

你真的了解吗

没病也要体检吗
当年的校花怎变得
如此之丑
嗓子痛差点要了命

NI ZHEN DE LIAOJIE MA



西医

XIYI DAYI JIEHUO

答疑解惑

周密妹 主编

湖北科学技术出版社



◀你真的了解吗▶

西医 答疑解惑

XI Y I D A Y I J I E H U O

湖北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

西医答疑解惑/周密妹主编. —武汉:湖北科学技术出版社,2009.6

(你真的了解吗)

ISBN 978 - 7 - 5352 - 4347 - 8

I. 西… II. 周… III. 现代医药学—基本知识 IV. R49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 083397 号

责任编辑:李荷君

责任校对:蒋 静

封面设计:王 梅

出版发行:湖北科学技术出版社

电话:027-87679468

地 址:武汉市雄楚大街 268 号

邮编:430070

(湖北出版文化城 B 座 12-13 层)

网 址:<http://www.hbstp.com.cn>

印 刷:武汉中科兴业印务有限公司

邮编:430071

880 毫米 × 1230 毫米

1/32 开

11.25 印张

250 千字

2009 年 6 月第 1 版

2009 年 6 月第 1 次印刷

定价:22.00 元

本书如有印装质量问题 可找本社市场部更换

前言

QIANYAN

日常生活中,人们经常由病痛而产生了一些烦恼和困惑,如“孕妇感冒了能不能吃药”、“被开水烫伤了怎么办”、“拔火罐能治病吗”等,这些问题看似简单,许多人却经常在这些简单的问题上出错,不仅延误治疗、增加经济负担,有时还会造成躯体和精神上的严重后果。

患者在看医生后,也会遭遇一些知识性的用药错误。会因一些虚假宣传的误导,或不良卫生习性而妨碍正常的诊疗;不少基层医疗单位医生会因条件或学识所限,发生治疗过度、用药不当的失误;再加上“江湖游医”和“假劣伪药”时有泛滥,更对老百姓的身心健康造成了极恶劣的影响。

针对上述医药领域中的一些流弊和老百姓看病用药中的种种误区,由湖北科学技术出版社组织并会集了武汉科技大学附属天佑医院、湖北中医学院和同济医学院有关专家,分别撰写了《你真的了解吗——西医答疑解惑》、《你真的了解吗——西药答疑解惑》、《你真的了解吗——中医中药答疑解惑》、《你真的了解吗——食品安全答疑解惑》等4本医学普及读物。编者抓住目前在社会习俗中、医院诊疗过程中出现的一些有争议、有疑惑、有误导乃至因此而发生差错或事

故的一些不良现状，汇集了数百种较突出、影响面大的问题，逐一辨析真伪，针砭时弊。通过一个个真实的案例，普及了最基本的卫生常识，使老百姓懂得怎样预防疾病才是正确的，在生病或不小心碰到意外事故或伤害时，该怎样采取行之有效的应对措施，才能将疾病带来的危害降低到最小程度。通过本书，还可以了解一些常见疾病的诊断程序，懂得一些基本药物的使用要点，领会一些中医中药千百年来积累的调治心诀，掌握一些功能食品的保健要领，而成为大众健康的一个好帮手——启迪人们有病早治病、无病快健身，将自身的养生、防病、治疗和康复的事情做得更好，这样一来，于已于人于社会，可谓功德无量。

本书中所列举的种种事件，都是医生和专家们在临床中遇到的典型病例，编写体裁采用一问(Q)一答(A)的方式，深入浅出，娓娓道来，将深奥的医学知识化为人人皆懂的生活卫生小品，可供广大读者在工余闲暇之时品味和琢磨。而能为人民安康、社会和谐尽到医务工作者的绵薄之力，正是本书编者的一片心意。

在此，对湖北科学技术出版社的领导、编辑及编者所在单位同仁为编写本书做出的鼎力相助和仁爱之心表示敬意。

编者

2009年6月

目

录

- 没病也要体检吗 / 1
——健康检查 10 项内容
- 健康检查不是万能的 / 5
——抽血不能检出所有的癌症
- 流感不是普通感冒 / 10
——普通感冒和流感的治疗
- 多吃维生素 C 可防治感冒吗 / 14
——治疗感冒的 10 个小方法
- 感冒了不宜喝茶和咖啡吗 / 17
——茶和咖啡能缓解感冒症状
- 嗓子痛差点要了命 / 20
——危重病症急性会厌炎
- 唱歌怎么会把肺唱破了 / 23
——自发性气胸
- 年轻人怎么感染了肺结核 / 26
——肺结核的防治常识
- 慢性中耳炎不可轻视 / 30
——慢性中耳炎与脑脓肿
- 超级病菌 MRSA / 33
——预防 MRSA 感染
- 皮肤长疖子可用眼膏治疗吗 / 36
——皮肤感染的药物治疗
- 来势迅猛的手足口病 / 39
——警惕肠道病毒的合并症
- 常年肆虐的水痘 / 42
——发水痘时千万不要抓挠

慢性肝炎男性多于女性 / 46

——乙型肝炎的防治

肿得像猪头的腮腺炎 / 49

——腮腺炎没有特效治疗药

你会洗手吗 / 52

——手的卫生

一家三代患上糖尿病 / 56

——改变生活方式预防糖尿病

老药治疗糖尿病 / 60

——防治糖尿病的一个希望

什么是治疗饮食 / 63

——肥胖或糖尿病患者的食谱热量

要青春不要痘 / 70

——酒渣鼻的药物治疗

外伤、窒息或中毒了怎么办 / 74

——家中意外事故的简便急救

车祸时的急救 / 79

——万能的解救套

运动过猛崴伤了脚 / 83

——运动损伤的急救

被蛇咬了怎么办 / 86

——被猫、狗或人咬伤了怎么办？

风湿热不是类风湿 / 90

——感染引起了风湿热

难受的类风湿关节炎 / 93

——类风湿性关节炎没有特效药物

暴饮暴食当心胆结石发作 / 96

——胆结石的防治

叫人坐立不安的痔疮 / 100

——便秘引起痔疮



- 饭后运动会得盲肠炎吗 / 104
——阑尾切除对身体没有明显影响
- 聚餐后成了植物人 / 108
——饱餐后小心肠梗阻
- 老人为什么突然昏倒 / 110
——消化道急性出血易引起休克
- 注射抗炎药为什么还会拉肚子 / 113
——抗生素相关性肠炎
- 呕吐虽常见,原因却复杂 / 116
——呕吐可因多种疾病引起
- 奇痒难耐的香港脚 / 119
——坚持用药防止复发
- 阳光下的小花脸 / 122
——怎样防止晒伤
- 5种人不适合整形美容手术 / 126
——整形美容术前你必须清楚
- 牙倍(儿)好身体倍(儿)棒 / 128
——什么年龄做牙矫正最好?
- 痛起来要命的尿结石 / 131
——尿路结石容易复发
- 头痛应该看哪科医生 / 135
——“头痛记录”很重要
- 老年性痴呆的 10 项征兆 / 139
——老年性痴呆患者的护理
- 睡眠时间多长为好 / 143
——克服老年性失眠
- 补铁怎么治不好贫血 / 146
——不同的贫血治疗不一样
- 女性尿失禁的症状 / 150
——女性尿失禁的自我治疗





更年期妇女的激素替代疗法 / 153

——激素替代疗法的利与弊

不小心怀孕了怎么办 / 157

——计划生育的方法

孕妇要补充叶酸 / 160

——叶酸预防畸胎

人乳与牛奶有什么差别 / 163

——怎样使母乳充足

卵巢癌能够早期检出吗 / 167

——卵巢癌的早期症状

孕妇感冒了不能用药 / 170

——孕妇感冒了可以用药

我是宫外孕吗 / 174

——急性输卵管炎与宫外孕的区别

慢性盆腔炎为何长期治不好 / 177

——慢性盆腔炎与输卵管癌的区别

人为什么有性行为 / 180

——男性性激素激发女性性欲

女孩性早熟有什么危害 / 183

——女孩月经初潮

怎样跟孩子讨论“性” / 186

——少男少女的隐秘

什么是考试焦虑症 / 189

——倾诉心中的焦虑

灰色的忧郁症 / 193

——消除忧郁症的诱因

厚厚的近视眼镜片 / 197

——用眼也要讲究卫生

角膜炎还是结膜炎 / 201

——警惕角膜炎的合并症

- 雾里看花的白内障 / 204
——防治白内障没有特效药
- 你会点眼药吗 / 207
——使用眼药的注意事项
- 噪声引起来的耳聋 / 211
——听力障碍患者的选择
- 噪声使血压升高 / 215
——长期噪声影响健康
- 来去如风的“痛风” / 218
——痛风发作的“333”治则
- 过敏性鼻炎是一种文明病 / 222
——避免接触过敏原
- 是鼻窦炎还是感冒 / 225
——鼻窦炎的治疗方法
- 季节变化小心哮喘发作 / 228
——防治哮喘的常识
- 制鞋厂里的苯中毒 / 232
——慢性苯中毒可引起白血病
- 农民工患上了职业病 / 235
——矽肺患者要防止并发症
- 抗癌：中医好还是西医好 / 238
——中西医结合起来抗癌
- 肿瘤患者不要过度治疗 / 241
——杀不死的癌细胞更强悍
- 癌症患者的姑息治疗 / 244
——癌症患者的康复治疗
- 精神压力会引起癌症吗 / 247
——个性、应激与癌症
- 当年的校花怎变得如此之丑 / 251
——原来是脑垂体瘤在作祟



呕吐就是胃肠道疾病吗 / 254

——经常呕吐、头痛要警惕颅内肿瘤

癌症有预兆吗 / 259

——合理饮食、适宜运动和正常体重是防癌3件法宝

片剂可以塞肛用吗 / 263

——镇痛药口服片剂不宜直肠给药

肠子可以洗澡吗 / 266

——不要滥用泻药

缺乏维生素D易患心脏病 / 269

——维生素D缺乏可防可治

什么是“无症状”中风 / 272

——中风的危害

爷爷怎么睡了一觉就变傻了 / 275

——脑血管病的预防很重要

哪些人需要每天监测血压 / 278

——高血压能预防吗？

瘦人怎么患了高脂血症呢 / 282

——高脂血症不等于肥胖

支气管炎怎么老治不好 / 287

——慢性肺心病是一种危重的心脏病

冠心病不等于心电图异常 / 290

——仅靠心电图诊断冠心病不可靠

心肌缺血为什么没有任何症状 / 293

——无症状性心肌缺血也是冠心病

癫痫患者必须按时服药 / 296

——停药必须听医生的

长了骨刺不可怕 / 299

——骨刺的治疗方法

老年女性易患骨质疏松症 / 303

——三级预防措施



- 幼儿不宜服用抗感冒咳嗽药 / 306
——幼儿用感冒或咳嗽药的危险
- 孩子发脾气了 / 310
——精神性疾病的 5 种征兆
- 她是感冒还是脑膜炎呢 / 313
——急性细菌性脑膜炎要紧急治疗
- 冬天皮肤干燥发痒 / 316
——导致皮肤干燥的原因
- 冻伤了不要烤火 / 320
——防治冻伤的窍门
- 长期失眠令人心烦 / 323
——失眠族的生活调理
- 高压氧可治疗什么病 / 325
——高压氧治疗要适度
- 腹膜透析好还是血液透析好 / 328
——尿毒症患者不必急于换肾
- 喝水的医学误导 / 332
——每天要喝 8 杯水吗





Q 我平素身体健康,能吃、能睡、能干、能玩,单位每年组织的健康检查,我从不参加,本来就没病,干吗偏要检查出个病来。今年又要体检,本不想来,老婆非逼着要我来。

A 没感觉到不舒服并不代表健康,许多疾病在初期和萌芽状态都无自觉症状,外观上也看不出生病的样子,定期的健康检查,可及早查出潜在的致病因子或功能异常情形,达到早期发现、早期治疗的目的。

不论男女,即使年轻力壮者都必须做定期体检。疾病发生的原因是由于遗传、环境及生活习惯等因素而渐进发生,与年龄不存在因果关系,通过科学仪器的正确检测,可有效检出疾病的存在,越早检出,治疗效果越好。青壮年是家庭的重要支柱,一旦夫妻双方有一方潜伏着疾病,全家生活步调就会乱了。

有许多疾病如高血脂症、血糖增高、高血压、肝功能异常、乙型肝炎、肿瘤等病症,在早期并无不适症状,特别是不少恶性肿瘤在早期没有明显的临床症状,常常是在进行健康普查或在看其他疾病时才

被发现。如果发现过晚，往往会失去治疗的时机而遗憾终生。长期从事办公室工作的中青年白领、企业家、科技人员、艺术家、电脑工作人员等，平时往往没有什么明显不适，但因其日常工作比较紧张、节奏快，以及应酬多、食物结构不合理、参加运动锻炼少，极易导致体内代谢失调，引起肥胖、高血压、糖尿病、脂肪肝和高脂血症、隐性心血管病等，若能坚持每年体检一次，有利于早期发现疾病和早期接受治疗。

为了保证体检的结果正确无误，在体检前要注意以下几个方面。

体检前要休息好。体检前几天如果休息不好，会影响血糖、血脂和血压值。准备体检的人，体检前一天尽量不要进行繁重的体力劳动和剧烈的运动，也不要参加聚会，避免情绪激动，保证充足睡眠。

保证良好的生活习惯。体检前几天要注意饮食，不要吃过多油腻、不易消化的食物，不饮酒。体检前一天，最好能洗个澡，晚上8点后不再进食。体检当日早晨应禁食、禁饮水。

带齐相关资料。将自己以前的病历、检验报告单、各类影像资料、诊断证明书一并带上。有些检查必须先饮水，最好自带一只喝水的杯子，此外还要带上毛巾、卫生纸之类的物品。爱美的女士在体检当日不要化妆，不要穿连衣裙、连裤袜。



健康检查 10 项内容

体重、血压、触摸肿块、眼与五官、化验、X片、心电图、超声波及专科检查。

专家亲诊 一般人在40岁以后就应该每年定期体检一次，有些特殊人群甚至在二三十岁开始就应定期体检。对体弱者、老年人，可

能已经患有一种或多种慢性疾病，如高血压、脑动脉硬化、心脏供血不足、糖尿病、高脂血症等，他们虽然已经在医生指导下接受药物治疗，但并非一劳永逸。进行定期检查，可以进行比较，确定病情有无加重、减轻或痊愈，有利于指导以后的治疗。定期体检还是加强和医生联系的一种好方法，便于医生对自己实行保健医疗指导。凡条件允许者，最好每年做一次全面体检，对有慢性疾病者，可针对自己的疾病重点进行检查。如果每年做一次全面健康检查有困难，最少也要对心、肾、肺、肝、胃、直肠、前列腺及妇科项目做一次检查。

健康检查主要有以下内容。

● 称体重：体重是代表一个人身体健康状况的重要指标之一。通过称体重，可以发现疾病线索。超重或肥胖者往往患有肥胖病、早期糖尿病、代谢综合征等，肥胖是心血管疾病的重要危险因素。而体重在短时间内下降过多，往往提示有恶性肿瘤、结核病、糖尿病的可能。

● 测血压：如果发现耳鸣、头晕、失眠、眼花等情况，应随时注意血压变化，千万不要认为是神经衰弱而不予理睬。血压是了解动脉血管弹性大小的最简便方法，定期测血压，可以早期发现高血压和动脉硬化。因为许多高血压患者早期并没有头痛、眩晕等症状，只有通过测血压才能发现异常。

● 触摸有无浅表淋巴结肿大、甲状腺及乳房肿块。

● 查眼睛：除检查视力外，还要检查眼底及眼压，可以发现青光眼、白内障、动脉硬化等疾病。查眼底动脉可反映脑动脉硬化的程度。

● 化验：主要检查项目如下。

血常规，通过检查可提示部分血液系统疾病及感染性疾病，进行性贫血提示有肿瘤的可能。

尿常规：可了解有无尿路感染、肾炎、泌尿系统结石、肿瘤等。

大便常规+隐血试验:检查大便隐血可早期发现消化道肿瘤。

血脂、血糖等生化项目检查。可以早期发现高血脂、糖尿病、肝炎、消化道肿瘤等疾病。

癌胚抗原(CEA)、甲胎蛋白(AFP)。CEA 升高往往提示部分消化道肿瘤及肺癌可能。AFP 升高提示肝癌可能。

肝功能,对于慢性乙肝患者尤其要经常检查肝功能,如异常,应进一步检查乙肝两对半、丙肝抗体等,然后请医生诊疗。

● X线检查:正、侧位X线胸片,可早期发现肺癌,吸烟者尤其应每半年检查一次。可以早期发现肺结核、肺癌、消化道肿瘤。胸部X线有异常者应进一步做胸部CT检查。


● 心电图:可早期发现心肌缺血、心律失常、冠心病等疾病。如有较多危险因素及心前区不适症状,可进一步做24小时动态心电图或运动心电图检查,必要时可行冠脉造影,了解冠状动脉供血情况。

● 超声波:对肝胆、胰腺、肾脏、子宫、附件的超声检查,可早期发现肝胆胰腺肿瘤,妇科肿瘤与其他疾病,如脂肪肝、胆石症、肝硬化等。

● 老年男性应查前列腺,妇女应做妇科检查。

● 肛门指检:有助于发现直肠癌、前列腺癌。如有明显消化道症状、反复大便隐血阳性者应进一步检查胃镜、肠镜。

如果进行全身体检经济条件不允许,可根据自身病史、家族史等,有针对性地进行检查。

健康检查不是万能的

Q 近来感觉身体较差，人觉得很疲劳，晚上上床后却睡不着，翻来覆去到半夜，好不容易睡着了，却又不断做梦。胃口也差了。但健康检查就是没检出毛病。

A 你近来身体自觉很差，健康体检却查不出病来，很可能您正处于亚健康状态。但进行亚健康调理前，最好进行一次较细致的全面检查比较合适，以避免疾病漏诊。

若遇到身体很不舒服，最好尽快到专科门诊就医治疗。体检的目的，是希望在疾病尚未出现明显症状前，及早检查处于萌芽状态的疾病并加以治疗。当已经处于疾病的急性发作期，应先到专科诊断治疗，待疾病康复后再做健康检查。有些病治疗后，还需做定期复查。

而有些人健康意识薄弱，总认为没检查就没毛病，一检查到处都是病，何必自找麻烦？其实，这是“掩耳盗铃”式的错误想法。许多健康问题或疾病早期，都是不太容易感觉到的，特别是忙碌的人们，通常会以为是休息不够或太劳累的结果，往往会麻痹大意把健康问题疏漏了，拖到“大病”才不得不去看医生。