

家庭医疗丛书

韩百灵 张贵君 主编

常见内科病家庭疗法

主编 回秀丽 刘文康

黑龙江科学技术出版社



《家庭医疗丛书》编委会

主 编 韩百灵 张贵君

副主编 韩延华 吕玉霞 回秀丽 刘文康 周 凌 唐 瑞
郑 军

编 委 (按姓氏笔顺为序)

丁 慧 马晓玲 王小兵 王国杰 王 海 冯晓玲
冯剑桥 曲永康 刘雪梅 孙丽华 孙 河 李红梅
李春生 吴文红 宋秀珍 张正越 张 明 张 伟
张桂波 张 莉 陈 波 杨丽珍 苑青梅 周国荣
林 青 赵秀芝 赵 晔 侯继平 姚美玉 姜丽玉
徐京育 郭伟光 唐 英 曹舒娜 韩延博

《常见内科病家庭疗法》

主 编 回秀丽 刘文康

副主编 (按姓氏笔顺排列)

孙丽华 陈 波 赵 晔 徐京育

编 委 王小兵 刘雪梅 吴文红

《常见外科病家庭疗法》

主 编 唐 瑞 郑 军

副主编 郭伟光 曲永康 李春生

《常见妇科病家庭疗法》

主 编 韩延华

副主编 姚美玉 周国荣 赵秀芝 宋秀珍

《常见儿科病家庭疗法》

主 编 吕玉霞

副主编 张 伟 张桂波 杨丽珍 曹舒娜

《常见五官科病家庭疗法》

主 编 周 凌

副主编 唐 英 孙 河 张 莉 冯剑桥

前 言

追求健康,希望长寿,是每个人终生所期盼的。但人或多或少、或轻或重总会生病的,能不能做到一般性的常见病不去医院求治,而自行调理就可以治愈?我们认为这是完全有可能的。

为了满足广大家庭患者的需求,为他们提供一套集科学性、实用性、可操作性为一体的家庭常见病医疗的参考书,我们组织了30余位具有教学与临床经验丰富的专家教授,编写了《家庭医疗丛书》。

本丛书由《常见内科病家庭疗法》、《常见外科病家庭疗法》、《常见妇科病家庭疗法》、《常见儿科病家庭疗法》和《常见五官科病家庭疗法》5部组成。每部著作的内容分两部分:第一部分为基础知识;第二部分阐述各种常见病的病因、发病机理、诊断、中西医治疗方法及预防保健。简明扼要,通俗易懂,适宜中等文化程度以上的人员阅读。

本丛书由全国著名老中医韩百灵教授和黑龙江省中青年专家张贵君教授任主编。各部分别由内科回秀丽、刘文康;外科唐瑞、郑军;妇科韩延华;儿科吕玉霞;五官科周凌等主编。

对于我们来说,撰写立足家庭、面向大众、通俗易懂的医疗丛书还是个尝试,加之时间短促,水平所限,书中会有许多错误之处,欢迎同行和广大读者提出意见,以期改正。

编著者

1997年8月

目 录

第一章 基础知识	(1)
第一节 家庭医疗的条件和意义	(1)
一、家庭医疗的可能性	(1)
二、家庭医疗的重要性	(2)
第二节 常见内科疾病的病因	(3)
一、自然环境中的致病因素	(3)
二、社会环境中的致病的因素	(12)
三、人体自身的生物、心理致病因素	(13)
第三节 内科疾病的分类	(14)
一、中医分类	(14)
二、西医分类	(16)
第四节 常见内科疾病的症状	(26)
一、发热	(26)
二、头痛	(27)
三、胸痛	(29)
四、咳嗽与咯痰	(31)
五、呼吸困难	(32)
六、咯血	(33)
七、心悸	(34)
八、水肿	(34)
九、腹痛	(35)
十、恶心与呕吐	(37)
十一、呕血	(38)

十二、便血·····	(38)
十三、腹泻·····	(40)
十四、便秘·····	(41)
十五、黄疸·····	(42)
十六、眩晕·····	(44)
十七、尿频、尿急、尿痛·····	(45)
第五节 常见内科疾病的检查手段·····	(46)
一、体格检查·····	(46)
二、辅助检查·····	(50)
第六节 药物常识·····	(58)
一、中药知识·····	(58)
二、西药知识·····	(66)
三、家庭用药的注意事项·····	(70)
第七节 家庭可施行的治疗技术·····	(71)
一、皮内注射·····	(71)
二、皮下注射·····	(72)
三、肌肉注射·····	(72)
四、静脉注射和静脉输液·····	(73)
五、灌肠、简易通便和排气法·····	(73)
六、蒸气吸入法·····	(74)
七、氧气吸入法·····	(74)
八、鼻饲法·····	(75)
九、导尿术·····	(75)
十、换药法·····	(75)
第八节 非药物治疗方法·····	(76)
一、心理疗法·····	(76)
二、针灸按摩疗法·····	(79)
三、运动疗法·····	(80)
四、物理疗法·····	(81)

第九节 常见内科疾病的家庭护理	(82)
一、观察病情	(82)
二、生活护理	(84)
三、医疗护理	(85)
第十节 常见内科疾病的急救常识	(86)
一、防患于未然	(86)
二、紧急关头的家庭疗法	(87)
三、家庭急救的重要性	(89)
第十一节 预防与保健	(90)
一、预防	(90)
二、保健	(90)
第二章 常见内科病的家庭医疗	(92)
第一节 传染病	(92)
一、流行性感冒	(92)
二、病毒性肝炎	(95)
三、狂犬病	(99)
四、伤寒	(101)
五、细菌性食物中毒	(103)
六、细菌性痢疾	(107)
七、流行性脑脊髓膜炎	(110)
八、溶血性链球菌感染	(113)
九、败血症	(116)
十、肺结核	(119)
十一、肠结核	(123)
十二、结核性腹膜炎	(125)
十三、性病	(128)
十四、绦虫病和囊虫病	(134)
第二节 呼吸系统疾病	(138)
一、急性气管、支气管炎	(138)

二、慢性支气管炎	(141)
三、阻塞性肺气肿	(145)
四、慢性肺源性心脏病	(149)
五、支气管哮喘	(154)
六、支气管扩张症	(159)
七、肺炎	(162)
八、肺脓肿	(165)
九、结核性胸膜炎	(169)
第三节 循环系统疾病	(172)
一、风湿热	(172)
二、风湿性心脏病	(177)
三、动脉粥样硬化	(183)
四、冠心病	(187)
五、高血压病	(200)
六、心血管神经官能症	(206)
七、病毒性心肌炎	(209)
八、心律失常	(213)
第四节 消化系统疾病	(216)
一、反流性食管炎	(216)
二、急性胃炎	(218)
三、慢性胃炎	(221)
四、消化性溃疡	(224)
五、胃癌	(228)
六、溃疡性结肠炎	(231)
七、肝硬化	(233)
八、酒精性肝病	(238)
九、药物性肝病	(241)
十、原发性肝癌	(244)
十一、胆石病	(248)

十二、急性胆囊炎	(251)
十三、慢性胆囊炎	(253)
十四、急性胰腺炎	(256)
十五、慢性胰腺炎	(259)
第五节 泌尿系统疾病	(261)
一、急性肾小球肾炎	(261)
二、慢性肾小球肾炎	(264)
三、肾盂肾炎	(267)
四、肾结石病	(270)
五、慢性肾功能不全	(274)
第六节 血液系统疾病	(278)
一、缺铁性贫血	(278)
二、巨幼细胞性贫血	(281)
三、再生障碍性贫血	(283)
四、溶血性贫血	(287)
五、白细胞减少症	(290)
六、白血病	(293)
七、过敏性紫癜	(297)
八、血小板减少性紫癜	(299)
九、血管及其他原因所致的出血	(302)
第七节 内分泌系统疾病	(304)
一、单纯性甲状腺肿	(304)
二、甲状腺机能亢进	(307)
三、甲状腺机能减退	(310)
四、更年期综合征	(312)
第八节 神经系统疾病	(314)
一、面神经炎	(314)
二、美尼尔病	(316)
三、癫痫	(320)

四、偏头痛	(323)
五、脑出血	(326)
六、脑梗塞	(329)
第九节 精神疾病	(333)
一、神经衰弱	(333)
二、精神分裂症	(337)
三、性功能障碍	(340)
四、酒精中毒和酒精依赖	(344)
五、失眠	(346)
六、睡眠过多	(347)
第十节 营养缺乏及新陈代谢疾病	(349)
一、营养不良及蛋白质缺乏症	(349)
二、维生素缺乏症	(352)
三、钙代谢紊乱	(357)
四、糖尿病	(360)
五、肥胖症	(364)
六、高脂血症	(367)
第十一节 免疫性疾病与结缔组织疾病	(370)
一、药物反应	(370)
二、红斑性狼疮	(373)
三、类风湿性关节炎	(377)
第十二节 老年期疾病	(380)
一、肺炎	(380)
二、冠状动脉粥样硬化性心脏病	(382)
三、高血压病	(385)
四、消化性溃疡	(387)
五、便秘	(388)
六、短暂脑缺血发作	(392)
七、震颤麻痹	(394)

八、糖尿病	(397)
九、老年性骨质疏松	(398)
十、前列腺肥大	(401)
十一、肺癌	(404)
主要参考文献	(409)

第一章 基础知识

第一节 家庭医疗的条件和意义

要真正实现世界卫生组织倡导的“2000 年人人享有卫生保健”的宏伟目标,仅靠医院单方面努力,是很难做到的。必须依靠广大群众和亿万家庭,必须提高全体人民的文化素质和医疗卫生知识,做好家庭医疗和医院诊疗两方面的工作,才能真正实现全人类渴望的伟大目标。

一、家庭医疗的可能性

要进行良好的家庭医疗不需复杂的医疗设备,但须具备一些必要的条件,即利用可能的条件或经过努力能够达到的条件。

第一,医院对家庭医疗的指导作用近年不断提高,随着社会的进步,医疗卫生事业的发展和改革创新,现代社会医院的任务,不能仅仅诊疗住院和门诊的病人,更不能以盈利为目的,应开展预防和全面的社会医疗服务,面向社会、面向广大群众和千千万万个家庭,成为人民健康的服务中心。诊疗病人和指导群众实行自我保健,同样成为医院的两大重要任务。同时,医务人员各方面素质的提高,通过多种途径与广大群众交往的日益广泛,在指导群众防病治病以及家庭医疗方面,无疑提供了许多便利和条件。

第二,人民生活水平的提高,住房条件的改善,使家庭医疗甚至家庭病床的设立创造了良好的物质条件;文化素质和医疗卫生知识的不断提高,他们既有学习的要求,又有学习的条件,使群众了解掌握常见内科疾病的医疗常识不再是难事。

第三,宣传媒介的作用,如多种宣传医疗卫生知识的科普读

物、广播、电视、报刊杂志等,已经成为广大群众学习医疗卫生知识的课堂。

第四,信息高速公路的运用和普及,已使利用电脑诊病和治疗由神话和幻想变为现实,为家庭诊疗及家庭病床的设立创造了更多的条件。

第五,古代劳动人民逐渐创造了一些原始的医疗方法。中华民族的繁衍生息离不开传统的家庭医疗及保健,我们每个人从小就从前辈那里或多或少地继承了一些家庭医疗知识,这也使得家庭诊疗更易于为群众所接受。

第六,内科疾病的特点较其他科疾病更易于家庭医疗。内科疾病发病隐袭者较多,并且慢性病占很大比例。一般来说,慢性病人不可能都住院治疗,即使经济非常发达的国家,还会有许多病人由于病情、交通、经济等诸多因素,不能到医院治疗,而要求在家里医治和生活。内科疾病的治疗手段以内服、注射中西药为主,配合针灸、按摩、体育、物理疗法等。对于非医务人员,相对外科等学科,比较好掌握,要求的条件也不太严格,设备也不需太多,一般来说,应备有一支体温计,能备血压计和听诊器更好,这些设备价格低廉,易于一般家庭承受。

以上这些都为常见内科病家庭医疗提供了有利条件。

二、家庭医疗的重要性

不论社会的经济多么发达,家庭医疗的重要性都是不言而喻的,它具有重要的现实意义。

对病人,由于住在家里,环境生活化、家庭氛围浓、亲情融融,使病人的心境亲切而自然,心情平稳,饮食调剂方便,随心可口,护理人员是病人的亲人,无拘无束,与其他病人不住在一起,避免了不良的刺激与干扰,睡眠休息好,无疑会减少痛苦、缩短疗程,对病人的康复起到良好影响。

对小病、慢性病、康复病人、没有严重并发症的常见疾病、某些

明确诊断的急性病人和部分传染病人等,都可在家庭治疗。

对出院后的病人,可在家中继续调治,巩固疗效,恢复健康,减少复发。

对家庭,家中有住院病人,给亲人们将带来思想、经济和家务负担,而在家里照顾病人,则对家人的工作、学习影响较少,心底坦然。

家庭诊疗最重要的条件莫过于具备必要的医学知识。不但需要学习医疗知识、药物知识、营养知识、护理知识、操作技术,还需要学习社会科学、心理学,甚至学习些文学艺术等。

但是,家庭毕竟不是医院,家庭人员知识有限,因此对于家庭诊疗有困难的病人,不要勉强在家里诊疗,而要及早送往医院,以免贻误疾病治疗。

第二节 常见内科疾病的病因

与所有的各科疾病一样,人们对有些内科疾病的病因是明确的,是已知的;而有相当一部分还在未知的领域里。近十年来,随着医学科学和生物科学的的高速发展,科学家们孜孜不倦的探索,使这未知领域不断缩小。相信在不久的将来,人类将大部或全部揭开一块块神秘的面纱,突破所有疾病的病因这一重大科学课题。人类只有全部或大部了解致病的因素,才能真正实现全人类健康长寿的愿望,这将对人类做出无比伟大的贡献。

内科疾病的病因繁多,分类方法也不尽相同,但大体可分为自然环境、社会环境、自身生物、心理因素的病因。

一、自然环境中的致病因素

所谓自然环境致病因素就是人类生存的自然环境中,能够导致疾病的有害因素。主要包括生物性病因、物理性病因、化学性病因、人体摄取营养物质的病因、过敏性物质、先天性畸形、遗传性疾病、医源性病因等。

1. 生物性致病因素

生物性致病因素是活的病原体,包括微生物和寄生虫。微生物是肉眼看不到的一类生物,包括细菌、立克次体、支原体、衣原体、螺旋体、真菌。寄生虫主要包括蠕虫和原虫。传染病和化脓性炎症就是由病原体所引起的,其中最重要的是细菌和病毒。

(1) 生物性病因的特点

①这类病因所致的疾病具有流行病学特点,即由感染源、传播途径、易感人群构成1个环。感染源常为病人或某些动物,例如肝炎病人是肝炎的感染源,“豆猪”、“豆牛”则为绦虫病的感染源。传播途径即指细菌和病毒是如何进入人体的,例如细菌性痢疾的病原体通过粪→口→胃肠道→人体;流感通过呼吸道侵入人体。易感人群即指某感染性疾病,最容易发生在何种年龄、从事何职业的人群等。例如麻疹易发生在儿童,而布氏杆菌病容易发生在牧民或与牛羊接触多的人群等。

②致病作用机理。是病原体侵入人体并在体内繁殖,可直接致病或产生内毒素、外毒素等而损害人体。

③具有免疫作用。病原体侵入人体后,人体在与病原体斗争过程中,即产生抵抗力,称为免疫力。这种免疫力可使病人有一定的免于再受病害的能力,这就是为什么有些传染病,人一生只得一次,如麻疹、伤寒等。接种某种疫苗即可预防这种传染病,即是根据这个原理。而有些则免疫力持续很短,如流感、痢疾等。

④可以通过物理及化学消毒方法杀灭。例如一般的病原体加热到100℃以上大都死亡。化学消毒剂也能杀死病原体。

(2) 各种病原体的特点

①细菌。细菌的体积很小,肉眼看不见,需用光学显微镜放大几百倍以上才能看到。细菌不都是致病菌,仅一部分是致病菌。细菌的基本形态有三种:一种是球菌,像球,例如引起流脑的脑膜炎双球菌;第二种是杆菌,像短棒,例如引起痢疾的痢疾杆菌;第三种是螺旋菌及弧菌,弯曲着或螺旋状,例如幽门螺旋杆菌可致消化性

溃疡和胃炎。细菌致病主要靠其毒力和侵袭力。

②病毒。病毒比细菌还要小得多,在普通光学显微镜下看不见,必须在电子显微镜下放大几万倍以上才能看清楚。病毒对人体的致病作用,主要靠病毒在人体细胞中大量繁殖,破坏人体细胞并使人体新陈代谢功能发生紊乱,病毒还释放出毒性物质,使人体发生中毒反应。例如肝炎病毒侵入人体后,不但在血液中,而且在肝细胞内大量生长繁殖,破坏肝细胞而发生急性或慢性肝病。

③立克次体。立克次体的形态和化学成分类似细菌,而它的生活习惯类似病毒,必须在活的细胞或组织中生长繁殖,在光学显微镜下可以看到。病原性立克次体能产生毒素,会引起全身衰竭症状,并引起皮肤及组织出血。最常见的立克次体病是斑疹伤寒。

④真菌。真菌的构造比细菌复杂,体积也较细菌大得多,病原性真菌所引起的疾病大多数为慢性病,如头癣、体癣、手足癣、甲癣、股癣、鹅口疮等。

⑤螺旋体。螺旋体比细菌大得多,形状像螺旋,致病螺旋体最常见的是钩端螺旋体和梅毒螺旋体。前者可引起钩端螺旋体病;后者可引起梅毒,属于一种性病。

⑥衣原体。衣原体所致疾病近年来逐渐增多,其中有些属于人与禽类动物共同感染。传染源主要为鸚鵡、家禽(鸽、鸡、鸭、鹅)、野禽等。近年性病发病率上升,性病中有一种叫淋巴肉芽肿,其病原就是衣原体。

⑦寄生虫。又分为蠕虫和原虫。

致病性蠕虫包括蛔虫、蛲虫、钩虫、绦虫、血吸虫、丝虫、肝吸虫等。

蛔虫:可致肠蛔虫症、胆道蛔虫症等。

蛲虫:肛门周围瘙痒、感染、发生肠道的炎症。

钩虫:穿破人体皮肤后,寄生在小肠内,以吸血为主,导致人体严重贫血。

绦虫:又称寸白虫,是寄生在小肠里的寄生虫,近年绦虫及囊

虫病有上升趋势,主要有猪肉绦虫和牛肉绦虫两种。猪肉绦虫是猪作为中间宿主,而牛肉绦虫以牛作为中间宿主。猪肉绦虫长达4米~6米,牛肉绦虫可长达4米~10米。两种绦虫外形很相似,像一条白色的带子,扁平而细长,由许多小节片连接。排至体外,当猪或牛吞食后,在其肌肉里发育成尾蚴,呈乳白色,半透明、粟米粒大小。若为猪肉则称为“米猪肉”或“豆猪肉”。人如果吃了未煮熟的“米猪肉”,就会感染而患绦虫病。如果带绦虫卵的粪便被人吞食,则与牛、猪一样,患上囊虫病。最危险的是囊虫寄生在颅内,引起癫痫等严重的症状。

血吸虫:主要生长在长江中下游的水域或水田里,中间宿主是钉螺。血吸虫的致病作用主要由虫卵引起,它可刺激人体,使机体过敏,并可阻塞血流,引起肝脾肿大、肝硬化和门脉高压,即“大肚子”病。

丝虫:由蚊子传播,当带有丝虫幼虫的蚊子吸入血时,丝虫的幼虫就可侵入人体而使人受到感染,在人体的大淋巴管和淋巴结发育为成虫,可以患淋巴管炎及象皮肿。

华枝睾吸虫:又称肝吸虫。成虫寄生在人体的肝脏和胆道里,虫卵由病人的粪便排至体外,第一中间宿主是豆螺,第二中间宿主是鱼、虾。当人吃了含囊蚴的生鱼、生虾后,由于囊蚴还活着,便会在人体肠道、肝脏、胆管、胆囊里发育为成虫。可引起胆道堵塞、肝细胞坏死、肝硬化等疾病。

致病性原虫:包括滴虫、疟原虫、阿米巴原虫等。致病原虫的特点是有滋养体,有的还有包囊。

滴虫:肠滴虫主要寄生在人体的大肠,而阴道滴虫主要寄生在女性阴道内,引起外阴瘙痒,阴道发炎,白带增多。男性可引起尿道炎或前列腺炎,有排尿痛等症状。

疟原虫:疟疾俗称“打摆子”。疟原虫是疟疾的病原体,主要寄生在人的红细胞内。其主要致病作用是红细胞内大量裂殖子胀破了红细胞后,其有毒物质进入血浆,病人出现寒战、高热、大汗、肝

脾肿大及贫血等。

阿米巴原虫：主要寄生在人体的肠壁组织，可产生类似痢疾的症状，所以又称为阿米巴痢疾。进入血液和肝脏，可使病人患阿米巴肝脓肿。

2. 物理性致病因素

物理性病因种类繁多，我们最熟悉的声、光、热、电、磁、射线、超声、振动、视屏作业、多种外伤后致内脏的感染等，在一定条件下可使人致病。

(1)光 太阳光中含有很强的红外线和紫外线等。适量的红外线照射有益于健康。但是，过量照射则有害健康，可以引起皮肤急性灼伤、眼睛损害、影响视力、并发白内障等眼病；如果在强烈的阳光下照射时间过长，还会发生中暑。

适量的紫外线对人体也是必要和有益的。长期不见或少见阳光的人会发生一系列的代谢障碍。但是，接触过强的紫外线照射会引起皮肤病变、疲劳、头痛及电光性眼炎等。例如电焊工未防护好可患雪盲等。

激光可灼伤皮肤，以至焦化。功率很大时，可使深部器官受到损害。激光对人体的作用，主要通过热效应、光化学效应、压强效应和电磁场效应，造成人体细胞的热汽化、破碎、组织和细胞的变性和坏死等。

(2)热 温度过高或温度过低都会导致人体的损害。温度过高，可使人体大量出汗，甚至中暑，引起人体的心脏、血压发生变化，胃肠活动减弱，消化液及胃酸分泌减少，引起食欲下降及消化不良，并可引起大脑功能下降。温度过低，也会发生病害。最常见的是冻伤和冻疮，冻疮是体表，尤其是末端的皮肤损害；而冻伤则可能造成人体内脏的损害，甚至冻僵以致死亡。寒冷的刺激并可作用于人体的心脑血管，易患心脏疾病、脑血管疾病、周围血管疾病，尤其是中老年人。

(3)声 致病的声音一般是噪声。所谓噪声是指各种不同频率