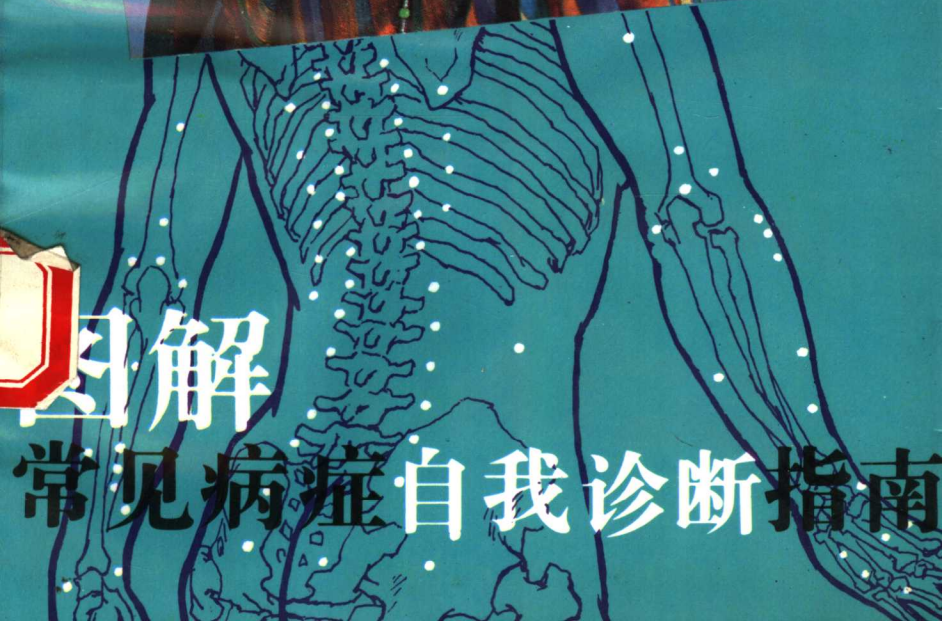
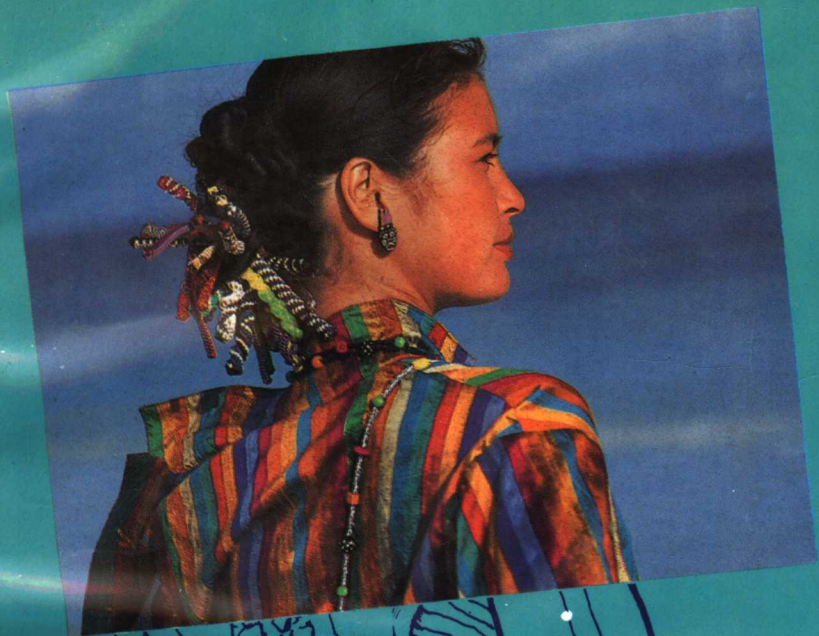
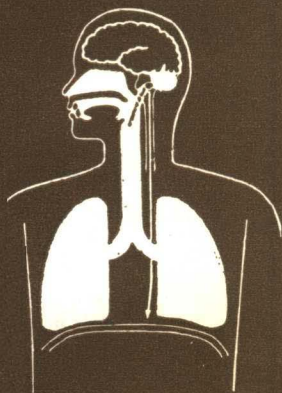


● 文匯出版社
● 龚宪中编著



图解 常见病症自我诊断指南



图解

常见病症自我诊断指南

- 文匯出版社
- 龚宪中编著

(沪)新登字 303 号

责任编辑:沈启煜
美术编辑:周夏萍
封面装帧:宋珍妮
插图:邢筑渊等

图解常见病症自我诊断指南

龚宪中 编著

王道民 主审

文匯出版社出版发行

(上海市虎丘路 50 号 邮政编码:200002)

新华书店上海发行所经销

同济大学印刷厂印刷

1993 年 9 月第 1 版 开本:787×1092 1/32

1993 年 9 月第 1 次印刷 字数:250000

印数:1—5000 印张:9

ISBN7—80531—259—1/R·16

定价:8.90 元

图解常见病症自我诊断指南

龚宪中 编著

王道民 主审

医学顾问:

蔡宝贤 原上海市第一人民医院副院长、
主任医师

华嘉增 原上海市卫生局妇幼保健处处长、
主任医师

周小寒 上海市第一人民医院内科副主任
医师

陆冰 上海市第六人民医院主任护师
谢超锋 上海市医学科学技术情报研究
所常务副所长、主治医师

沈时霖 上海市第一人民医院儿科主任
医师

序 言

编著者

一九九二年十一月

据医生说,半夜三更,夫妻俩冒着严寒或酷暑,怀抱发烧的孩子看急诊的很多,有的一夜还跑上几次。在医生看来,孩子发烧是常有的事,刚出现发烧时很难作出明确诊断,通常也只能问清病情,对症下药,并继续随访。从这一点来说,与其连夜看急诊,还不如在家里作适当护理和观察为好。

然而,在现实生活中,人们总是根据病人出现的症状而作出反应的。病人体温一高就上医院,注射退热针后3~4小时,体温又上去了,又急得要上医院。因此,帮助病人及其家属了解一些常见病症知识,正确地把握自己症状的轻重缓急,从而避免一有症状就思想紧张,忧心忡忡,也防止有了症状仍漠然置之,贻误治疗时机,这是非常必要,也是最实用的。因为治疗毕竟是医生的责任。

本书共分五章,即成人病症图表式自我诊断法、小儿病症图表式自我诊断法、事故与急救、孕产期保健和家庭护理。书中以清晰的图画和图表,配以通俗精练的文字,介绍了最新的医疗保健知识、自我诊断常见病症的方法以及就医指南。本书最大的特点是图文并茂,一目了然。优点是便于参照着自我诊断常见病症,实用性强。可谓是名副其实的通晓内、外、妇、儿各科常见病症的“家

庭保健医生”。

本书在编著中吸取了十几本国内外医学专著的滋养。成文后,又得到了上海市卫生局局长王道民等各科医学专家的亲切指导,他们在百忙之中亲自动手,对本书作了仔细认真的审阅和修删,从而保证了本书的质量。此外,本书还得到了上海文汇出版社吕明方等同志的热情指点和帮助,也得到了张秋旻、倪佩云等诸多同志的大力协助,在此谨一并表示诚挚的感谢。

限于本人水平,书中仍难免有不尽完美之处,诚望读者鉴谅。当然,疾病的诊断和治疗还必须请医生,也请悉知。

目 录

- 1 / 序言
- 1 / 第一章 成人病症图表式自我诊断法
- 2 / 怎样正确地观察症状
- 4 / 需要紧急处理的症状
- 6 / 癌症的危险信号
- 8 / 三十八度以上高热时
- 10 / 持续低热
- 12 / 懒倦、易疲劳
- 14 / 意识障碍
- 16 / 消瘦
- 17 / 发胖
- 18 / 痉挛、抽搐
- 20 / 肢体运动障碍
- 22 / 头晕目眩
- 24 / 浮肿
- 26 / 失眠
- 28 / 皮肤痒
- 30 / 肤色异常
- 32 / 头痛
- 34 / 脸色异常
- 35 / 脸部表情变异
- 36 / 眼肿、眼痛、淌泪
- 38 / 视物模糊
- 40 / 耳异常
- 42 / 鼻异常
- 44 / 牙异常(一)
- 45 / 牙异常(二)
- 46 / 口腔、舌异常

目 录

- 48/咽喉异常
- 50/发音和语言异常
- 52/咳嗽、多痰
- 54/呼吸困难
- 56/颈、肩痛
- 58/胸痛
- 60/心扑通扑通地跳
- 62/恶心、呕吐
- 64/打嗝、胃酸过多
- 65/腹胀、腹肌紧张
- 66/剧烈腹痛
- 68/腹部隐隐疼痛
- 70/背痛
- 71/腰痛
- 72/胳膊、手臂痛、麻木
- 74/下肢痛、麻木
- 76/阴茎痒、痛
- 78/阴囊痒、痛、肿
- 79/乳房痛、肿块
- 80/月经、白带异常和阴道出血
- 82/尿量和排尿次数异常
- 84/排尿障碍
- 86/尿色异常
- 88/肛门异常
- 90/便秘
- 92/腹泻
- 94/粪便颜色异常
- 95/第二章 小儿病症图表式自我诊断法
- 96/怎样观察孩子的症状
- 98/需要急诊处理的症状
- 100/婴儿啼哭

目 录

- 102/食欲差、体重增长缓慢
- 104/消瘦
- 106/发育迟缓
- 108/脸色异常
- 110/发烧
- 112/起立性头晕、目眩
- 114/头痛
- 116/咳嗽
- 118/喘鸣音和胸痛
- 120/腹痛
- 122/手脚痛
- 124/惊厥、抽搐
- 126/呕吐
- 128/腹泻
- 130/便秘
- 132/浮肿
- 134/皮疹
- 136/眼的异常
- 138/耳、鼻的异常
- 140/口腔内异常
- 142/尿异常
- 144/粪便色异常
- 145/第三章 事故与急救
- 146/怎样正确地判断伤势轻重
- 148/事故受伤的处理
- 150/失去意识时——确保呼吸道畅通
- 152/呼吸停止了——人工呼吸
- 154/脉搏消失了——心脏挤压
- 156/呼吸和脉搏消失时——心、肺、脑复苏术
- 158/出血的急救处理
- 160/脑中风的急救处理

目 录

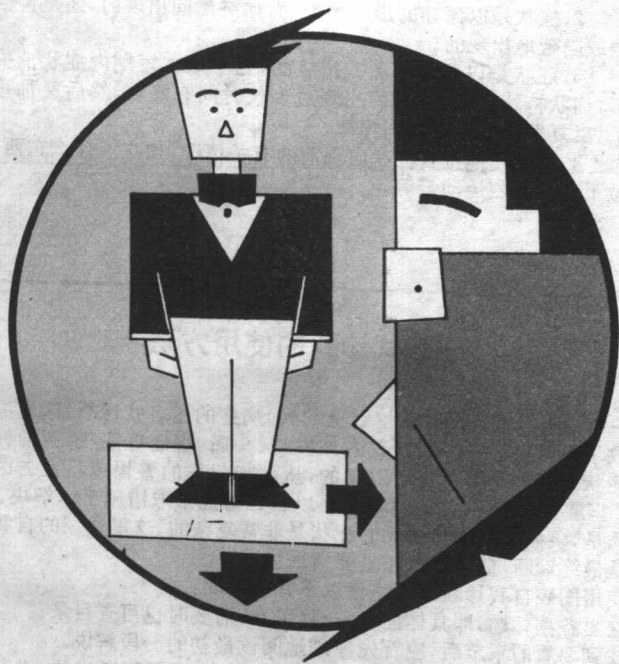
- 164/心脏病发作的急救处理
- 166/急产、难免流产的处理
- 168/手脚受伤和意外的处理
- 176/头部、脸部受伤和意外的处理
- 182/颈部、背部、腰部受伤和意外的处理
- 185/肩、锁骨受伤和意外的处理
- 186/胸、腹部受伤和意外的处理
- 188/咳血、吐血、便血的处理
- 190/痉挛、抽筋、癫痫发作的处理
- 192/体育运动中受伤的预防
- 194/野外活动中事故的处理
- 198/溺水的急救处理
- 202/烧伤的急救处理
- 204/碰到这样的情况怎么办?
- 207/煤气中毒的急救处理
- 208/食物中毒的处理
- 210/触电、雷击的急救处理
- 211/坠落者的急救处理
- 212/误吞异物引起呼吸困难时的急救处理
- 214/误服药物的急救处理
- 215/第四章 孕产期保健
- 216/妊娠 40 周的健康日历表
- 220/妊娠 1~8 周(1~2 个月)
- 222/妊娠 9~12 周(3 个月)
- 224/妊娠 13~16 周(4 个月)
- 226/妊娠 17~20 周(5 个月)
- 228/妊娠 21~24 周(6 个月)
- 229/妊娠 25~28 周(7 个月)
- 230/妊娠 29~32 周(8 个月)
- 232/妊娠 33~36 周(9 个月)
- 233/妊娠 37~40 周(10 个月)

目 录

- 234 / 妊娠中的意外
- 239 / 疾病与妊娠
- 240 / 临产前后
- 242 / 分娩过程
- 244 / 产后的健康保护和体型恢复
- 246 / **第五章 家庭护理**
- 247 / 创造良好的休养环境
- 250 / 怎样观察病情
- 252 / 体温测量法
- 253 / 脉搏、呼吸测量法
- 254 / 血压测量法
- 255 / 家庭冷敷法
- 256 / 家庭灭菌消毒法
- 258 / 采尿、采便的方法
- 259 / 绷带使用法
- 260 / 用药知识
- 262 / 老人的生理和心理
- 263 / 防止卧床不起
- 264 / 一旦卧床不起时
- 265 / 怎样帮助病人转换姿势
- 266 / 卧床病人的洗刷料理
- 267 / 卧床病人的衣服和更换方法
- 268 / 保持病人清洁卫生
- 270 / 怎样移动病人
- 271 / 饮食的照料
- 272 / 排便的照料
- 273 / 怎样预防褥疮
- 274 / 为了重新站起来
- 276 / 老年性痴呆的预防和照料
- 278 / 当病人诉说病情突变时
- 279 / **参考书目**

第一章

成人病症图表式自我诊断法



正确地观察症状,并清楚地向医生报告,这是正确诊断和对症治疗的依据。有些人往往对自己的症状说不准,讲不清,这主要是没有掌握观察症状的要点,通俗地说,就是不知道应该观察哪些部位的哪些内容。这里介绍的症状观察要点,可供你参照着来逐一打“√”观察。

向医生表述症状时,要把住从以下几个方面,清楚而扼要地表述:

1、症状是从什么时候出现的,即几月几日出现的,是在早上起床时还是进食后,活动中或是在半夜里发生的。

2、症状是以怎样的形式出现的,如突然间出现的,还是慢慢地或隐蔽地出现的。

3、症状是以怎样的形式持续的,是不是在短期内症状消失了,症状持续了几天,症状出现后多长时间有好转,然后又加重了,反复发作中有否时间规律。

4、要简要地报告症状出现前的有关情况,如吃了什么东西,做了什么剧烈运动等等。

图表式诊断的使用方法

这一章主要是成人(即16岁以上的人)病症的图表式诊断。这里尽可能地收取了日常生活中经常出现的如发烧、头痛、腹痛等症状,帮助你了解这些症状有可能是哪些疾病引起的,从而唤起你的警惕或马上去医院治疗。对非重要疾病引起的症状,也可以自己对症采取措施予以解决。值得强调的是,疾病的原因和引起的症状是非常复杂的,这里介绍的自我诊断并不是最终诊断,最终诊断还是要请医生。

在使用图表自我诊断时要注意以下几个方面:

1、这里各项标题,即具体症状,一目了然,需要时也可查目录。

2、找到要看的章节后,应首先仔细地阅读最初的一段解说。

3、图表是以箭头指示“是”和“不”或“有”和“无”循序渐进的,沿着符合自己症状的箭头指示往下看,最终会有一个结论。

4、不能跳跃式地看图表。

5、如果最终结论中提示两个以上疾病时,需接着看其它有关的章节,进一步自我诊断。

6、图中“急”的符号,表示需急诊处理。

症状观察要点

睡眠

- ①难以入睡
- ②早上醒不来
- ③夜间常常醒来
- ④近数天来一点也睡不着

眼

- ①充血
- ②眼白部发黄
- ③眼皮肿
- ④多眼屎和泪水
- ⑤视力、视野变化

耳

- ①耳鸣
- ②耳溢
- ③听力变差

皮肤

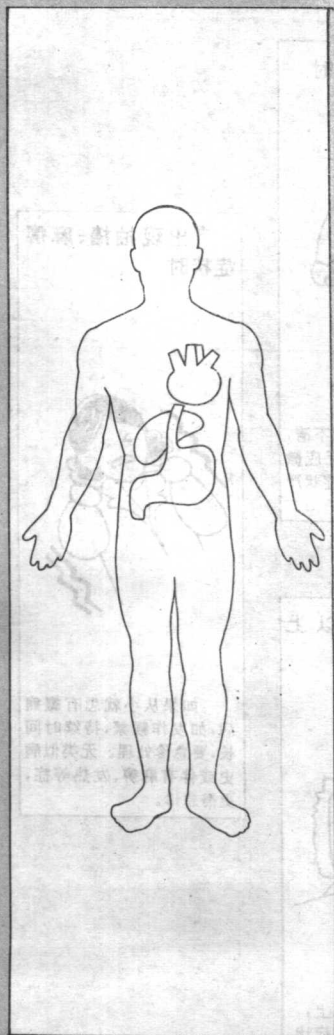
- ①发疹等痒、痛
- ②肿、起疙瘩、斑点
- ③肤色异常

尿

- ①尿色异常
- ②混浊
- ③尿量增多或减少
- ④次数增多或减少
- ⑤排尿不畅
- ⑥尿漏

粪便

- ①粪便颜色异常
- ②便秘
- ③便条形变细



鼻

- ①多鼻涕、鼻塞
- ②鼻出血
- ③鼻中干结
- ④嗅觉变差

口

- ①唇色、苔色异常
- ②口内起溃疡
- ③口臭
- ④口中异常干燥感

喉

- ①咳嗽多痰持续
- ②梗咽感
- ③声嘶哑

手足

- ①关节肿、痛
- ②麻痹、抽搐
- ③运动不自主
- ④浮肿

其它

- ①体重增加或减少
- ②浮肿
- ③心慌、呼吸困难
- ④食欲和嗜好变化
- ⑤打嗝、嗝气
- ⑥恶心、呕吐
- ⑦头晕目眩
- ⑧疲劳、脱力感

需要紧急处理的症状

出现意识障碍时



失去意识或意识不清，大声呼喊其名字时反应微弱或没有反应，说明症状严重。

剧烈头痛时



特别是出现恶心、呕吐、头晕目眩和发烧、意识障碍时。

出现抽搐、麻痹症状时



如果从小就患有癫痫，如发作频繁，持续时间长，要急诊处理。无类似病史或伴有麻痹、发热等症，更需急诊。

持续 40℃ 以上
高烧时



高烧持续一天以上，同时还伴有其它严重症状，要紧急送医院。

脸色苍白、发紫，
直冒冷汗时



见到这种情况，马上让病人就地躺下，盖上棉毯保暖，并打电话要救护车。手脚发冷，意识朦胧，将是危及生命的信号。

**剧烈腹泻
或大量便血时**



有产生脱水
或休克的风险。

**反复恶
心、呕吐时**



喷射性呕吐
或恶心，伴有剧烈
头痛、腹痛是危险
信号。

**剧烈腹痛
时**



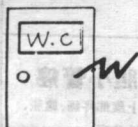
伴有呕血或
吐出粪汁，往往是
危险的。

吐血时



不论是咳血
还是呕血，都要让
血吐出来，当心窒
息。吐出的血不一
定都是红的，也有
咖啡色的。

**无尿或少
尿时**



24 小时尿量
少于 500 毫升，并
伴有倦怠、搞搦、
呕吐、头痛、意识
障碍时要高度警
惕。

**脉搏突然
变细或极不规
则时**



有可能是
休克或心律紊
乱的先兆。

呼吸困难时



唇色发紫，脸
色苍白，出汗，非
要坐起才勉强可
以呼吸。

**胸部剧烈
疼痛时**



像被勒住似
的痛，冒冷汗，呼
吸出现困难时要
急诊处理。

有些癌症，从早期就会有症状出现，但有些癌症早期根本没症状，所以到了一定年龄，男性40岁、女性35岁，最好定期作健康检查。虽说“谈癌毋须色变”，但对癌症早期发现、早期治疗是至关重要的。



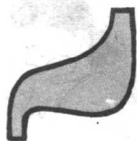
脑肿瘤

头痛、恶心、呕吐（特别是突然呕吐）、耳鸣、视力障碍、抽搐、麻痹。



肺癌

咳嗽多痰，特别是痰中带血和胸部疼痛者
危险因子：烟瘾大的人，长期在空气被污染环境工作中的人。40岁以上为好发年龄。



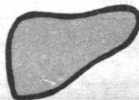
胃癌

胃部不适、痛感、闷胀、食欲不振、疲乏感和消瘦。
危险因子：胃炎反复发作、抽烟、爱吃过咸食物。40岁以上为好发年龄。



舌癌

舌苔周围出现硬性溃疡，或白色肥厚并发硬的板状组织，口内一直有异物感，或痛感。
危险因子：长时间使用了不适合的假牙和嗜酒、烟。好发年龄30~40岁男性。



肝癌

肝区胀痛、全身疲倦、食欲不振、体重减轻。
危险因子：为慢性肝炎病人和食用发霉食品的人。



食道癌

舌咽梗塞感，并进行性加重，声音嘶哑和呕吐，为晚期症状。
危险因子：抽烟过多、饮酒过量 and 爱吃烫的食物。



胆总管癌

上腹部疼痛、腹胀、进行性黄疸。
危险因子：多发年龄50岁以上有胆结石症的人。



喉癌

声音嘶哑为唯一的早期症状。
危险因子：抽烟过多和从事用嗓较多工作的人



胰腺癌

上腹或腰背部痛、黄疸、体重减轻、食欲不振、便色改变。
危险因子：多发年龄为患有慢性胰腺炎或糖尿病、抽烟过多的50岁以上的人。