

你 一 生 的 生 活 健 康 顾 问



XIANDAIJIATING
JIANKANG
LILIAOSHUXI

耳鼻咽喉

理疗与配餐宜忌

李元秀◎编著



关照生活细节，使现代生活更加便利

属阳邪，其性开泄，为百病之长。寒、湿、燥、热等外邪常依附于风而侵犯人体。风性善行而数变，因此风邪所致的耳病常起病急，变化快，如卒耳鸣，卒耳聋，头晕目眩等。

长寿100岁

耳鼻咽喉
病人最佳

健康
方案

内蒙古人民出版社



耳鼻喉咽喉

理疗与配餐宜忌

作者：[作者姓名]



本书介绍了耳鼻喉咽喉疾病的物理治疗和饮食配餐的注意事项。

本书适合耳鼻喉咽喉科医生、物理治疗师、营养师及相关从业人员阅读。

ISBN: [ISBN号]

你一生的生活健康顾问



XIANDAIJIATING
JIANKANG
LILIAOSHUXI

耳鼻咽喉

理疗与配餐宜忌

李元秀◎编著



关照生活细节，使现代生活更加便利

属阳邪，其性开泄，为百病之长。寒、湿、燥、热等外邪常依附于风而侵犯人体。风性善行而数变，因此风邪所致的耳病常起病急，变化快，如卒耳鸣，卒耳聋，头晕目眩等。

内蒙古人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

耳鼻咽喉理疗与配餐宜忌/李元秀编著. —呼和浩特:
内蒙古人民出版社, 2009. 5

(现代家庭健康理疗书系)

ISBN 978 - 7 - 204 - 10053 - 8

I. 耳… II. 李… III. ①耳鼻咽喉病—物理疗法②眼病—
物理疗法③耳鼻咽喉病—食物疗法④眼病—食物疗法
IV. R760. 5 R770. 5 R247. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 081693 号

现代家庭健康理疗书系

编 著 李元秀

责任编辑 张 钧

封面设计 世纪梦诺

出版发行 内蒙古人民出版社

社 址 呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦

印 刷 北京市建泰印刷有限公司

开 本 710 × 1000 1/16

印 张 1280

字 数 3200 千字

版 次 2009 年 6 月第 1 版

印 次 2009 年 6 月第 1 次印刷

印 数 1—10000

书 号 ISBN 978 - 7 - 204 - 10053 - 8/Z · 528

定 价 952.00 元 (共 40 册)

如出现印装质量问题, 请与我社联系。联系电话: (0471) 4971562 4971659

前 言

和谐与幸福,健康与时尚是现代生活的两大主旋律。随着现代人生活水准的提高,人们对健康的认知与追求也在不断地提高。拥有一个健康、充满活力的身体是所有人的梦想,家庭理疗与保健由此便受到越来越多人的青睐。

家庭保健与理疗是医学更是科学,实用而简便的自我保健知识是我们编撰的初衷,更是一份社会责任。《现代家庭健康理疗书系》是一套针对目前常见的特殊人群患者的精心编撰的家庭保健理疗读书。本套丛书从中医养生学、营养学、饮食学等诸多角度,详尽阐述中医理疗保健与科学饮食、营养饮食的层层关系,并针对不同群体提出具体的保健与理疗方案。同时,本套丛书深入浅出,用现代医学理论详解病理、病因及食补药补的方式方法。

饮食疗法是家庭健康理疗最常见的方式之一,它方便实用,标本兼治,本套丛书致力于帮助特殊人群用最自然、最实用、最科学的方法预防和治疗各种常见病,本丛书讲求通俗易懂的同时,具有实用性强、涵盖面广泛等特点。

本套丛书以推广健康理疗和营养科学知识、打造高品质生活理念为宗旨,以特殊人群在日常生活中常见的病症为依据,以“医食同源,药食互补”为重点,对不同的特殊人群,用现代医学和科学的方法,建议按照每个人的实际情况合理选择,并充分满足不同年龄、不

同性别、不同要求人群的疾病调理方案,从而帮助特殊人群吃出健康理疗有效。

现代家庭生活要想打造出高品质,其中之一就是从容面对各种疾病,并且用最科学的方法治疗并解决它。日常饮食是特殊人群理疗和恢复最关键的环节,建立并遵循健康科学膳食,是您永葆健康的基础。希望本套丛书能给您的身体带来健康,给您的家庭送去幸福,同时希望它能成为您日常防病、祛病、健身与保健的好伙伴。

编 者

2009.6



目 录

第一章 耳鼻喉病理理疗及防治

风邪的致病特点及临床表现	1
寒邪的致病特点及临床表现	2
湿邪的致病特点及临床表现	2
火邪的致病特点及临床表现	3
饮食不节的致病特点	3
痰饮瘀血的致病特点	3
外伤的致病特点	4
风邪的致病特点及临床表现	4
寒邪的致病特点及临床表现	5
燥邪的致病特点及临床表现	5
湿邪的致病特点及临床表现	6
火邪的致病特点及临床表现	6
饮食不节致鼻病	6
痰饮瘀血致鼻病	7
风邪致喉病的特点及临床表现	7
寒邪致喉病特点及临床表现	8
湿邪致喉病特点	8
燥邪致喉病特点	9
火邪致喉病特点	9
饮食不节致喉病	10
耳病的防治	10



耳病的预防	10
耳病的治疗	11
(一)内治法	11
(二)外治法	14
(三)针灸疗法	16
(四)其他疗法	21
鼻病的防治	23
鼻病的预防	23
鼻病的治疗	23
(一)内治法	24
(二)外治法	27
(三)针灸疗法	28
(四)其他疗法	32
咽喉病的防治	32
咽喉病的预防	32
咽喉病的治疗	33
(一)内治法	33
(二)外治法	36
(三)针灸疗法	38
(四)其他疗法	41

第二章 眼病中医理疗与防治

辨证分型类方药	43
肝经风热	43
肝经实热	45
湿热蕴蒸	46
脾虚湿盛	48
气滞血瘀	49
阴虚火旺	51
统治方类	52
肝经风热	55
风寒犯目	64



火热内盛	66
湿热犯目	77
正虚邪恋	79
统治方类	84

第三章 耳鼻喉病的治疗方法

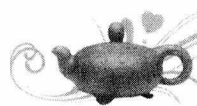
耳廓外伤	99
鼓膜外伤	99
耳廓冻疮	99
耳廓假性囊肿	100
化脓性耳廓软骨膜炎	100
外耳湿疹	100
耳带状疱疹	101
外耳道疖	101
弥漫性外耳道炎	102
外耳道真菌病	102
鼓膜及中耳疾病	103
大疱性鼓膜炎	103
慢性肉芽性鼓膜炎	103
急性非化脓性中耳炎	103
急性化脓性中耳炎	104
慢性化脓性中耳炎	105
黏连性中耳炎	106
鼓室硬化症	106
咽鼓管异常开放症	106
耳后骨膜下脓肿	106
迷路炎	107
耳源性面瘫	108
侧窦栓塞性静脉炎	108
耳源性脑膜炎	108
面神经与内耳疾病	109
半面痉挛	109



前庭神经元炎	109
位置性眩晕	110
梅尼埃病	110
感音神经性聋	111
突发性聋	113
药物中毒性聋	114
传染中毒性聋	114
爆震性聋	115
耳硬化症	115
鼻外伤	116
酒齄鼻	116
鼻疖肿	116
鼻前庭湿疹	116
鼻前庭囊肿	117
鼻中隔血肿	117
鼻中隔脓肿	117
急性鼻炎	118
慢性单纯性鼻炎	118
慢性肥厚性鼻炎	119
干燥性鼻炎	119
萎缩性鼻炎	120
变态反应性鼻炎	120
末梢感受性嗅觉减退和失嗅	121
鼻出血	122
急性鼻窦炎	123
慢性化脓性鼻窦炎	123
咽喉外伤	124
急性鼻咽炎	125
慢性鼻咽炎	125
急性咽炎	125
慢性咽炎	126
急性扁桃体炎	128
慢性扁桃体炎	128



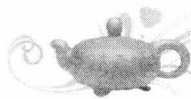
咽部溃疡	129
扁桃体周围脓肿	130
咽旁脓肿	131
急性会厌炎及脓肿	131
腺样体肥大	132
咽异感症	132
颈动脉炎	132
咽麻痹	133
急性喉炎	133
慢性喉炎	134
声带黏膜下出血	135
声带接触性溃疡	136
癔症性失音	136
环杓关节炎	136
声带麻痹	137
喉水肿	138
小儿喉痉挛	138
白喉	138
猩红热	139
耳鼻咽喉结核	140
梅毒	141
鼻硬结病	141
听神经瘤	141
鼻咽纤维血管瘤	142
乳头状瘤	142
鼻咽癌	142
鼻腔与鼻窦癌	143
喉癌	143
耳廓外伤	144
鼓膜外伤	144
外耳痰病	144
耳廓冻疮	145
耳廓假性囊肿	145



化脓性耳廓软骨膜炎	146
外耳湿疹	146
耳带状疱疹	146
外耳道异物	147
外耳道疖	147
弥漫性外耳道炎	147
外耳道真菌病	148
外耳道胆脂瘤	148
鼓膜及中耳疾病	148
大疱性鼓膜炎	148
慢性肉芽性鼓膜炎	148
急性非化脓性中耳炎	149
慢性非化脓性中耳炎	149
急性化脓性中耳炎	150
慢性化脓性中耳炎	151
黏连性中耳炎	151
鼓室硬化症	152
咽鼓管异常开放症	152
耳后骨膜下脓肿	152
颈深部脓肿	152
耳源性面瘫	153
硬脑膜外脓肿	153
侧窦栓塞性静脉炎	153
耳源性脑膜炎	153
耳源性脑脓肿	153
面神经与内耳疾病	154
半面痉挛	155
前庭神经元炎	155
梅尼埃病	155
感音神经性聋	156
突发性聋	157
传染中毒性聋	157
爆震性聋	157



耳硬化症	157
聋哑	158
鼻外伤	158
酒齄鼻	158
鼻疖肿	159
鼻前庭炎	159
鼻前庭湿疹	159
鼻前庭囊肿	159
鼻中隔偏曲	160
鼻中隔脓肿	160
急性鼻炎	160
慢性单纯性鼻炎	160
慢性肥厚性鼻炎	161
干燥性鼻炎	161
萎缩性鼻炎	161
干酪性鼻炎	162
变态反应性鼻炎	162
鼻息肉	163
末梢感受性嗅觉减退和失嗅	164
鼻腔异物	164
鼻出血	164
急性鼻窦炎	165
慢性化脓性鼻窦炎	165
咽喉外伤	166
慢性鼻咽炎	166
急性咽炎	166
慢性咽炎	167
急性扁桃体炎	167
慢性扁桃体炎	168
咽部溃疡	168
扁桃体周围脓肿	168
咽后脓肿	169
咽旁脓肿	169



急性会厌炎及脓肿	170
腺样体肥大	170
舌扁桃体炎	170
咽异感症	170
颈动脉炎	171
咽麻痹	171
急性喉炎	172
慢性喉炎	172
声带黏膜下出血	172
声带接触性溃疡	173
癔症性失音	173
环杓关节炎	173
声带麻痹	174
喉水肿	174
喉阻塞	174
小儿喉痉挛	174
咽喉及食管、气管异物	175
白喉	175
猩红热	175
耳鼻咽喉结核	176
梅毒	176
麻风	177
鼻腔及鼻窦真菌病	177
听神经瘤	177
鼻咽纤维血管瘤	178
乳头状瘤	178
鼻咽癌	178
鼻腔与鼻窦癌	178
喉癌	178



第一章 耳鼻咽喉病理理疗及防治

风邪的致病特点及临床表现

(1) 致病特点 风为春木之主气。

属阳邪，其性开泄，为百病之长。寒、湿、燥、热等外邪常依附于风而侵犯人体。风性善行而数变，因此风邪所致的耳病常起病急，变化快，如卒耳鸣，卒耳聋，头晕目眩等。

(2) 临床表现

①风寒

风寒之邪从肌表侵袭人体，寒邪束表，卫阳被郁遏，不得宣泄，营卫失和；风寒上受，壅塞肺系，肺气闭郁，清窍壅塞不利，则耳窍堵塞胀闷，自声增强，耳内鸣响，听力障碍，或卒耳聋，鼓膜内陷，或透过鼓膜见中耳腔有液平面，舌苔薄白，脉浮紧。

②风热

风热之邪从口鼻而入，上扰清窍，清窍闭塞，则致耳窍蒙闭，耳内胀闷疼痛，耳鸣哄哄，卒然耳聋，鼓膜充血、内陷或穿孔流脓，舌苔薄，脉浮数。

③风火

素体蕴热，复受风火之邪，内外火热上炎耳窍，火灼肌膜，则耳道充血肿胀，疼痛拒按，咀嚼或牵拉耳廓、触压耳屏时疼痛增剧，耳内胀痛堵塞，听力障碍，耳鸣如雷鸣，鼓膜充血，舌红，苔黄，脉洪数。

④风湿热邪

风湿热邪侵犯人体，上蒸耳窍，则致耳廓、耳周或耳道充血肿胀，疼痛，湿痒糜烂，黄水浸淫，甚则瘙痒不止，耳道流脓，鼓膜充血、穿孔，舌红，苔黄，脉数。

⑤风寒湿邪

风寒湿邪侵袭人体，闭阻经络，气血粘着凝滞，运行不畅，耳窍听骨关节



痹阻，则致耳内闷胀微痛，耳鸣，或如风吹，或如流水，耳聋逐渐加重，或全身关节疼痛，舌淡，脉沉。

寒邪的致病特点及临床表现

(1) 敏病特点 寒邪为冬令之主气。

属阴邪，寒性凝滞收引，寒邪致病，易伤人体阳气，阳气受损，温煦气化失常，则耳窍失煦，水湿泛滥致各种耳病。寒性凝滞收引，寒客脉外则血少，血少耳窍失养而致各种耳病。寒邪致耳病，常有耳痛，耳内流脓，耳鸣耳聋，病程长，反复发作，缠绵难愈。

(2) 临床表现 寒邪常与湿邪合而致病。

寒湿寒湿易伤阳气，阳气受损，气化失常，水湿泛滥耳窍，致鼓膜穿孔，耳窍流脓，脓质清稀色白，量多，反复发病，缠绵难愈。寒邪客于经脉中或经脉外，致血少气不通，耳窍失养，则耳内虚鸣，听力下降，头晕目眩，恶心呕吐，如坐舟车等。

湿邪的致病特点及临床表现

(1) 致病特点 湿为长夏中土之主气。

湿性粘滞重浊，湿为阴邪，易阻遏气机，伤人阳气。湿邪致耳病常因其湿聚耳窍，重浊粘滞，致鼓膜、听骨活动受限，耳窍的听觉功能、平衡功能失调，如耳鸣耳聋，耳内流脓，头晕目眩等，且多有病程长，缠绵难愈的特点。

(2) 临床表现湿为阴邪，常与其他外邪合而致病。

①风湿

风湿之邪侵犯耳窍，致耳廓及其周围、耳道湿痒糜烂，耳内胀闷，耳鸣耳聋，或耳窍流脓，色青质稠等，舌白，苔腻，脉濡。

②湿热

湿热之邪，上蒸耳壳，则致耳廓、耳道充血肿胀、疼痛，局部糜烂、充血，或耳道流脓，色黄质稠而臭，鼓膜穿孔、充血等，舌红，苔黄腻，脉黄数。



火邪的致病特点及临床表现

(1) 致病特点

火邪为夏令之主气。

火与热为阳邪，其性炎上，易伤津液。火热上炎耳窍，则有局部疼痛剧烈，发病快，病情急，或出血等特点。

(2) 临床表现

火热之邪燔灼耳窍，则致耳廓、耳道充血肿胀，疼痛拒按，耳鸣哄哄，听力障碍，鼓膜充血或穿孔，耳道流脓，质稠色黄等，舌红，苔黄，脉数。

饮食不节的致病特点

饮食不节，包括饥饱失常、饮食偏嗜及饮食不洁。在耳科疾病中主要由饮食偏嗜及饥饱失常所致耳病为多。

饮食偏嗜，多由过食辛辣炙博肥甘厚味，致饮食停滞，湿热内蕴，上蒸耳窍，而致耳廓耳道红赤肿胀，疼痛，或糜烂湿痒，黄水浸淫，或鼓膜穿孔出血，耳道流脓，色黄质稠等。

饮食饥饱失常，常可伤及脾胃，脾胃损伤，气血生化不足，耳窍失养，则致耳内虚鸣，或鼓膜活动度差，听力下降，头晕目眩，或鼓膜穿孔流脓，脓白质稀等。若常长期饮食过量，饮食停滞，食滞日久，郁而化热，湿热熏蒸，湿壅清窍，也可致耳鸣耳聋。

痰饮瘀血的致病特点

(1) 痰饮

痰和饮都是水液代谢障碍而形成的病理产物，其作用于耳窍常可使耳廓肿胀，形成耳廓囊肿；若痰浊停滞，痰聚血瘀于耳道，则常有耳道肿胀，赘生新生物；若痰饮泛滥中耳，可致中耳腔内积液，耳内胀闷闭塞，耳鸣，听力下降，或鼓膜穿孔，耳道流脓；若痰饮泛滥内耳，常可有头晕目眩，耳鸣耳聋，