染：常为胆道细菌及梨形鞭毛虫感染，

主要表现为右上腹慢性疼痛、恶心、呕吐、食欲不振、乏力等症状。

③结核病：为常见的低热病因，如肺结核或肺外结核（如肠、腹膜、肾、淋巴结、脑膜、骨等结核）。大部分病员均有相应的临床症状。

④局部病灶感染：常见的是口咽部感染，如扁桃腺炎、慢性副鼻窦炎、牙根化脓感染等。另外如慢性支气管炎、支气管扩张、亚急性感染性心内膜炎、盆腔炎等，但一般都有相应的临床表现，诊断并不困难。

(2) 肝病

传染性肝炎、慢性迁延性肝炎或慢性活动性肝炎，除了食欲不振、消瘦、乏力、腹胀、肝区隐痛、多汗、失眠等症状之外，常有低热表现。

(3) 结缔组织疾病

结缔组织疾病常以发热为第一症状，而其他症状不明显，造成诊断困难。

①风湿热：多见于 30 岁以内之青年，女性居多，主要症状为发热、关节酸痛、心肌炎、舞蹈病、环形红斑、皮下结节等。

②系统性红斑狼疮：本症约 80~90% 左右有低热，伴乏力、消瘦、两颊蝶形皮损、关节肌肉酸痛，病员往往为生育年龄女性。

③类风湿关节炎：低热、乏力、全身不适、小关节疼痛明显，早期呈梭形肿胀，后期伴有畸形改变。

其他结缔组织疾病，如结节性多动脉炎、皮肌炎、干

燥综合征、结节性脂膜炎等也可引起低热。

(4) 内分泌—代谢病发热

①甲亢：因代谢亢进，往往在夏季可有低热、心动过速。一般都有甲亢的临床症状和体征。

②孕酮（黄体酮）致热作用：行经期至排卵期（卵泡发育阶段）基础体温较低；排卵后体温升高，于黄体发育阶段保持较高的水平，然后随月经来潮而下降，周期间体温相差 1°C 左右，有些妇女可有低热，一般认为系卵巢分泌的孕酮所致，因此生育期女性低热应询问发热与月经周期的关系。

③肿瘤：恶性肿瘤以发热为初起症状甚为常见，特别是白血病、淋巴瘤、肺癌、胃癌、胰腺癌、结肠直肠癌等。40岁以上病员有长期低热、贫血、血沉增快，又无其他原因可查，应警惕恶性肿瘤的可能性，白血病等亦常可起病于青年。

功能性原因亦可造成长期低热，一般认为是植物神经功能紊乱所致。其特点是：

①夏季低热：每年夏季即有低热，伴头晕、乏力、食欲减退，天气转凉低热自行消失，数年后常可自愈（俗称“疰夏”）。

②感染后低热：常为病毒、细菌、原虫等感染引起高热，高热退后持续低热，并有疲乏、食欲不振等症状，经反复体检及实验室检查均无异常发现。

③神经性低热：系植物神经功能紊乱、体温调节功能障碍的结果。年龄一般20~40岁之间（多为女性），体温

大多在 $37.4\sim 38.2^{\circ}\text{C}$ 之间，有乏力、头晕、纳呆、心悸、失眠、窦性心动过速、腰酸等症状，活动或紧张后可使体温上升，休息后体温下降或降至正常。考虑为本病时可让病员在完全卧床休息及从事活动的情况下，分别测定体温，如卧床时无低热，活动时有低热，则提示功能性低热。

2. 高热是哪些疾病引起的？

医学上将发热 39°C 左右或更高，持续 2 周以上称为长期高热。

长期高热的原因可分“感染性疾病和传染病”“非感染性疾病”两大类。其诊断要点为：

(1) 感染性疾病和传染病

①败血症：可以由某一感染病灶所引起，有时除发热外，可以没有其他症状。败血症常见的是金黄色葡萄球菌及革兰氏阴性杆菌败血症，前者为间歇性弛张热，有皮疹、皮肤出血点、心内膜炎、栓塞现象、关节肿痛、贫血等。革兰氏阴性杆菌败血症起病缓慢，常为双峰热，可伴相对缓脉；本症死亡率较高，因此必须尽早明确诊断。

②结核病：结核性高热仍为目前长期高热中的一种常见病因，特别是年龄较轻的病员更应加以考虑；一时尚难肯定者，可用链霉素和异烟肼 2 周，作为诊断性治疗。

③疟疾：不典型症状可每天发热，周围血象多次找不到疟原虫。本病夏秋季节发病率高，发热前有明显寒战，体温可高达40℃以上。伴大量出汗、贫血、脾脏肿大。

④伤寒：近年来因抗菌素广泛应用，伤寒的表现很不典型。起病缓慢，体温呈梯形上升，继而为稽留型高热，胸腹部有少许玫瑰疹，面色苍白、表情淡漠，相对缓脉、肝脾轻度肿大。

⑤急性血吸虫病及慢性血吸虫病发热型：随着消灭血吸虫工作的深入开展，急性血吸虫病的发病率已大大减少。发病时可有皮炎、持续高热、干咳、乏力、食欲不振、肝左叶常疼痛等。慢性血吸虫病发热型病员，在某种诱因（如合并其他发热性疾病）诱发下也可引起长期发热。

⑥感染性心内膜炎：原有先天性心脏病或风湿性心瓣膜病者，突然出现持续性高热、收缩期或舒张期杂音，并有全身乏力，进行性贫血，栓塞现象，皮肤、粘膜、甲床等处可见出血点，关节痛，心律失常，起病数周内出现杵状指，需考虑本病的可能性。

⑦胆道感染：女性居多，常为胆囊炎、胆石症，起病时有持续性或周期性发热，右上腹痛，同时伴恶心、呕吐、黄疸。

⑧肝脓肿：细菌性或阿米巴性肝脓肿早期或慢性期，可仅有高热，肝区疼痛不明显，应仔细观察其局部体征。

⑨呼吸道病毒感染和慢性支气管炎：近来发现呼吸道病毒感染可致持续发热，偶然病程可超过2周。有慢性支

气管炎的高龄发热病员应考虑慢支感染的可能。

⑩尿路感染：大多为女性病员，急性感染可引起高热、腰酸、乏力。

11.霉菌感染：长期应用抗菌素、激素、免疫抑制剂者而发热持续不退，必须考虑到口腔或深部霉菌感染之可能。

12.其他感染：肺脓疡、化脓性中耳炎、卵巢、盆腔及各种深部脓肿、丝虫病、波状热等，均可引起发热，应予全面考虑。

(2)非感染性疾病

①风湿热：为溶血性链球菌感染后引起的全身性变态反应，病员常有发热、关节肿痛、心率增快、心律失常，少数病员常可出现环形红斑或结节性红斑。

②系统性红斑狼疮：以年轻女性为多见，急性发作期有高热、关节酸痛、皮损、贫血、乏力、肢端动脉痉挛、出血点等。对已确诊者，如用较大剂量激素，发热仍不退，应考虑到合并感染。

③恶性肿瘤：几乎所有的恶性肿瘤都可引起发热，但临床上以胃癌、肝癌、胰腺癌、肺癌、结肠癌、骨肉瘤及肾癌、肾上腺癌为多见。因此对每一个持续高热的患者，均应警惕恶性肿瘤，切不可轻易否定。有时转移灶的症状较明显，掩盖了原发病灶。

恶性淋巴瘤、恶性组织细胞增多症（旧称“恶网”）、急性白血病、多发性骨髓瘤等，亦为高热的主要原因之一，发热为弛张型、间歇型和周期型，发热可自数周至数