

家庭保健丛书

五官疾病防治

陈向平 李双印 编著



华龄出版社

1
R760
CXP

家庭保健丛书

五官疾病防治

陈向平
李双印 编著
高云升



A0003382



五官疾病防治

陈向平 李双印 高云升 编著

出版发行：华龄出版社

(北京新街口外大街23号)

经 销：全国各地新华书店

印 刷：北京南召印刷厂

787×1092毫米32开 印张7.25 千字141

1993年5月北京第1版 1993年5月

第1次印刷

印数：1—7000

ISBN7—80082—277—X/R·29

定 价：4.30元

序

人体的各种器官是极复杂、极巧妙地结合在一起，沿着其自身的规律而运转的，如果发生故障或变化（有病），人们理所当然地要想到如何防止故障的发生以及如何排除故障，恢复正常运转。尽管人类对自身的理解还有限，现代的科学水平还不能解释一切自然现象，学习和不学习却是大不一样。科学知识对于我们每一个人有多么重要啊！它可以武装我们的头脑，避免因无识和愚昧造成的失误和过错。

1991年7月下旬，正值酷暑，承作者把《五官疾病家庭防治》一书的稿子亲自送到我家。我饶有兴趣地一口气读完。上面的话就是我看完全书后，发自内心的感慨。

陈向平大夫给五官科患者治病，已有三十四个春秋，结合临床实践，编著这本书，我认为还有以下三个特点：

一、每一章（即每一个器官）都先从生理构造，各部分的作用，配合图片，加以阐述，使读者对这一器官有一个基本的、科学的理解，由此而联系各种疾病，便能引导读者“入门”，收到事半功倍的效果。而且文章通俗易懂，深入浅出，实在是一本颇有价值的科普读物。

二、因为作者是一位有丰富经验的五官科医生，所以对于我们日常生活中经常遇到的许多五官科疾病或“难题”，能加以分析和解答。例如“灰尘入眼”、“昆虫进耳”、“打嗝”等生活上常遇到的意外或麻烦，看了此书，

可以及时预防或自我保健。不论男女老少，一见目录，便可以“对号入座”，对于自己日常关心的、疑虑的、苦恼的问题，找到有关的知识、忠告、治疗方法等等，起到防病、治病的作用。

三、我们知道，癌症发现得愈早愈好，愈晚愈难治疗。《五官科疾病防治》一书对栓鼻部、咽喉之癌症症状做了介绍，这可以使患者引起注意和警惕，及早去医院检查，赢得宝贵的时间，这是治病救命的大好事啊！我相信这方面的知识，对每个人都是有益的。

总之，我愿以一个读者的身份问广大群众——包括年轻的家长、中老年朋友推荐这本有益于您健康的书。

袁 静

1991年入伏之后

《五官疾病防治》

目 录

天津市人大常委会副主任石坚的题词

著名作家袁静作序

第一部分 耳

精密复杂的耳.....	(3)
耳廓发炎是怎么回事.....	(13)
— 扰人不安的耳鸣.....	(14)
— 当心听力早衰.....	(15)
耳朵也会老吗.....	(16)
听力记录表.....	(19)
— 老年性耳聋的防治.....	(21)
— 神经性耳聋患者的营养.....	(21)
点放鞭炮莫忘防聋.....	(22)
— 耳朵里有水是怎么回事.....	(23)
异物入耳怎么办.....	(24)
夏日露宿与五官伤害.....	(24)
游泳与耳病的关系.....	(25)
— 坐飞机为什么耳痛.....	(26)
— 中耳炎病人为何不能游泳.....	(28)

美尼尔氏病是怎么回事.....	(28)
一 药物对耳朵的损害.....	(30)
耳膜完整也会听不到声音吗.....	(30)
耳膜能修补吗.....	(31)
聋哑人能婚配吗.....	(32)
要保护好孩子的听觉.....	(33)
常听立体声耳机对孩子听力的影响.....	(34)
小儿为何耳朵反复流脓.....	(35)
婴儿也会晕车吗.....	(35)
一 要保护好聋儿残存听力.....	(36)
旅游时应如何注意晕车.....	(38)
耳朵冻伤后应注意什么.....	(39)
活虫入耳应怎么办.....	(40)
一 耳内有“耳屎”怎么办.....	(41)
一 应该如何选配助听器.....	(42)
噪音的危害.....	(44)
一 次声对人体的危害.....	(44)
一 如何正确点好耳药.....	(45)
一 常见耳病点药方法.....	(46)
电子耳蜗和人工中耳是什么.....	(47)
何谓“七窍流血”.....	(51)
戴耳环也有害处.....	(52)

第二部分 鼻

鼻.....	(56)
--------	--------

结构严谨的鼻.....	(57)
新生儿鼻塞怎么办.....	(59)
鼻塞的食疗.....	(59)
小儿打鼾也得注意.....	(60)
为何不能捏着小孩鼻子喂药.....	(61)
为何小儿易鼻出血.....	(62)
婴幼儿不要用滴鼻净.....	(63)
少年儿童要预防鼻病.....	(64)
鼻子里长肉疙瘩是怎么回事.....	(66)
鼻出血是怎样发生的.....	(66)
鼻出血的食疗.....	(67)
工业生产中的鼻病.....	(68)
鼻子发臭是怎么回事.....	(68)
红鼻头病是怎样发生的.....	(69)
酒渣鼻的饮食.....	(70)
舞场与五官的关系.....	(71)
运动后鼻子发红是怎么回事.....	(72)
可别小看鼻子不通气.....	(73)
哪些鼻病能引起头痛.....	(74)
鼻毛有什么作用.....	(74)
观察鼻涕能辨病.....	(75)
月经期为何会发生鼻出血.....	(75)
鼻部“危险的三角区”.....	(76)
高血压病人服利血平药后出现鼻堵,用滴鼻净 行吗.....	(77)

鼻梁塌陷能矫正吗.....	(77)
鼻腔、鼻窦的肿瘤有何症状.....	(83)
异物一旦进入鼻腔怎么办.....	(84)
患过敏性鼻炎如何防治.....	(87)
一、要预防鼻窦炎.....	(88)
鼻蛆可以用清肺泻火方法来治疗.....	(89)
怎样止住鼻出血.....	(90)
要纠正不良的挖鼻习惯.....	(91)
一、怎样正确地擤鼻涕.....	(91)
如何制止打喷嚏.....	(92)
一、如何正确使用滴鼻药水.....	(93)
要警惕趋于年轻化的鼻咽癌.....	(94)

第三部分 口腔、牙、舌、咽喉

多种器官的口腔.....	(99)
功能全面的咽喉.....	(99)
人体岗哨——扁桃体.....	(107)
扁桃体的功与过.....	(108)
扁桃体会生癌肿吗.....	(108)
扁桃体切除会不会声哑.....	(109)
小孩切除扁桃体后应该注意些什么.....	(110)
如何保护和训练好嗓音.....	(111)
为何要重视声音嘶哑.....	(114)
变声期的饮食.....	(116)
哪些药物可使嗓音改变.....	(117)

为什么要做气管切开手术.....	(119)
谈谈呃逆是怎么回事.....	(123)
打嗝的食疗.....	(125)
嗓子眼堵得慌是长瘤子吗.....	(126)
一打呼噜与憋气.....	(128)
喜庆佳节防异物.....	(130)
一当食物梗噎、气管有异物时应如何自救.....	(131)
一什么是贝尔氏麻痹.....	(131)
注意预防“抢食风”.....	(132)
为什么有的人口臭.....	(133)
一口臭患者的饮食.....	(134)
拔牙后多长时间镶牙好.....	(136)
一牙齿与营养.....	(137)
怎样保护好使用好假牙.....	(138)
舌苔和舌苔的功能.....	(140)
“三寸不烂之舌”的作用.....	(141)
口腔里唾液之功能.....	(141)
乳酸菌饮料与龋齿有关.....	(142)
口腔病与金属中毒有关.....	(143)
为什么会歪嘴.....	(143)
一为何有人口发干.....	(144)
一吞咽唾液的好处.....	(145)
一附《咽津养生法》.....	(146)
为什么唾液能治伤.....	(147)
单侧咀嚼可以致病吗.....	(148)

如何防治口角炎.....	(148)
一疱疹性口炎的饮食.....	(150)
一烂嘴角者的饮食.....	(150)
腮帮子咬起了血泡怎么办.....	(151)
不良的口腔习惯影响面部发育.....	(151)
根据新生儿口腔特点应注意些什么.....	(152)
什么是新生儿喉软骨软化(症).....	(153)
小儿咽后脓肿是怎样发生的.....	(154)
咽部烫伤应怎么办.....	(155)
孩子误饮毒物怎么办.....	(156)
小儿患喉炎怎么办.....	(156)
一咽喉炎的食疗.....	(158)
得了“痒腮”应怎么办.....	(159)
教聋儿讲话应注意些什么.....	(160)
一甲状腺肿的食疗.....	(161)

第四部分 眼睛

灵敏度极高的眼睛.....	(165)
一眼与全身疾病的关系.....	(166)
眼、鼻、耳之间都相通吗.....	(168)
眼与耳鼻喉的关系.....	(170)
一艾滋病与五官的关系.....	(171)
一中药与五官疾病.....	(172)
人的瞳孔的作用.....	(176)
查眼病为什么要放大瞳孔.....	(176)

照明与视力保护有关.....	(177)
眯了眼怎么办.....	(178)
灰砂入眼应怎么办.....	(180)
雪天要注意保护眼睛.....	(181)
为何年纪大的人会眼花.....	(181)
得了白内障怎么办.....	(182)
白内障患者的营养.....	(183)
得了青光眼应该怎么办.....	(184)
青光眼病人禁用哪些药.....	(185)
——青光眼患者的食疗.....	(185)
为何眼睛会暂时“失明”.....	(187)
如何用眼和保护好视力.....	(188)
——总戴太阳镜有好处吗.....	(189)
——注意看电视引起的眼病.....	(190)
眼睛上长“赘肉”要不要手术.....	(191)
为何有人睡觉闭不上眼.....	(192)
眼皮下垂应及时矫正.....	(192)
要注意电光性眼炎发生.....	(193)
要注意激素类的药在眼病方面的应用.....	(195)
小儿弱视眼的家庭疗法.....	(195)
当孩子眼睛受伤后怎么办.....	(197)
自防自治近视眼的方法.....	(198)
近视患者的营养.....	(199)
眼肌青春自疗保健法.....	(201)
人怎么会有眼泪.....	(203)

黑眼球不透明有法治吗·····	(203)
人的眼屎是从哪里来的·····	(204)
为什么有的人睫毛倒着长·····	(204)
眼泪为何有咸味·····	(205)
哪些眼病能引起头痛·····	(205)
—哪些药物能引起眼病·····	(205)
为什么眼皮会跳·····	(206)
—人为何要眨眼·····	(206)
眼睛为何会分辨颜色·····	(207)
—眼药的正确使用·····	(208)
—应该怎样点眼药水·····	(209)
为什么有人眼周发黑·····	(210)
黑眼圈患者的饮食·····	(211)
脱眉患者的饮食·····	(212)
蝴蝶斑患者的饮食·····	(213)
雀斑患者的饮食·····	(215)
痤疮患者的饮食·····	(216)
—红眼病的饮食·····	(219)
头发早白的食疗·····	(219)
偏头痛的食疗·····	(222)

第一部分：耳

第一部分 耳

精密复杂的耳

人在日常工作、学习、生活中声音总在伴随着我们。有的悦耳动听，有的刺耳难受，有的需要侧耳聆听，有的震耳欲聋。但是重要的是人借着声音——人类的语言来传递，表达思想和感情。

人耳大体分外、中、内耳三部分。外耳、中耳是接受并传导声音的装置，内耳则是感觉和初步分析声的场所。从外耳到内耳，结构逐渐精细，功能逐渐复杂。

头部两侧长，叫耳廓（见图1~1）。其实它什么也听不见，只是在发生肿物、缺损、外伤时影响到美观而已，对听力影响不大。耳廓属于外耳的一部分，除耳垂外，全由软骨构成。耳廓后面平浅微凸，前面回旋凹陷，从而起到微聚集和反射波的作用见图（1~1）。我们常常看到一些动物如兔、马等耳廓很大，可以向不同方向运转，以预测声音来源，作出逃避或进攻的准备。一有点动静竖耳静听、或竖直、放平似雷达样有声波定向之功能。人的耳廓运动几乎丧失，集中声波作用较动物也显逊色。由于人的耳廓固定不动，正前方声音可直入耳内，无阻挡，而后方声波却受阻碍，这就可以帮助判断声音方向。不过，对声音空间定位作

用很复杂，还要依靠双耳效应。

外耳道是一根稍弯曲成“S”形的管道（见图1~1）。它外接耳廓，内接鼓膜，全长约2.5~3.5厘米。它的特殊弯曲，起到防止外物侵入和保护中耳的作用。即使有异物进入外耳道，大多停留在外耳道里。另外，由于它的弯曲度起到声波折射作用，还可以使声音稍微增强些。它又如一端封闭的小管，也可以起到声音共振作用。

外耳道又分为两个部分：外1/3由软骨组成，内2/3由硬骨组成。1/3软骨部分的皮肤上，生有很多毳毛、皮脂腺和耵聍腺等，这些东西对耳朵有着各自的保护功能。毳毛能阻止灰尘进入管道底部，皮脂腺能分泌油性物质，可以润泽外耳道，还可以预防鼓膜干燥；耵聍腺能分泌出一种带有粘性的黄色物质，可以粘住灰尘和闯进来的“不速之客”，象蚊虫等。这种黄色物质叫“耵聍”（俗称“耳屎”）。

占2/3的硬骨部分管道的皮肤很薄，毛和腺的组织也很少。当人耳道发炎时，为什么比别处疼的要剧烈呢？那是因为外耳道的皮肤，紧贴在软骨膜和骨膜上，皮下组织稀少，一旦发生了炎症，皮肤肿胀充血，就显得特别疼痛，使你坐卧不安。

外耳道的尽头就是封闭中耳腔的鼓膜。鼓膜也就是中耳的外壁。

中耳包括鼓膜、鼓室、耳咽管和乳突四个部分，是人体含气腔室之一，容积大约有2毫升（见图1~1）。

鼓膜是一个呈椭圆形，为半透明珍珠色的薄膜。其中央向内凹，形如漏斗，富有弹性，在声波作用下能产生振动