

事事不求人

家庭必备的日常生活工具书

柯 生 主编

广西人民出版社

目 录

一、中毒紧急救治…………… (1)

辣椒中毒 毒草中毒 霉变食物中毒 腐败变质饭菜中毒
病死牛肉中毒 病死狗肉中毒 鱼胆中毒 蟹中毒 人参
中毒 白果中毒 红茴香中毒 烟草中毒 蜂蜜中毒 桐
油中毒 漆树过敏 苦楝子中毒 鱼肝油与维生素A中毒
冬眠灵中毒 驱蛔灵中毒 酒精中毒 农药喷洒过的蔬菜
中毒 有机磷农药中毒 蜈蚣咬伤 毒蛇咬伤 毒蜘蛛咬
伤 狂犬病 蝎螫伤 蜂螫伤 沼气窒息中毒 煤气中毒
蓄粪池内急性中毒 氯气中毒 雷击 砒霜中毒 铅中毒
紫铜火锅中毒 铁中毒 锡酒壶中毒 硫酸铜中毒 水银
中毒

二、急症简易急救…………… (43)

休克 昏厥 抽筋(抽风) 触电 烫伤 扭伤 脱臼
骨折 刺伤 割伤 外伤出血 酒醉 异物入肚 异物入
眼 异物入耳 异物入鼻 中暑(发痧) 咯血 腹痛
吃错药 咬 断体温表 附：人工呼吸

三、性病治疗指南…………… (53)

淋病 梅毒 非淋菌性尿道炎 软下疳 滴虫病 尖锐湿疣
生殖器疱疹 念珠菌病 性病性盆腔炎 性病性淋巴
肉芽肿 腹股沟肉芽肿

四、奇效新气功…………… (61)

(一) 新气功治癌…………… (61)

“新气功疗法”治癌的机理与效果 “新气功疗法”治癌
的基本方法和要求

(二) “新气功疗法”治疗慢性病…………… (65)

“新气功疗法”对高血压和心脏病有显著疗效 “新气功

疗法”对治疗支气管扩张、哮喘、肺结核、肺气肿等病有良好效果“新气功疗法”对恢复消化系统的机能和治疗肠胃病、胃下垂、便秘等有显著疗效

(三) 怎样练“新气功疗法”…………… (69)

慢步行功 松揉小棍功法 涌泉穴气功按摩法 中度风呼吸法

五、现代育儿最新知识…………… (91)

(一) 父母怎样把握小儿的发育…………… (91)

小儿的年龄分期 正常小儿的生长发育 影响小儿生长发育的因素

(二) 怎样喂养婴幼儿才合理…………… (94)

母乳喂养 混合喂养 人工喂养 辅助食品的添加 断奶和断奶以后的饮食

(三) 怎样护理小儿才符合科学要求…………… (99)

新生儿护理 婴幼儿的日常护理

(四) 预防接种…………… (103)

(五) 怎样有效防治儿童常见病…………… (105)

麻疹 百日咳 流行性腮腺炎 水痘 蛲虫病 蛔虫病

(六) 儿童智力的测量…………… (110)

六、老年保健诀窍…………… (117)

(一) 老年人营养与饮食的诀窍…………… (117)

(二) 精神、环境和作息的特殊性…………… (120)

(三) 老年人应有的卫生习惯…………… (121)

(四) 老年人怎样参加劳动和体育活动…………… (122)

(五) 老年人必须克服哪些不良习惯…………… (123)

七、调整饮食防治各种疾病…………… (125)

高血压病与饮食 心脏病与饮食 肝脏病与饮食 胆囊炎和胆结石与饮食 胃溃疡和十二指肠溃疡病与饮食 慢性

便秘与饮食 慢性腹泻与饮食 痢疾与饮食 肾脏病与饮食
食 老年慢性支气管炎与饮食 肺结核与饮食 糖尿病与
饮食 甲状腺病与饮食 麻疹与饮食

八、城乡常见病简易有效的防治.....(131)

(一) 传染病简易防治.....(131)

感冒 流行性乙型脑炎 流行性脑脊髓膜炎(脑膜炎)
肺结核 猩红热(红痧) 灰髓炎(小儿麻痹症) 传染
性肝炎 细菌性痢疾 白喉(烂喉痧)

(二) 内科疾病简易防治.....(136)

冠心病 高血压病 中风(脑出血) 风湿病 支气管炎
支气管哮喘(气喘病) 肺炎 胃或十二指肠溃疡 肾炎
贫血 糖尿病 甲状腺肿(粗脖子) 尿路感染 失眠
便秘

(三) 外科疾病简易防治.....(145)

疖子 疔子 冻疮 足癣 风疹块(荨麻疹) 湿疹 脓
疱疮 阑尾炎(俗称盲肠炎) 痔疮

(四) 五官科疾病简易防治.....(149)

结膜炎(红眼睛) 沙眼 麦粒肿(偷针眼) 扁桃腺炎
咽炎 中耳炎 口腔炎 美尼尔氏症

(五) 妇科疾病简易防治.....(152)

月经不调 痛经 白带过多 阴道滴虫

(六) 儿科疾病简易防治.....(154)

遗尿 婴儿消化不良 软骨病(佝偻病)

(七) 癌和良性肿瘤的防治.....(155)

良性肿瘤与恶性肿瘤(癌)的区别 致癌原因 癌症的十
三个警报信号 预防癌症十二条 得了癌怎么办 癌症病
人的护理 乳房癌自查法

九、各种病症验方150条.....(160)

(一) 内科验方.....(160)

预防感冒 感冒发热 感冒或气管炎咳嗽 慢性支气管炎
 老年气喘 支气管哮喘 支气管扩张咯血 肺结核咯血
 肺结核盗汗 盗汗(睡熟出汗) 高血压 头痛 头晕目眩
 失眠健忘 惊悸怔忡 身痒烦躁 缺铁性贫血 血友病
 血小板减少 性紫癜 胃、十二指肠溃疡 十二指肠溃疡
 疼痛 溃疡病出血 老胃病 胃酸过多 虚寒呃逆 呃逆
 肝炎 痢疾肠炎 肠炎、菌痢 腹泻 慢性泄泻 鱼、蟹
 中毒 便秘 肾炎(腰子病) 肾炎浮肿 水肿 尿道炎
 尿路感染 尿路感染(血尿) 小便不通 糖尿病 遗精
 肾亏耳聋 脱力 预防中暑 痄夏 颈项甲状腺肿、淋
 巴结肿 蛔虫 胆道蛔虫 小儿蛔虫腹痛 蛲虫

(二) 外科验方.....(170)

湿疹 阴囊湿疹 风疹块 灰指甲 皲裂 冻疮 冻疮
 溃烂 痔疮出血 季节性皮炎 结石 漆性皮炎(漆疮)
 痤疮(粉刺) 狐臭 痛疖肿毒 四肢肌肉关节扭伤 扭伤
 落枕 水火烫伤 虫咬蚊叮 螫伤 脱发 青年白发 气
 虚脱肛

(三) 五官科验方.....(175)

麦粒肿(偷针眼) 夜盲症 电光性眼炎 耳疖 鼻塞流
 涕 鼻出血 非外伤性鼻出血 慢性咽炎 咽部急性炎症
 扁桃体炎 鱼骨哽喉 口臭 牙痛 牙龈出血 龋齿痛

(四) 妇产科验方.....(178)

妊娠呕吐 产后少乳 乳房肿痛 乳房破裂 急性乳腺炎
 习惯性流产 痛经 滴虫 产后恶露不净 产后出虚汗

(五) 儿科验方.....(180)

预防猩红热 百日咳 夜啼 遗尿 寒泻 轻型腹泻 食
 积 多汗 小儿暑热症

十、显效美容法

附：首饰的识别、戴法和保养.....(183)

(一) 美容法入门 (二) 巧妙进行面部美容 (三) 把眉毛和眼睛修饰得更理想 (四) 你会选择化妆品吗 (五) 你会正确使用化妆品吗 (六) 你会使用香水吗 (七) 保护皮肤要诀 (八) 消除面部皱纹要诀 (九) 青春蕾的有效防治 (十) 保护乳房经验谈 (十一) 根据个人实际选择发式 (十二) 男子发型的选择 (十三) 女子发型的选择 (十四) 女性烫发的学问 (十五) 女性怎样配合发型使体型显得俊秀 (十六) 保护发式不走样的措施 (十七) 科学保护头发 (十八) 染发须知

附：黄金首饰的识别 玉器的鉴别 乱戴戒指会闹笑话 首饰保养有妙法

十一、人人应知的交际常识.....(207)

怎样介绍认识 见面的礼节 待客的礼节 作客的礼节
到对象家作客的礼节 宴席上的礼节 舞场礼节 怎样祝贺别人 怎样吊丧 怎样赠花 怎样赠物

十二、一学就会的应用文写法.....(217)

(一) 怎样写信.....(217)

1. 书信格式 (称呼 正文 署名与日期 信封) 2. 书信常用词语 (开头 想念 敬仰 节令问候 询问疾病 自我叙述 一般祝贺 祝贺结婚 祝贺生育 祝贺寿诞 道谢 道歉 致哀 托付 承诺 婉辞 请教 磋商 馈赠 约请 催促 结尾 附言) 3. 书信祝颂请安语 4. 信末启禀语

(二) 文言尺牍常识.....(230)

(三) 怎样写专用书信.....(236)

1. 介绍信 2. 证明信 3. 名片 4. 感谢信 5. 邀请书

6. 便条

(四) 怎样写请帖……………(240)

1. 新式请帖

父母双寿请帖 为子(孙)完婚请帖 乔迁请帖 新居落成请帖 结婚请帖 洽谈生意请帖 商店开张请帖 请人讲学请帖 新式请柬封面格式 新式请柬背面格式

2. 旧式请帖

婚嫁帖式 一般帖式

(五) 怎样写祝辞、题词、碑文、讣告、祭文、悼词、唁电、花圈、遗嘱……………(261)

(六) 怎样写合同、契约、启事、广告……………(271)

十三、新旧对联精选……………(276)

(一) 春联 (二) 婚娶联 (三) 新居联 (四)

寿联 (五) 挽联

十四、学一点历法、懂一点民俗……………(290)

阳历(公历) 阴历(农历) 天干·地支 甲子纪法表
干支(甲子)纪时辰法 干支(甲子)纪日法 干支(甲子)
纪月法 干支(甲子)纪年法 年 年号 季 四季的划分
四季与八风 二十四节气 生肖与属相 神秘的八卦

十五、出门旅行须知……………(310)

乘飞机常识 乘火车常识 乘轮船常识 乘汽车常识 住宿常识 安全常识 旅行卫生

十六、怎样旅行结婚才快乐……………(318)

制订旅行计划 做好旅行准备 新婚旅行中应注意的事项

十七、怎样观看或参加体育活动……………(322)

田径运动(竞走 跑 跳跃 投掷 全能) 足球运动
排球运动 篮球运动 乒乓球运动 网球运动 羽毛球运动
手球运动 冰球运动 花样滑冰 滑雪运动 自行车运动
体操运动 击剑运动 拳击运动 游泳运动 跳水

运动 划船运动和帆船运动 武术运动(长拳 太极拳 南拳 形意拳 八卦掌 刀术 剑术 枪术 棍术)摔跤运动 柔道运动 射箭运动 棋类运动(围棋 中国象棋 国际象棋) 马术运动 登山运动

十八、美化房间有新招……………(341)

家具式样和色调 摆设家具的最佳方案 你会选购和使用沙发床吗 选配房间色调的学问 妥善涂饰房间墙面 美化房间地面 别出心裁选择灯具 房间怎样挂置书画 选择窗帘的知识 怎样陈设花卉 家庭栽培花卉简易方法 自己动手制作山石盆景 布置庭院的要领 布置阳台的方法 门帘与屏风 房间怎样消除噪音

十九、现代家用电器选购、使用和维护……………(363)

电视机 盒式磁带录音机 录音带 电风扇 电冰箱 电热梳 电吹风机 电熨斗 空气调节器 洗衣机 电热水器 电热毯 家用电取暖器 吸尘器 电饭锅 家用电烤箱 电咖啡壶 冰淇淋器 电热式驱蚊器

二十、现代日用品选购、使用和保养……………(381)

普通手表 电子手表 晶体管钟(电子钟) 普通闹钟 翻字日历闹钟 自行车 家用缝纫机 净水器 压力(高压)锅 太阳镜

二十一、改善你的家庭菜肴……………(399)

(一) 学一点烹调原理……………(399)

(二) 冷盘……………(400)

酱鸭(鸡) 五香牛肉 炆腰花 脆鳝 色拉 素烧鸭 兰花豆腐干

(三) 炒类……………(407)

清炒虾仁 炒虾蟹 炒鱼片 炒肉丁 红油鸡丁 麻辣腰花 宫保肉丁 小煎鸡米 全家福 芙蓉蛋片 芙蓉肉松 鱼香猪肝 鱼香肚尖 墨鱼炒肉丝 椒酱肉 干炒牛肉丝

辣子鸡丁

(四) 溜类.....(418)

炸溜松花 糖醋溜蛋落 糖醋黄鱼 精溜鱼片

(五) 爆类.....(421)

油爆墨鱼 鸡里爆肚 爆全丁 盐爆鱿鱼

(六) 炸类.....(424)

桂花肉 芝麻鱼排 软炸腰花 酥炸鸭片 炸烹肉段

(七) 蒸类.....(427)

四喜肉 花三鲜 八宝鸭 冬瓜盅 荷包鲫鱼

(八) 烧类.....(432)

红烧头尾 醋青鱼块 清炖狮子头 鸡骨酱 (鸭骨酱)

金针全鸭 椒盐排骨 红炖甲鱼 (鳖)

(九) 羹和甜菜类.....(437)

黄鱼羹加蛋 五味羹 什锦水果羹 糯米炸春花 猪油夹

沙八宝饭

(十) 汤类.....(440)

鸡茸豆花汤 奶汤酥肉 清汤鸭掌 三片汤

二十二、自己动手做西餐.....(443)

罗宋汤 奶油番茄鱼片汤 (美国式) 奶油蘑菇鸡丝汤

(法国式) 炸出骨桂 (鲷) 鱼柠檬 (俄、美式) 意

大利式红烩鸡 红焖猪舌 (法国式) 高加索串烤羊肉

(土耳其式) 汉堡牛扒 (德国式) 蛋煎黄鱼 (法国式)

色拉油沙司 素什锦色拉 (俄式) 炸鱼虾土司 (英国式)

俄式鸡肉饼 糖油煎饼 格司布丁 (英国式) 果酱派格

司康饼 苏格兰羊肉粥 (英国式)

二十三、怎样吃西餐.....(453)

二十四、中式点心制作并不难.....(455)

各式包子 银丝卷 花卷 开花包 蜂糕 小笼馒头 千

层糕 生煎馒头 油包 蛋糕 春卷 盘丝饼 南翔小笼
烧卖 四喜饺 合子酥 黄松糕 猪油松糕 赤豆糕 夹
沙条头糕 麻球 菜毛团

二十五、生活中的小经验……………(470)

饮酒须知 解酒妙法 啤酒质量鉴别 保存啤酒方法 怎
样调制鸡尾酒 怎样选购和贮藏茶叶 喝茶与服药 煮咖
啡的正确方法 咖啡与癌症 蜂蜜质量的鉴别 自制果汁
自制清凉饮料 鉴别西瓜生熟 中秋月饼的保存 开水不
宜久煮 花生油去毒 塑料桶不宜长存食油 巧防粮食生
虫 蔬菜保鲜简易方法 怎样选购鸡鸭蛋 鸡鸭蛋保鲜法
家禽肉好坏的鉴别 选购活鸡诀窍 母猪肉的鉴别法 死
猪、病猪肉的鉴别法 暑天怎样保存鲜肉 羊肉去膻法
怎样煮肉才鲜美 煮烂老牛肉妙法 巧防食物变馊 巧除
房间烟气 春联不退色 邮票去黄斑 巧除热水瓶水垢
点蚊香的禁忌 洗洁精的妙用 化纤布不宜做厨房抹布
自磨剪刀法 巧防自行车脱漆生锈 生活日用品规格表的
表示 怎样挑选席梦思床垫 清除床上浮灰妙法 怎样洗毛
毯 毛华达呢和毛哔叽的辨别 真伪羽绒服的鉴别 选购
毛线妙法 怎样鉴别真假珍珠 识别真假美钞 鉴别优劣
表 调对日历手表的禁忌时间 目测磁带优劣 怎样保养
钢琴 怎样保养合成皮革面家具 怎样保养塑料贴面家具
家用电器使用禁忌 家用电器的使用年限 怎样识别进口
原装家用电器 电吹风机的妙用 使热水器少长水垢 家
用吸尘器的选择 清理吸尘器的刷子 怎样使洗衣机节电
省水 安放彩电讲究方向 打雷怎样看电视 排除电视图
像的干扰 使用冰箱注意什么 冰箱食品的冷藏与冷冻
防止冰箱冷气外漏 冰箱自制冷饮省电法 防止电冰箱霉
菌 卧室能放置电冰箱吗 电冰箱能存放中药材吗 电冰
箱的巧用 电冰箱新用途

一、中毒紧急救治

辣 椒 中 毒

中毒表现:

胃脘灼烧感、腹胀、腹痛、恶心、呕吐、头晕,甚至呕血、尿血、衄血、血压升高或下降。

解救方法:

①轻者,有条件的家庭可施行催吐,然后给予香油或菜油10~100毫升灌服,以便使腹内辣椒很快排除。

②严重者,应急送医院治疗。

毒 蕈 中 毒

诊断要点:

①夏秋季有采野蘑菇史或进食鲜、干蘑菇史是诊断的重要依据。

②多人同食,同时发病,症状相似。

③某些毒蘑菇中毒,具有特殊的临床症状和体征。

④如能获得吃剩的毒蘑菇,则可作进一步鉴定及动物试验。

解救方法:

确诊后, 轻者用中药及单验方治疗, 重者应住院治疗。

①立即洗胃: 可用1 : 2000高锰酸钾溶液, 3 ~ 5 %鞣酸溶液或0.5%活性炭混悬液等反复洗胃。无腹泻者, 于洗胃后给予蓖麻油30~60毫升或硫酸镁30克导泻。如中毒时间超过8小时, 可用温盐水施行高位结肠灌洗。

②静脉补充液体或解毒剂, 输血等。

③中药治疗: a、绿豆60~120克, 公英30~60克, 二花30克, 紫草30克, 大青根50克, 生甘草克30, 水煎频服, 每日一剂, 儿童酌减。b、浓甘草汤: 生甘草90克, 水600毫升, 煎成200毫升, 先服100毫升, 半小时后再服下余的100毫升。药渣加水500毫升, 煎成200毫升, 留作第三次服用 (每个病例全疗程需生甘草180克, 分4次煎, 6次服即可达到治愈的目的)。c、白矾6克, 调香油一盅, 调开水冲服。

霉变食物中毒

中毒表现:

中毒后潜伏期最短2~3小时, 一般为4~20小时, 最长可达136小时。常有恶心、呕吐、腹胀、腹痛、腹泻、躁狂、谵语、抽搐、昏迷等。

解救方法:

轻病人, 可用生大蒜头一头, 加食盐少许捣烂, 温水冲服 (大蒜对霉变菌及毒素有抗菌抑制和解毒作用), 也可用绿豆60克、甘草30克、丹参30克、石斛30克、白茅根30克、二花30克、藿香15克, 煎服。

重病人，应立即送往医院，住院治疗。早期发现，可立即洗胃、催吐、施行输液等。

腐败变质饭菜中毒

中毒表现：

①人们每天食用的多种蔬菜都含有较多的硝酸盐。如果存放不当会还原成亚硝酸盐，进食后吸收入血液可转化为致病因素，造成严重缺氧。本病表现为口唇、指甲甚至全身皮肤粘膜青紫，呼吸急促，恶心呕吐，腹痛腹泻，反应迟钝等，最后出现昏迷、抽搐和循环衰竭而死亡。

②炎热的夏天，剩饭剩菜容易受细菌的污染而腐败变质，食后最易引起中毒。

解救方法：

根据中毒的轻重决定，轻者可口服藿香正气丸或汤剂，或用甘草30克、绿豆60克至120克水煎服。

严重者应住院治疗。

病死牛肉中毒

中毒表现：

①潜伏期：一般病例都在食后6~24小时发病。

②症状：主要表现为腹痛、腹泻、泻下酱色腥臭样便或水样便，每日十余次，有的无法控制，并有头昏，全身不适，不思饮食。多数患者表现发热。凡发热者均伴有头昏、全身酸痛、不欲饮食等症状，伴有恶心、呕吐，吐出食物残渣或清黄色粘液，小便赤黄，有灼热感。还有尿闭或大便秘

结、肠鸣音亢进、心跳、脉搏增快等病症。

解救方法：

①中药三黄银花甘草汤（黄连、黄柏、黄芩、银花、甘草）主治：伴恶心、呕吐，舌白腻浊者加半夏、藿香等和胃止呕、芳香化浊之品；大便秘结加大黄以泻热通便；鼻衄者加丹皮、白茅根，以凉血止血。同时用黄连素片口服，每次0.1~0.4克，一日2~3次。少数病例配合输液以纠正水电解质紊乱及酸碱平衡。接受治疗后均在1~3天内获愈。

②《外科证治全书》记载：牛马肉中毒，急用甘草末125克、白酒若干调服，尽量饮，过不一会儿，即吐泻。又可用淡豆豉捣汁和人乳服之，即解。

病死狗肉中毒

中毒表现：

①潜伏期，一般为15小时，严重者可为1小时左右。

②轻度中毒，表现为头痛、头晕、视力模糊、疲乏无力、倦怠、四肢发麻、肢体有小抽搐、口渴、恶心、呕吐、上腹部烧灼感、腹痛、窦性心动过速及体温下降等。

③中度中毒，除上述症状外，可有分泌物增多、呼吸困难、烦躁不安、肢体有间歇性抽搐、血压降低、心电图表现有轻度心肌损害等。

④重度中毒，除上述症状外，可有惊厥，心律失常（如频发过早搏动、房室传导阻滞、心室颤动等），严重心肌损害，心力、呼吸衰竭，肠麻痹，昏迷等。

解救方法：

①对中毒者应迅速消除毒物，立即催吐或用温水彻底洗

胃。轻者要多饮开水；重者应输液以促进毒物的排泄；对可疑中毒者，应严密观察48小时。一般应给予特异性解毒剂。

②特异性解毒剂的应用，乙酰胺（解氟灵）2.5~5克，肌肉注射，每日2~4次，一般维持5~7天。乙酰胺只能作肌肉注射。因其PH值低，刺激性大，注射局部疼痛明显，故宜加0.5%普鲁卡因同时注射以减轻疼痛。

③对症治疗。抽搐者，可用苯巴比妥钠0.1~0.2克肌肉注射；恶心、呕吐及分泌物多者，可给阿托品0.5~1毫克肌肉注射；头痛头晕者，可用镇静剂，并可采用针刺疗法；脑水肿、呼吸、心力衰竭及心率失常者，应及时采取相应的措施予以治疗。

鱼 胆 中 毒

中毒表现：

最快者可在食后半小时发生，主要表现为恶心、呕吐、腹痛、腹泻、腹胀，个别病人出现便秘，肝区疼痛，厌食厌油。检查时可见肝脏肿大，有压痛及叩痛，皮肤、巩膜黄染，肝功能化验异常，主要为血清谷丙转氨酶升高，急性肾功能衰竭的症状，如腰痛，甚至无尿。尿常规检查异常，血中尿素氮升高，二氧化碳结合力下降等，病人多死于急性肾功能衰竭。发热、白细胞增多，严重者可出现昏迷、抽搐、血压下降，心律失常，出血，甚至死亡。

解救方法：

鱼胆中毒，尤以酒服发病为快，一般应急送医院治疗。

①西药治疗，病人有肝肾功能不全者，应给予低蛋白饮食，补充维生素B₁和C、肝太乐，能量合剂，静脉给高渗葡

萄糖；少尿、无尿者，严格控制液体入量，早期用20%甘露醇200毫升，出现利尿反应者，不可重复使用，以免引起肺水肿；若出现显著高血钾和氧质血症，应及时进行结肠透析或腹膜透析；对有严重急性肾功能衰竭者，使用甘露醇和大剂量速尿仍无反应者，应及时进行血液透析。服鱼胆后，其胆汁可在胃内保留较长时间，故病员就诊不论早晚，均应洗胃，减少毒物吸收，还可导泻或用活性炭、鸡蛋清、牛奶等清除胃肠道残留鱼胆汁。

②中药治疗，用带梗紫苏一味，抢救鱼胆中毒患者效果颇佳。紫苏500克，加糖盐少许两天分服，服后出汗，呕吐止，精神好转，脉无间歇，尿量增加，后进参苓白术散加苏梗，调理治愈为止。

预防措施：

为了避免恶性鱼胆中毒的发生，平时不要随便吞服鱼胆，无论是生吃或熟食。即便是为了治病，也应严格遵医嘱，绝对禁止擅自增加用量。一旦发生中毒，应立即送医院抢救。

蟹 中 毒

中毒表现：

食入后潜伏期短者4小时，长者12小时。主要症状是上腹阵发性疼痛，腹泻每日5～6次，一般为稀水样便；严重时为洗肉水样便，但无明显的里急后重感。部分病人在腹泻前出现恶心呕吐及发热、头晕、乏力等征。体温一般在摄氏39度。少数病人有血压下降现象，但预后良好。

解救方法：

一般应送病人去医院治疗，轻则可酌情就地治疗。

多半以对症治疗为主，辅佐施用抗生素（如青、链霉素、土霉素），并静脉滴注葡萄糖、生理盐水，以纠正脱水。

中药治疗：冬瓜汁、蒜汁、豉汁、芦根汁，饮之；或用紫苏叶30~60克煎汁饮之，皆可解救。

人 参 中 毒

中毒表现：

滥用人参引起的中毒，轻则使病人神经高度兴奋，出现头痛、抑郁、失眠、烦躁、易怒等症状；重则能使患者血压升高、心律失常、九窍出血，甚至暴脱而死。有的家庭，在婴儿出世后，就给饮人参汤，希望能增强体质，减少疾病，结果事与愿违；常因饮用过量而致使孩儿哭闹不已，惊跳惊厥，皮肤发绀及呼吸急促，心律减慢，血压下降，个别则窒息死亡。肝阳上亢的高血压病人，服用过量人参后，可引起充血、脑血管意外和胃肠道、鼻、耳、前后二阴大量出血等症状。

解救方法：

①轻微中毒者，停药后，症状可消失；严重者，则须立即送医院抢救。成人或较大的小孩内服过量人参而出现中毒症状，应马上催吐或洗胃。

②静脉滴注10%的葡萄糖液。如有惊厥，可选用苯巴比妥钠、安定等药物肌肉注射，或用10%水合氯醛液灌肠，并作对症治疗。

③中药治疗，可将洗净的鲜萝卜加适量的温开水捣烂绞