

家庭百病 自我治疗 与护理大全



家中备一册 • 健康永相伴

范正祥 主编

科学出版社

R505

11

3

家庭百病自我治疗 与护理大全

范正祥 主编



科学出版社

1991



B 502436

内 容 简 介

本书分辨症识病、急救、疾病治疗护理、护理技术、合理用药等篇，详细指导您当家人有病时如何辨病、对急病及危重病人在未送到医院之前应采取的正确对策、提供常见病及慢性病家庭中可行的简易疗法、学会正确用药及看一般的化验单、掌握一般的护理技术、提供寻医问药的信息等。如果您能掌握本书的知识或能熟练地使用本书，那么，你就是医生。

本书可供具有初中以上文化程度的每个家庭成员阅读。

家庭百病自我治疗与护理大全

范正祥 主编

责任编辑 吴浩源 张德亮

科学出版社 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码：100707

宏伟印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

★

1991年7月第一版 开本：787×1092 1/32

1991年7月第一次印刷 印张：23

印数：0001—13500 字数：507 000

ISBN 7-03-002539-3/R·121

定价：12.80 元

编 著 者

(以姓氏笔画为序)

于骏光	王亚平	王全刚	王增芳
王秀芳	王茹芳	刘多丽	刘金生
刘 剑	孙元培	余宏超	陈俊杰
陈兰芬	张德亮	范正祥	姚大力
高士芬	唐博祥	傅 宁	

前 言

当前，家庭医学在很多国家或地区得到迅速发展，家庭病床日益增多。在千家万户中，每个家庭成员都有患各种疾病的可能，如果发现有病，在没有上医院诊治之前，能按自己所掌握的医护常识或家中备有这方面知识的书本，使您能初步辨病并作紧急处理，或在病人出院之后能在家庭中得到良好的护理，这对每个家庭来说，都是非常有益的。因此，每个家庭成员应多学、多懂一些医药常识，学会做一名家庭医生。我们编写这本书的目的是：为千万个家庭成员的自我辨病、治疗及开展家庭病床提供一本简易、实用的工具书。

在全书的编写过程中，特别注重下列几个方面：

1. 认识疾病。根据某一病征，帮助读者从纵横两个方面分析患的可能是哪种病，然后指导读者作某些简单的、必要的或紧急的处理，以便及时就医。
2. 对急病、危重病人在未送到医院前应采取的正确对策或处置、应注意的事项，为抢救生命和减少伤残提供宝贵的经验和知识。
3. 提供常见病、慢性病家庭中可行的治疗技术和简易疗法。
4. 对病人送进医院后，医生应如何诊治、检查以及所进行的病理分析，一般不涉及。因为这是专业医务人员所应做的事情，一般家庭成员不必掌握，也不易掌握。

5. 掌握一般的护理技术,使病人出院后能在家中得到科学的护理。

6. 学会正确用药,以便充分发挥药效,最大限度地减少不良反应。

7. 帮助读者学会看一般化验结果报告单。

8. 对寻医问药提供准确的信息。

本书力求把正确、可行的医护知识奉献给每个家庭。本书内容适合初中以上文化程度的读者查阅,使其看得懂、学得会、用得上。如果本书能为每个家庭所拥有并在您需要时发挥它的作用,那将是对我们最大的鼓励和安慰!

祝您合家安康!

编著者

一九九〇年十月于北京

目 录

辨症识病篇.....(1)

发热(2) 头痛(4) 咳嗽(7) 胸痛(9)
呼吸困难(11) 咯血(12) 呕血(14) 吞咽困难
(15) 恶心与呕吐(17) 急性腹痛(18) 慢性腹
痛(20) 腹部肿块(22) 便秘(24) 腹泻(25)
便血(27) 腰痛(29) 关节痛(30) 黄疸(31)
紫绀(33) 高血压(34) 低血压(36) 嘶哑(37)
眩晕(37) 水肿(39) 皮疹(40) 皮肤瘙痒(41)
白带异常(42) 阴道出血(43) 肥胖(44) 消瘦
(45)

急救篇.....(47)

一、急救的基本知识.....(48)

病情观察法(48) 护送危急病人的方法(49) 怎样
叫救护车(51) 搬运病人的方法(52) 急症病人的
体位(57) 为病人保暖法(57) 疏通气道法(58)
人工呼吸法(60) 心前叩击术(62) 胸外心脏挤压
术(63) 止血法(65) 骨折固定法(70) 外伤包
扎法(72)

二、急病与伤害.....(77)

中暑(77) 昏迷(79) 惊厥(80) 急性腹痛(81)
咯血(83) 呕血(84) 鼻出血(85) 鼻腔异物(86)
气管异物(88) 心绞痛(89) 服毒(90) 吃错药
(92) 煤气中毒(93) 触电(95) 烧(烫)伤(96)

狗咬伤(98) 毒蛇咬伤(99) 溺水(101) 脱
位(103) 急产(105)

疾病治疗护理篇 (107)

一、内科疾病 (108)

急性胃炎(108) 慢性胃炎(111) 消化性溃疡(113)
慢性病毒性肝炎(119) 肝硬化(123) 胆囊炎(127)
反流性食管炎(130) 急性胰腺炎(132) 胃肠神经
官能症(136) 胆石症(139) 风湿性心脏病(143)
原发性高血压(147) 冠心病(153) 心力衰竭(159)
慢性肺原性心脏病(162) 病毒性心肌炎(166) 雷
诺氏病(169) 心脏神经官能症(172) 风湿热(175)
急性支气管炎(179) 慢性支气管炎(183) 慢性阻
塞性肺气肿(187) 支气管哮喘(191) 肺结核(195)
细菌性肺炎(199) 急性肾小球肾炎(202) 慢性肾
小球肾炎(205) 肾盂肾炎(210) 慢性肾功能衰竭
(214) 缺铁性贫血(219) 再生障碍性贫血(222)
原发性血小板减少性紫癜(227) 急性白血病(231)
过敏性紫癜(236) 系统性红斑狼疮(240) 类风湿
性关节炎(244) 糖尿病(250) 甲状腺机能亢进(256)
呆小病(261) 佝偻病(263) 小儿营养不良(266)
三叉神经痛(271) 面神经麻痹(274) 坐骨神经痛
(277) 中风恢复期(280) 癫痫(285) 偏头痛
(288) 神经衰弱(292) 癔病(295) 强迫性神
经症(299) 精神分裂症(301) 食管癌(305) 胃
癌(308) 原发性肝癌(313) 胰腺癌(315) 直肠
癌(318) 肺癌(322) 鼻咽癌(326) 乳腺癌(332)
子宫颈癌(336)

二、外科疾病 (340)

甲沟炎(340) 脓性指头炎(342) 肋软骨炎(345)

急性乳腺炎(348) 颈淋巴结结核(352) 肾结石
(357) 慢性前列腺炎(361) 下肢静脉曲张(364)
血栓闭塞性脉管炎(367) 慢性小腿溃疡(371) 肛
裂(373) 痔(376) 脱肛(379) 肩周围炎(382)
骨质增生(384) 腰椎间盘突出症(387) 荨麻疹
(390) 落枕(393) 急性腰扭伤(395) 踝关节
扭伤(397) 鸡眼(399) 疖(401) 脚癣(403)
带状疱疹(406) 疥疮(408) 小儿湿疹(410) 牛
皮癣(413) 痤疮(416) 遗尿(418) 腋臭(421)
梅毒(423) 淋病(426)

三、妇科疾病 (430)

外阴瘙痒(430) 急性盆腔炎(434) 功能性子宫出
血(438) 闭经(443) 痛经(448) 经前期紧张
综合征(453) 更年期综合征(457)

四、传染病 (463)

麻疹(463) 风疹(468) 幼儿急疹(471) 水痘
(472) 流行性腮腺炎(476) 病毒性肝炎(479)
猩红热(483) 白喉(487) 百日咳(490) 细菌
性痢疾(495) 疟疾(499)

五、五官科疾病 (504)

飞蚊症(504) 老年性白内障(506) 单纯性青光眼
(508) 电光性眼炎(511) 急、慢性结膜炎(513)
外耳道疖(515) 急、慢性化脓性中耳炎(517) 美
尼尔综合征(520) 急、慢性鼻炎(523) 过敏性鼻炎
(526) 急、慢性咽炎(528) 扁桃体炎(531)
牙周病(533) 牙龈炎(536) 复发性口疮(538)
牙本质过敏(540) 龋病(542) 急性喉炎(544)

护理技术篇 (547)

测体温(548) 数脉搏(549) 查呼吸(551) 量血

压(552) 瞳孔检查法(554) 家庭病床的布置(555)
家庭病房卫生(555) 整理床铺法(556) 留痰法(557)
留尿法(557) 留大便法(558) 喂饭法(559) 床
上洗头法(560) 床上擦澡法(561) 口腔护理法(562)
简易通便法(563) 外阴清洗法(564) 热水坐浴法
(565) 冰袋冷敷法(566) 冷湿敷法(567) 温水
擦浴法(568) 热水袋热敷法(569) 热水湿敷法(570)
氧气袋使用法(571) 肌肉注射法(572) 外科换药法
(574) 滴眼药法(577) 滴鼻药法(577) 滴耳药
法(578) 顺位排痰法(579) 预防褥疮法(580)

合理用药篇(583)

一、家庭用药的一般常识(584)

家庭用药的原则(584) 用药要定时、定量、定法(585)
药品的家庭贮存(587) 常用药物的配伍禁忌(592)
不可突然停用的药物(605) 药物对性功能的影响(606)
老人用药(607) 妇女用药(610) 小儿用药(616)
阿司匹林的新用途(617) 硫酸锌的新用途(619) 维
生素C的新用途(620) 左旋咪唑的新用途(622) 能
引起粪、尿变色的药物(623) 药物对血液的影响(625)
药物对肾脏的损害(628) 药物对肝脏的损害(630)
药物中毒(633) 药物与食物(636)

二、家庭常用药物(639)

磺胺类药物(639) 抗结核药(641) 抗生素(642)
解热镇痛药(646) 镇静催眠药(648) 抗精神失常
药(650) 镇咳、祛痰、平喘药(653) 泻药和止泻
药(655) 制酸药、解痉药和消化药(657) 抗高血
压病药(661) 利尿药和脱水药(664) 止血凝血药
(666) 维生素类药物(668) 补血药(672) 肾
上腺皮质激素类药物(674) 抗过敏药(677) 降血

糖药(679)	抗肿瘤药物(681)	驱肠虫药(685)
治疗感冒的中成药(686)	气血双补的中成药(687)	
补肾壮阳的中成药(690)	补肾健脑的中成药(693)	
补肝肾、强腰膝的中成药(694)	补益脾胃的中成药	
(695)	养心安神的中成药(696)	治疗风湿痹痛的
中成药(698)	抗高血压、高血脂的中成药(700)	治
疗中风、昏迷、偏瘫的中成药(703)	滋阴降火的中成	
药(704)	聪耳助听的中成药(706)	治疗眼病的中
成药(707)	治疗跌打损伤的中成药(708)	
附录1.....	(710)	
附录2.....	(720)	
附录3.....	(721)	

辨 症
识 病 篇

发 热

因各种原因导致体温升高，超过正常范围称为发热。一般而言，腋下温度在 37°C 以上，口腔温度在 37.3°C 以上，或直肠内温度在 37.6°C 以上，一昼夜间波动在 1.2°C 以上时，即为发热。但是，健康人在剧烈运动或进餐后，或在高温环境中工作及情绪激动时，也可使体温暂时稍有升高。

根据发热的程度来识别

- 长期低热 病人体温在 $37.4\sim 38^{\circ}\text{C}$ ，热程超过1个月，可见于结核病、甲亢、慢性胆囊炎、慢性扁桃体炎、慢性盆腔炎、慢性活动性肝炎以及各种功能性低热。

- 中度发热 病人体温在 $38\sim 39^{\circ}\text{C}$ ，可见于结核病、感冒、急性阑尾炎、原发性肝癌等疾病。

- 高热 病人体温在 $39\sim 40^{\circ}\text{C}$ ，常见于肺炎、化脓性胆管炎、败血症、淋巴瘤等。

- 超高热 病人体温超过 41°C ，可见于中暑、病毒性脑炎、输液反应以及病人临终前。

根据热型来识别

- 稽留热 病人体温持续 $39\sim 40^{\circ}\text{C}$ 达数日或数周，且体温波动在 1°C 以内，可见于肺炎、伤寒或斑疹伤寒。

- 弛张热 病人体温高于 39°C ，且一天内波动幅度达 2°C

以上，可见于风湿热、败血症、化脓性疾病等。

- 间歇热 病人体温在一天之间可由 39°C 下降至 37°C ，然后又骤然上升，呈交替出现、反复发作，可见于疟疾、急性肾盂肾炎。

- 回归热 病人体温急骤升高至 39°C 以上，持续数天后又骤然下降至正常水平，高热与正常期各持续数日，再重复出现。可见于回归热、何杰金病、周期热。

- 不规则热 病人发热无一定规律，可见于结核病、风湿热、肺炎、胸膜炎以及感染性心内膜炎等。

根据体温下降的方式来识别

- 骤降 病人体温在数小时内迅速降至正常，见于疟疾、肺炎、急性肾盂肾炎、回归热等。

- 缓降 病人体温在数天内逐渐降至正常，见于伤寒、风湿热等。

根据伴随症状来识别

- 发热伴有寒战，可见于大叶性肺炎、败血症、急性胆囊炎、急性肾盂肾炎、疟疾、钩端螺旋体病等。

- 发热伴有结膜充血，可能是患了麻疹、流行性出血热、恙虫病等。

- 发热伴有单纯疱疹，可见于流感或其他病毒性感染。

- 发热伴有皮疹，可见于猩红热、麻疹、风疹、水痘、伤寒、药物热。

- 发热伴有黄疸，可疑为肝胆系统感染。

- 发热伴有出血现象，可能是流行性出血热、重症肝炎、败血症、细菌性心内膜炎、急性白血病等。

- 发热伴有淋巴结肿大，可见于白血病、淋巴瘤、淋巴结核等疾病。

- 发热伴有肝脾肿大，可能是患了肝胆系统感染性疾病、败血症、血吸虫病、疟疾、淋巴瘤等。

- 发热伴有关节肿痛，可见于风湿热、痛风、肺癌。

- 发热伴有腹痛、腹泻，可能是急性胃肠炎、急性阑尾炎、急性胰腺炎等。

- 发热伴有昏迷，若先发烧后昏迷，可能是流行性脑脊髓膜炎、流行性乙型脑炎、中毒型菌痢；若先昏迷后发烧，可能为脑出血或安眠药中毒。

头 痛

头痛，可以是疲劳、紧张过后的一种表现，也可以是某些严重疾病（如脑瘤、高血压脑病）的一种信号。

根据头痛发生的急缓来识别

- 急性发作的头痛，可见于全身急性感染、脑炎、脑膜炎、急性鼻窦炎、脑血栓、蛛网膜下腔出血、中暑、煤气中毒、急性青光眼等疾病。

- 反复发作性头痛是偏头痛的特征之一，也可见于高血压脑病、嗜铬细胞瘤、三叉神经痛、慢性鼻窦炎等疾病。

- 缓慢发生的头痛，可见于脑脓肿、脑肿瘤、结核性脑膜炎、硬膜下血肿、贫血、高血压、紧张性头痛等。

根据头痛的部位来识别

- 偏头痛多在右侧颞部。

- 高血压性头痛一般在枕后部。
- 硬膜下血肿引起的头痛，多在前额、颞部及顶部。
- 浅在、局限性头痛，多为眼、鼻、牙齿等处病变所引起。

- 位置深在的头痛，则可能是脑脓肿、脑肿瘤、脑膜炎、脑炎等疾病。

- 弥漫性的全头部头痛多由颅内外的急性感染性疾病所引起。

根据头痛的性质来识别

- 面部的阵发性电击样剧痛，多为原发性三叉神经痛。
- 胀痛或搏动样跳痛常为血管性头痛，如偏头痛。
- 强烈钝痛可为脑膜炎、脑炎所引起。
- 具有重压感、紧箍感的头痛或呈钳夹样疼痛，可能为紧张性头痛（或肌肉收缩性头痛）。

根据头痛的程度来识别

- 剧烈头痛，多见于颅内压增高性疾病、偏头痛、高烧以及三叉神经痛。
- 五官疾病引起的头痛，多呈中等程度。
- 轻度头痛，但可妨碍病人休息和工作，可能是器质性疾病。

根据头痛的出现时间和持续时间来识别

- 晨间头痛多见于额窦炎、偏头痛、颅内肿瘤，有规则的午后头痛多为上颌窦炎（鼻窦炎中的一种）。
- 神经官能性头痛具有病程长、波动起伏、易变的特

点。

- 偏头痛多呈周期性反复发作，往往在上午发生，可持续数小时或1～2天，妇女在月经期发作较为频繁。
- 脑肿瘤引起的头痛可呈慢性持续性，延续较长时间。

根据影响头痛的因素来识别

- 平卧时加重、直立时减轻的头痛可能为血管性头痛。
- 腰椎穿刺后引起的头痛往往当病人呈直立体位时而加重。
- 头痛因转头、俯首、咳嗽而加剧时，可能与脑肿瘤、脑膜炎有关。
- 因颈部肌肉而加重的头痛往往为颈肌的急性炎症所致。
- 颈肌因过度紧张所致的头痛可在颈部活动后得到减轻。

根据头痛的伴随症状来识别

- 头痛伴有发烧，多为感染性疾病如脑膜炎、肺炎、扁桃体炎所引起。
- 头痛伴有剧烈呕吐，可为颅内压增高所致。
- 头痛伴有眩晕，可见于小脑肿瘤、椎-基底动脉供血不足等。
- 头痛伴有视力障碍，可能为青光眼、散光或近视、某些脑肿瘤。
- 头痛伴有高血压，可见于高血压病或症状性高血压。
- 头痛伴有癫痫发作，可见于脑血管畸形、脑寄生虫囊肿、脑肿瘤等。