

疾病的自我诊断

黑龙江人民广播电台《科学知识》节目组选编

黑龙江科学技术出版社

R44
20
3

疾病的自我诊断

jí bìng de zì wǒ zhènduàn

黑龙江人民广播电台

选编

《科学知识》节目组

黑龙江科学技术出版社

一九八四年·哈尔滨

责任编辑：孙建华
封面设计：王玉华

疾病的自我诊断

黑龙江人民广播电台
《科学知识》节目组 选编

黑龙江科学技术出版社出版

(哈尔滨市南岗区分部街28号)

黑龙江省农机局印刷厂印刷·黑龙江省新华书店发行

开本 787×1092毫米 1/32·印张 6.125·插页 ·字数 121千

1984年6月第一版·1984年6月第一次印刷

印数：1—35,300

书号：14217·073

定价：0.68元

前 言

在日常生活中，人们常常出现头痛、发烧、视力模糊、心跳气短等症状，还会看到皮肤、粪便、尿液等颜色的异常变化，触摸到肌体一些部位的改变等。这些症状哪些是由疾病引起的，应当及时去医院诊治；哪些变异是属于正常现象，不必忧虑呢？为了增长人们有关疾病的自我诊断知识和人体生理卫生常识，黑龙江人民广播电台《科学知识》节目，从一九八三年二月起举办了“疾病自我诊断”专题，播出后受到广大听众的欢迎，并纷纷来信索要材料，或建议成书出版。

为了满足广大听众的要求，我们在黑龙江科学技术出版社的支持下，从播出的一百余篇稿件中编选了七十篇文章，汇成此书，奉献读者。

本书在编写过程中，曾得到哈尔滨医科大学附属第一医院、黑龙江省人民医院、哈尔滨市儿童医院等单位的支持和许多专家教授的热心指导，在此一并表示谢意。

由于水平所限，加之编写时间仓促，错误与不妥之处在所难免，望读者批评指正。

目 录

一、内科疾病的自我诊断

头痛种种.....	(1)
不同类型的偏头痛.....	(4)
眩晕.....	(7)
晕厥.....	(9)
睡眠障碍和睡眠异常.....	(12)
麻木.....	(14)
脖子发硬.....	(18)
抽风.....	(21)
各种各样的“自动症”.....	(23)
心律失常.....	(25)
心悸和气短.....	(28)
夜间憋醒.....	(30)
心动过缓.....	(32)
心绞痛.....	(33)
间歇脉.....	(36)
高血压.....	(39)
心口痛.....	(42)
黄疸——疾病的信号.....	(45)

便秘的“自我诊断”	(48)
粪便——人体健康的“情报员”	(51)
慢性腹泄与急性腹泄	(54)
人为什么会呕吐	(57)
吐酸水	(60)
出汗与健康	(62)
发烧	(63)
胸痛种种	(67)
出血不止	(70)
咯血	(71)
痰与疾病	(75)
尿失禁	(79)
五颜六色的尿	(82)

二、眼科疾病的自我诊断

飞蚊症	(84)
虹视	(89)
眼球干痛	(90)
视野缺损是怎么回事	(94)
哪些病可以引起夜盲	(97)
看东西变形是怎么回事	(99)
几种常见的眼球突出	(101)
眼球发黄和灰白是怎么回事	(104)
斜眼是怎么回事	(106)
视力模糊	(108)

三、妇科疾病的自我诊断

妇女闭经·····	(111)
白带——妇女病的信号·····	(116)
不正常的阴道流血·····	(118)
妇女外阴搔痒·····	(122)
妇女为什么腰痛·····	(124)
妇女下腹部包块·····	(127)

四、儿科疾病的自我诊断

小儿皮肤：红、黄、蓝、白·····	(130)
小儿皮疹与疾病·····	(132)
小儿头发的变化和疾病·····	(136)
孩子的高和矮·····	(142)
小儿尿的颜色与疾病·····	(143)
小儿呕吐·····	(144)
从粪便看婴儿的健康状况·····	(146)
小儿便血是怎么回事·····	(148)
从婴儿的哭声辨别疾病·····	(149)
小儿睡眠与疾病·····	(151)

五、其它疾病的自我诊断

当您摸到身上肿块的时候·····	(154)
腹痛·····	(157)
令人心烦意乱的搔痒·····	(160)

皮肤青紫.....	(163)
从皮肤色泽的变化诊断疾病.....	(166)
各种各样的皮肤色斑.....	(168)
耳朵痛.....	(171)
耳聋.....	(173)
耳鸣——一些疾病的“前奏曲”.....	(176)
鼻子出血.....	(178)
流鼻涕.....	(181)
鼻阻塞.....	(183)
各种各样的口臭.....	(185)

头 痛 种 种

头痛虽然是一个很常见的症状，但是，头痛的原因十分复杂，有时很难辨别。头部有病，当然会产生头痛，但是，头部以外有病也可以引起头痛。头痛剧烈的，不一定病重，头痛轻微的，不一定病轻。因此，在寻找头痛原因的时候，既要检查局部，又要注意全身，及时请医生治疗。

凡是能产生头痛症状的疾病，一般地说都有各自的特点。

流行性脑膜炎头痛。其特点是头痛十分剧烈，伴有高热。咳嗽的时候头痛得更加厉害，特别是刚刚发病的时候，后颈部痛得更为明显。此外，头痛的时候，还同时伴有喷射样的呕吐。发病时感到突然发冷，接着就发高热。有的还出现神志不清、昏迷或者半昏迷等症状。这种病大都在冬春季节流行，病人多数是儿童和青壮年。

流行性乙型脑炎头痛。其特点是全头部剧痛，疼痛性质是：搏动性痛或跳痛，或撕裂样痛。此外，还伴有高热、呕吐、抽筋、瘫痪、昏睡、神志不清或者昏迷等症状。这种病主要是蚊子传播的，所以每年7～9月份发病最多，病人多数是儿童和青壮年。

化脓性脑膜炎头痛。这种病多数并发于化脓性中耳炎，特点是流脓的耳朵这一侧头痛。头痛一般是持续性的，而且

越来越重。此外，还伴有呕吐和眩晕等症状。化脓性中耳炎久治不愈的人，如果是头痛逐渐加重，就有可能是这种病。

脑出血头痛。脑出血是最常见的一种脑血管病，常常是在发病前几小时或者几天有不同程度的头痛。发病时头痛十分剧烈，并伴有偏瘫、失语等症状；接着，病人就出现昏迷。患这种病的人，年龄多数是在50~70岁之间，而且有高血压病和动脉硬化的病史。

蛛网膜下腔出血头痛。这是急性血管疾病之一。特点是头痛突然发生，而且十分剧烈。痛的性质，如炸裂、刀割样；痛的部位在全头部或者是头的某一侧。此外，还有意识不清、轻度昏迷等症状。这种病多数是在体力劳动以后，或者在情绪激动，或者饮酒以后发生，病人多数是青壮年。

脑肿瘤头痛。其特点是，刚开始头痛时，有时痛，有时又停止，痛的程度比较轻，但以后逐渐加重。此外，夜间或者清晨疼痛比较明显，低头、咳嗽或者打喷嚏时头痛加重，坐着或站立时头痛减轻。头痛的部位一般也是肿瘤生长的部位。有的除了有上述症状以外，还伴有呕吐，或者瘫痪、感觉障碍、失语等病症。这种病任何年龄都有发生，但多数是30~60岁的人。

血管运动功能障碍性头痛。发病原因还不太清楚。头痛的发作时间，常常与月经期、季节（主要是夏季），以及环境等有关。头痛的部位不定。痛的性质是胀痛、刺痛、钻痛、槌击样痛等，同时常伴有恶心，但很少呕吐。此外，有的人还有多汗和心跳加快等植物神经功能障碍的症状。

紧张性头痛，也叫肌肉收缩性头痛。这种头痛也是所有

慢性头痛症状中最多见的一种。病人多数是青壮年，特别是女性青壮年更多。这种头痛是由于头部或者颈部肌肉长时间收缩，以后又发生血管扩张造成的，因此叫肌肉收缩性头痛。在紧张、烦躁或者焦虑时，头痛加重，因此也叫紧张性头痛，或者叫精神性头痛。痛的性质：头部有重感，就象戴上一顶很紧的帽子——紧箍样痛或胀痛。此外，病人情绪低落，坐立不安，整天昏昏沉沉。还伴有头晕、失眠、记忆力减退、注意力不集中、怕烦、容易激动和月经期头痛加重等症状。这种头痛和神经衰弱性头痛有时很难区别。

眼原性头痛。这是由眼睛疾病引起的头痛。能引起头痛的眼病主要是远视眼和青光眼。

远视眼。头痛部位在两侧眼球以及眉弓处，痛的性质是胀痛。早晨头痛很轻或者不痛，午后头痛加重，视力疲劳时头痛加重；不用眼睛时，头痛减轻或者完全不痛。

青光眼。头痛部位在眼球周围或者在眼眶上部。急性发作时，痛的性质是剧烈的胀裂样痛，眼球也有胀痛。此外，还有眼压升高、眼球坚硬、瞳孔扩大、视力明显减退等症状。

鼻炎和鼻窦炎头痛。这种病是反复感冒引起的。头痛的特点是早晨比下午重，头痛部位在前额和鼻根附近。头痛的性质是轻度或者中等程度的胀痛。慢性鼻炎和鼻窦炎还会出现后头痛和颈部痛。此外，还有鼻塞、流脓鼻涕等症状。

鼻咽癌头痛。其特点是在头痛的同时，常常出现面部皮肤感觉减退和麻木。头痛部位多数是在有病一侧靠近耳朵的颞部、额部和枕部。此外，还有单侧鼻孔堵塞、鼻涕中经常

夹杂着血丝或者突然鼻子流血、耳鸣和听力减退等症状。

高血压性头痛。特点是早晨起床时比较重，随后慢慢减轻。但是，如果工作劳累或者情绪激动，下午头痛会加重。头痛部位一般是在枕下部或前头部，或者后头部甚至全头部。头痛的性质是钝痛、跳痛或紧箍样痛。此外，还有血压升高、头晕、耳鸣、失眠，严重的还有眩晕等症状。

感染性疾病的头痛。最常见的是流行性感冒。特点是两侧眼球后面剧烈疼痛。此外，还有体温升高、肌肉痛、关节酸痛、疲倦等全身中毒症状。流行性感冒常常会广泛传播，造成大面积流行。

有头痛症状的疾病，绝不止上面谈到的这些，还有许多疾病可以引起头痛，只不过是那些疾病比较少见而已。

哈尔滨医科大学附属第一医院 葛茂振

不同类型的偏头痛

偏头痛，又叫血管神经性头痛。它是由于头部颅内、外血管的神经调节和血管运动功能失调造成的，是一种发作性的血管舒缩障碍。典型的偏头痛每次发作时都包括一个动脉收缩期和一个动脉扩张期。一般来讲，先发生颅内动脉收缩，使脑血量减少，引起神经方面的预兆症状，然后发生颅外动

脉扩张而产生头痛。

偏头痛的特点是，头痛都是突然发生，可以自动缓解而不残留症状，但是常常反复发生。发作的周期不一样，有的几天发作一次，有的几个月、一年或数年发作一次。头痛的部位大多数在一侧头部，一般在太阳穴处。少数是局限于前头部或后头部，很少是全头痛。头痛发作前或者发作时可能有脑功能失调的预兆症状。由于颅内动脉收缩发生在不同部位而出现相应的不同症状。比如有的部位出现眼前闪光、暗点、看东西不清楚，有的部位产生麻木、偏瘫等症状。

偏头痛的性质多数是胀痛、跳痛、钻痛，有的是牵扯痛，头部发紧或有重压的感觉。头痛剧烈的时候，常有恶心、呕吐症状。

不同类型的偏头痛又有各自不同的特点。

典型偏头痛。多数发生于青年妇女，在青春期前后发病。大约一半患有偏头痛的人有偏头痛家族史。多数偏头痛的人都有引起发作的诱因，诸如精神紧张、焦虑、激动、疲劳或者吃了某些不合适食物等等。偏头痛有明显的预兆症状，比如眼前有火球、闪光或冒金星的感觉，看东西模糊等。在几分钟或几十分钟以后出现一侧性剧烈头痛，严重时出现恶心、呕吐，吐后头痛减轻。几小时或睡一觉以后，头痛消失。

普通型偏头痛。发作的情况和典型性偏头痛相似。但是预兆症状多数不明显，不过部分患者在头痛发作之前数小时或数天有疲劳感或者出现胃肠症状。此外，头痛常由一侧开始扩展到两侧，发作持续的时间一到两天。

眼肌麻痹型偏头痛。发作的情况和特点基本同典型偏头痛相似。所不同的是，头痛发作时伴有眼肌麻痹，头痛同一侧的眼球转动受限制以及两眼看东西时常把一个东西看成两个。这种眼肌麻痹随着头痛的缓解很快恢复。

偏瘫型偏头痛。这种头痛的特点和眼肌麻痹型偏头痛基本相似，所不同的是不出现眼肌麻痹，而是发生头痛对侧肢体的无力、麻木甚至瘫痪。

脸型偏头痛。这种类型的偏头痛，儿童发病的比较多。预兆症状以及诱因大多数不明显。在偏侧头痛发作时伴有明显的脸痛和呕吐。当进入青春期以后，发作时的症状转成普通型偏头痛。

基底动脉型偏头痛。这种类型的偏头痛，青年妇女发生的比较多，常和月经期有关系，没有明显的其它诱因。头痛发作的预兆是两眼失明或者看东西有变化、眩晕、耳鸣、行走不稳，还可出现双侧手足麻木或神志不清等基底动脉收缩而产生的供血区缺血症状。大约一刻钟以后，后头部出现跳动性头痛，伴有恶心、呕吐。

丛集性头痛。30岁到50岁的男子得这种头痛的比较多。没有什么预兆症状，突然出现一侧眼部周围剧痛，伴有同侧脸、眼发红、流泪、鼻塞。头痛多数是在夜间或者早晨起床时发作，每次发作持续数十分钟到两小时，每天发作，一连数周、数月以后停止，间歇数月或数年以后再发作，很有规律，所以叫丛集性头痛，这是一种特殊类型的偏头痛。

得了偏头痛怎么办呢？偏头痛的本质只是血管的神经调节和运动功能失调，并没有组织结构的病变，因此不要怕。

只要合理地安排自己的工作、学习和生活，注意劳逸结合，避免精神和体力过劳，进行适当的体育锻炼就可消除。找出自己的发作诱因，可以尽量避免。发作时可以适当地用一些止痛片、镇静剂、麦角胺制剂等，比较严重的到医院诊断治疗。

如果每次偏头痛固定在某一侧，并且有加重的趋势，应当尽快去医院检查。

哈尔滨医科大学附属第一医院 胡维铭

眩 晕

眩晕是由平衡感觉障碍引起的。病人感觉自身或者周围景物旋转，平衡失调，摇摆不稳，并且伴有周身出汗、恶心、呕吐、眼球震颤等症状。眩晕分真性和一般性两种。真性眩晕由前庭神经或内耳迷路引起，有自身旋转、周围景物旋转、摇晃以及移动等感觉。一般性眩晕主要是由高血压、动脉硬化或中毒等引起，有头晕、头胀、头重脚轻、眼花、站立不稳等症状，却没有自身旋转或周围景物旋转的感觉。

美尼尔氏病及综合症，则属于内耳疾病，是由迷路水肿、炎症、血管痉挛、出血、动脉硬化或变态反应等引起的。眩晕常常突然发作，发作以前耳鸣加重，听力减退，耳内有胀满感。发作时感到自身和四周景物旋转，并有恶心、呕吐、眼球震颤、面色苍白等症状。因此，病人常常闭目卧床，不敢转头和翻身。每次发作持续几小时以至几天。

但是大多数病人在一、两天内能够逐渐缓解。此病发作的时间长短不一样，短的一周一次，长的几年一次，而大多数是几个月发作一次。

单纯性中耳炎所引起的眩晕其程度比较轻，随着中耳炎的治愈，眩晕也会消失。如果出现中耳炎并发弥漫性化脓性迷路炎时，便会突然发生眩晕，并有恶心、呕吐、听力丧失，以及耳痛、头痛、发烧等中耳感染的症状。慢性中耳炎引起迷路炎的时候，也可以出现反复发作性眩晕，这种眩晕的发作和头部的移动与摆动有关，比如弯腰、结鞋带以及刷牙的时候，就能引起眩晕性发作。

由内耳石器病变引起的良性发作性位置性眩晕病，病人常常由于头的某种位置改变出现短暂的眩晕，持续几秒、几十秒就自行缓解。如果头部再放回原来的位置，眩晕可以再次出现。

前庭神经元炎，常发生在上呼吸道感染或者胃肠道感染以后，起病急，眩晕严重时有恶心、呕吐，但是没有耳鸣和耳聋的现象，青年人和成年人多见。症状持续几周甚至几个月后自行缓解而不再发作。

乘车、乘船和坐飞机的时候，由于迷路受到机械刺激，也会产生眩晕、呕吐以至虚脱。

眩晕性癫痫病，会突然出现旋转性眩晕，同时有恶心，很象美尼尔氏病。

脑动脉硬化眩晕，属于一般性眩晕，除有头晕和轻微站立不稳以外，没有自身旋转或者周围景物旋转的感觉；小脑后下动脉血栓形成的时候，会突然发生严重的眩晕，一般无意识

障碍，有恶心、呕吐和眼球震颤等症状。颈椎病引起的椎动脉供血不足，会出现发作性眩晕，这与头颈转动有密切关系。

药物中毒引起的眩晕，特点是用药以后发生，药停以后眩晕消失。容易引起眩晕的药物有苯妥英钠、新霉素、卡那霉素、庆大霉素、链霉素等。其中有些药物主要影响听神经，用药几天以后出现眩晕，并有呕吐，如链霉素，一般在用药以后四周左右出现眩晕。病人感到周围物体上下摆动，走路或者转动的时候，症状更加明显。这种眩晕一般恢复比较慢，需要几个月甚至几年。

神经衰弱和癔病，属于功能性眩晕。大多数有头昏脑胀、头痛、焦虑不安，紧张、记忆力减退等症状。

全身性疾病如发烧、贫血、低血压、高血压、心力衰竭等，都能引起一般性眩晕。颅内肿瘤也可以引起眩晕。

引起眩晕的情况很复杂，值得人们重视。

黑龙江省人民医院 刘迪

晕 厥

晕厥，就是常说的晕倒、昏倒、昏迷、不省人事。它是由于突然发生暂时性脑缺血引起短暂的意识丧失。

有晕厥病的人，发病以前常常是先感到头晕眼花，头部发轻，有天旋地转、看东西模糊、恶心等感觉。晕倒以后，四肢瘫软，手脚发凉，面色苍白，出冷汗，脉搏细弱，血压下降，有时还会呕吐。躺平以后，脉搏、心跳、血压、面色