

随身保健丛书



从生活中防治

胃肠病

常规治疗

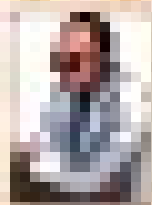
名医论治

中医杂治

病后调护

◎ 吕 雄 陈景亮 郑 华 陈志明 编著

广东经济出版社



人民卫生出版社 | 中国医药出版社

胃病

胃病防治 | 胃病防治

中国医药出版社 | 中国医药出版社

中国医药出版社 | 中国医药出版社

♥ 随身保健丛书

从生活中防治胃肠病

吕 雄 陈景亮
郑 华 陈志明 编著

广东经济出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

从生活中防治胃肠病/吕雄, 陈景亮, 郑华, 陈志明编著. —广州: 广东经济出版社, 2000.5

(随身保健丛书/邝日建, 吕雄主编)

ISBN 7-80632-662-6

I. 从… II. ①吕…②陈…③郑…④陈… III. 胃肠病—防治 IV. R573

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 23035 号

出版发行	广东经济出版社 (广州市环市东路水荫路 11 号 5 楼)
经销	广东省新华书店
印刷	广东邮电南方彩色印务有限公司 (广州市天河高新技术产业开发区工业园建工路 17 号)
开本	850 毫米×1168 毫米 1/32
印张	8 4 插页
字数	200 000 字
版次	2000 年 5 月第 1 版
印次	2000 年 5 月第 1 次
印数	1~5 000 册
书号	ISBN 7-80632-662-6 / R·48
定价	14.50 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。

读者热线: 发行部 [020] 83794694 83790316

(发行部地址: 广州市合群一马路 111 号省图批 107 号)

·版权所有 翻印必究·

丛书编写人员

总顾问：邱健行教授

顾问：陈宝田教授

卢桂梅主任医师

邱志楠教授

邓景元教授

主 编：邝日建 吕 雄

副主编：孔炳耀 潘俊辉 林 岩

编 委：邱健行 邝日建 陈宝田 卢桂梅

邱志楠 邓景元 吕 雄 孔炳耀

潘俊辉 林 岩 陈景亮 李国华

郑 华 陈志明 张 曼

序

随着社会的进步、生活水平的提高，人们的健康意识水平也随之提高，对一些常见病、多发病也有着了解认识的强烈愿望。例如目前危害中老年人的心脏病，高血压病，糖尿病，癌症，具有传染性、且广泛存在我国人群的病毒性肝炎、胃肠疾病等，以及这些病变所引起的一系列并发症，及其严重的后果，人们都有了一定的了解和认识。这些在日常生活中时常可碰到的病变，如果能及时加以注意，并在日常生活中、工作中随机而防，随机而治，将可大大地减少这些病变的危害，尤其是一些具有传染性疾病的传播。有效地控制这些常见病、多发病的发生和发展，以及这些病变可能产生的严重后果，从而提高人们的健康水平，为人们的健康生活、正常工作提供有力的保障。

这些医学科学知识的传播和大众的接受这些知识的程度，也反映出社会的进步、民族素质的提高。作为医学工作者，应当责无旁贷的

为这些医学科学知识的普及和提高出一分力、献一点爱。而作为个人，随着医疗体制的改革和“人人享有保健和基本医疗”目标的推进，保护自己，使健康掌握在自己手中则是最佳的途径和最有效的方法。

让我感到欣慰的是，在我们的身边就有一群辛勤耕耘、默默奉献的年轻医务工作者在为我们大家做了切实有益的工作。行医救人、收集资料、寻师访贤、通贯中西、总结经验，编撰了一套深入浅出、循循善诱、通俗易懂的生活医学丛书。故乐而有序，以兹推荐！

邱健行

己卯春 于广州

前 言

“食色，性也”，饮食作为人类生存的第一要素，无时无刻不影响着人们的健康，而作为饮食直接承受的器官——胃肠，在此过程中占有重要位置。消化系统病变可直接反映出胃肠病的症状，就是其他脏器发生严重病变时，也常常影响到消化系统。

一般情况下，胃肠功能的好坏，又常常是反映人的健康水平的标志。具体而言，当食欲下降、恶心、腹痛等症状出现时，往往是疾病的表现，而当这些症状消失或减轻时，则表示健康恢复或健康水平处于良好状态。因此，中医就提出“有胃则生，无胃则死”的原则来判断疾病预后的吉凶。

总之，作为与饮食密切相关的胃肠病，其多发性、常见性是不容置疑的。而且不分男女老幼，其为患之广可想而知；其病变程度也千差万别，既可是反复发作的功能性病变，或轻微器质性病变，且时间长，症状多；也有可能

是严重病变的先兆，甚至是直接的危险病变，如消化道大出血等。但无论如何，胃肠病变的发生发展，与生活的方方面面息息相关，如果掌握一些医疗保健的知识或理论，自我调治，或在医生指导下采用一些切实可行的简便措施，常可取得意想不到的效果。本书对胃肠病变生活的许多方面加以阐述，结合作者的临床经验，以及一些国内外的资料，对读者给予引导、提示。所以，对于平常百姓若能利用其中的方法，可以偶防治于生活中。而书中的一些资料，则对医学院校学生、临床医务工作者也具有参考价值。但由于作者水平所限，错漏之处，祈望指正。

吕 雄

庚辰 立春

目 录

第一章 胃肠病概述	(1)
第一节 胃肠病概念	(1)
第二节 常见的胃肠病	(2)
一、急性胃炎	(2)
二、慢性胃炎	(3)
三、胆汁返流性胃炎	(3)
四、消化性溃疡	(3)
五、食管炎	(4)
六、上消化道出血	(4)
七、功能性消化不良	(4)
八、贲门失弛缓综合征	(5)
九、幽门梗阻	(5)
十、急性胃扩张	(6)
十一、急性肠炎	(6)
十二、慢性肠炎	(7)
十三、肠道激惹综合征	(8)
十四、老年性便秘	(8)
十五、急性胰腺炎	(9)

十六、胃肠神经官能症	(9)
十七、胃肠肿瘤	(10)
第二章 中医对胃肠病的认识	(13)
第一节 脾胃、大肠、小肠的生理病理	(13)
一、脾	(13)
二、胃	(17)
三、大肠	(19)
四、小肠	(21)
第二节 胃肠病常见病症	(23)
一、胃痛(胃脘痛)	(23)
二、腹痛	(26)
三、泄泻	(29)
四、呕吐	(33)
五、便秘	(36)
第三章 胃肠病的常见症状	(40)
第一节 腹痛	(40)
一、器官性痛	(40)
二、感应性痛	(41)
三、腹痛的部位	(41)
四、腹痛的性质	(41)
五、鉴别腹痛	(42)
第二节 腹胀	(47)
第三节 恶心和呕吐	(48)
第四节 腹泻	(50)
第五节 呕血和便血	(52)

第六节 便秘	(54)
--------------	------

第七节 反酸和暖气	(55)
-----------------	------

第四章 胃肠病应做哪些检查

(57)

第一节 纤维胃镜或电子胃镜	(57)
---------------------	------

一、胃镜检查前的准备	(58)
------------------	------

二、纤维胃镜检查的适应症	(58)
--------------------	------

三、胃镜的禁忌症	(59)
----------------	------

四、胃镜检查后的护理	(60)
------------------	------

五、胃镜检查的临床评价	(60)
-------------------	------

第二节 纤维结肠镜检查	(61)
-------------------	------

一、适应症	(61)
-------------	------

二、禁忌症	(61)
-------------	------

三、结肠镜检查前的准备	(62)
-------------------	------

四、检查后注意事项	(62)
-----------------	------

五、临床评价	(62)
--------------	------

第三节 B型超声波检查	(62)
-------------------	------

一、超声的诊断原理	(63)
-----------------	------

二、B超检查的适应症	(63)
------------------	------

三、B超检查的禁忌症	(64)
------------------	------

四、B超检查前的准备	(64)
------------------	------

五、临床对B超的评价	(64)
------------------	------

第四节 胃和十二指肠吞钡透视	(64)
----------------------	------

一、胃和十二指肠吞钡透视 (GZ) 的适应症	(65)
------------------------------	------

二、胃和十二指肠吞钡透视 (GZ) 的禁忌症	(65)
------------------------------	------

三、胃和十二指肠吞钡透视 (GZ) 检查前的准备	(65)
--------------------------------	------

四、胃和十二指肠吞钡透视 (GZ) 检查后的护理	(66)
--------------------------------	------

五、临床上对胃和十二指肠吞钡透视(GZ)的评价·····	(66)
第五节 结肠气钡灌造影·····	(66)
一、检查前的准备·····	(66)
二、适应症·····	(66)
三、禁忌症·····	(67)
四、检查后的护理·····	(67)
五、临床评价·····	(67)
第六节 腹部CT·····	(68)
一、腹部CT检查前的准备·····	(68)
二、腹部CT检查的适应症·····	(68)
三、禁忌症·····	(69)
四、临床评价·····	(69)
第七节 病理活检·····	(69)
一、活检前的准备·····	(69)
二、适应症·····	(69)
三、禁忌症·····	(70)
四、评价·····	(70)
第八节 直肠指检·····	(70)
一、检查前的准备·····	(70)
二、适应症·····	(70)
三、禁忌症·····	(71)
四、评价·····	(71)

第五章 常规治疗与胃肠病····· (72)

第一节 常用西药简介·····	(72)
一、抗酸剂·····	(72)
二、H ₂ 受体拮抗剂·····	(74)

三、解痉剂	(78)
四、止泻剂	(80)
五、通便剂	(81)
六、止呕剂	(83)
七、胃黏膜保护剂	(84)
八、抗生素	(86)
第二节 中医治疗	(88)
一、常用验方及其煎服法介绍	(88)
二、常用治疗胃肠病的中成药	(93)
第六章 特殊类型的胃肠病	(99)
第一节 老年人胃肠病	(99)
一、老年人胃肠功能特点	(99)
二、老年人胃肠病的常见原因	(100)
三、老年人常见的胃肠病	(100)
四、老年人胃肠病保健原则	(101)
第二节 儿童胃肠病	(102)
一、儿童常见症状和常见胃肠病	(102)
二、腹痛的性质	(103)
三、腹痛的临床表现	(103)
四、腹痛的病因鉴别	(104)
第三节 继发性胃肠病	(107)
一、糖尿病性胃肠病	(107)
二、肝硬化性胃肠病	(109)
三、尿毒症性胃肠病	(109)
第四节 名医论治胃肠病	(110)
一、中毒性消化不良的中医治疗	(110)

二、老年人上消化道出血的中医治疗	(113)
三、慢性结肠炎的內服与灌肠疗法	(116)
第七章 饮食营养与胃肠病	(119)
第一节 饮食营养为“后天之本”	(119)
第二节 饮食习惯与胃肠病	(120)
一、饮食不节	(121)
二、饮食不洁	(121)
三、饮食偏嗜	(121)
第三节 烟酒茶与胃肠病	(122)
一、嗜酒	(122)
二、嗜茶	(123)
三、嗜烟	(123)
第四节 营养物质与胃肠病	(123)
一、食物的营养物质	(123)
二、人体每天需要多少营养素	(124)
三、营养物质的补充途径	(129)
第五节 饮食所致的胃肠病	(130)
一、急性单纯性胃肠炎	(130)
二、细菌性食物中毒	(131)
三、急性细菌性痢疾	(131)
四、霍乱和副霍乱	(132)
五、阿米巴肠病	(132)
六、嗜酸细胞性胃肠炎	(134)
七、食物过敏性慢性腹泻	(134)
八、变态反应性胃肠病	(134)
九、神经官能性腹泻	(135)

十、急性出血性坏死性肠炎	(135)
十一、中毒性胃肠病	(136)
第六节 病后调护	(137)
一、溃疡性结肠炎	(138)
二、食物过敏性慢性腹泻	(139)
三、菌群失调症	(140)
四、糖尿病性肠病	(140)
五、回肠、空肠憩室与憩室炎	(141)
第八章 精神行为与胃肠病	(142)
第一节 精神行为的作用	(142)
一、精神行为与胃肠病的生理学基础	(142)
二、行为因素与慢性胃肠道疼痛	(143)
三、精神行为所致的胃肠病	(151)
第二节 情绪与胃肠病	(153)
一、七情致病的机理	(153)
二、七情致病的表现	(154)
三、情绪过激	(154)
四、情志不舒	(155)
第三节 梦饮食与胃肠病	(155)
一、梦饮食的表现	(155)
二、梦饮食的意义	(156)
三、梦饮食的辨治	(158)
第九章 运动劳逸与胃肠病	(161)
第一节 运动和劳逸原则	(161)
一、胃肠炎急性期	(162)

二、慢性胃肠炎	(162)
第二节 劳逸过度与胃肠病	(163)
一、过度劳累	(163)
二、过度安逸	(163)
第三节 运动的方法	(164)
一、太极拳	(164)
二、八段锦	(166)
三、散步与慢跑	(166)
四、腹部按摩	(167)
第四节 常见胃肠病的运动选择	(167)
一、运动防治胃和十二指肠溃疡	(167)
二、运动防治胃下垂	(168)
三、运动防治习惯性便秘	(169)
第十章 环境气候与胃肠病	(171)
第一节 春季和风邪对胃肠的影响	(171)
第二节 冬季和寒邪对胃肠的影响	(172)
第三节 夏季和热邪对胃肠的影响	(172)
第四节 湿邪对胃肠的影响	(172)
第五节 旅行与胃肠病	(173)
一、旅行者腹泻的表现	(173)
二、旅行者腹泻的预防	(174)
三、旅行者腹泻的治疗	(174)
第十一章 针灸按摩与胃肠病	(177)
第一节 治疗胃肠病的常用穴位	(177)
第二节 胃肠病常见症状的选穴	(183)