



名医与您谈疾病丛书

总主编 李广智

您是否有过“挂名医号难，多听名医指导更难”的抱怨？
该丛书帮您**把名医请到家里来**，您百问，他百答，
时刻为您的生命健康保驾护航

贫血

主 编 胡允平



中国科普作家协会

上海市科普作家协会医卫专业委员会

上海图书馆讲座中心

上海医学会科普学会

推 荐 优 秀 科 普 读 物

上海市科学技术协会《名家科普讲坛》 参与组织编写



中国医药科技出版社



卫生部 卫生部

《中华人民共和国传染病防治法》规定：医疗机构必须对传染病病人、疑似病人、病原携带者及其密切接触者，采取隔离、消毒、治疗、预防接种、医学观察、流行病学调查等预防控制措施。

贫血

卫生部 卫生部

《中华人民共和国传染病防治法》规定：

《中华人民共和国传染病防治法》规定：

《中华人民共和国传染病防治法》规定：

《中华人民共和国传染病防治法》规定：



《中华人民共和国传染病防治法》规定：

《中华人民共和国传染病防治法》规定：

名医与您谈疾病丛书

贫 血

总主编 李广智

主 编 胡允平

中国医药科技出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

贫血/胡允平主编. —北京: 中国医药科技出版社, 2009. 4

(名医与您谈疾病丛书)

ISBN 978 - 7 - 5067 - 4154 - 5

I. 贫… II. 胡… III. 贫血—防治—问答 IV. R556 - 44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 021175 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 程 明

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010 - 62227427 邮购: 010 - 62236938

网址 www.cspyp.cn

规格 958 × 650mm¹/₁₆

印张 16³/₄

字数 189 千字

印数 1 - 5000

版次 2009 年 4 月第 1 版

印次 2009 年 4 月第 1 次印刷

印刷 北京季蜂印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978 - 7 - 5067 - 4154 - 5

定价 28.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

内容提要

贫血是临床上常见的症状，许多疾病都可伴有贫血，极大地影响着广大人民群众的健康，给病人带来痛苦。本书以问答形式，深入浅出、简明扼要地介绍了缺铁性贫血、再生障碍性贫血、巨幼细胞贫血、溶血性贫血、慢性系统性疾病性贫血、骨髓增生异常综合征以及老年人贫血、小儿贫血的常识、病因、症状、诊断与鉴别诊断、治疗以及预防保健的知识，使患者能了解自己所患的贫血，增强信心，积极治疗，早日康复。本书可供患者、家属及基层临床医生阅读使用。

名医与您谈疾病丛书

编委会

学术顾问	钟南山	陈灏珠	郭应禄	
主任委员	吴少祯			
副主任委员	王应泉	许军	李燕	范志霞
委 员	(按姓氏笔画排序)			
	丁小强	于晓峰	万欢英	马金忠
	方 凤	方 栩	王灵台	王侠生
	王宪衍	王祖承	仇霞芬	方宁远
	邓伟吾	刘 焰	许 讯	朱光斗
	任正刚	向红丁	刘志民	许曼音
	李 刚	李 明	李 敏	张 伟
	张 哲	杨勤萍	李广智	李定国
	肖泽萍	吴艺捷	吴星伟	邱庆华
	邱德凯	何家扬	邹海东	陈生弟
	陈圣祺	陈雨强	郑 兴	郁汉明
	罗邦尧	周玉坤	郑志忠	郑松柏
	赵 璞	胡大一	胡允平	保志军
	姚健凤	徐 通	高 燕	夏术阶
	顾同进	钱荣立	倪立青	徐正婕
	徐金华	高蓓莉	崔 龙	董 频
	彭志海	葛均波	蒋一方	程怀瑾
	程蔚蔚	焦青萍	富名水	熊伍军
科普顾问	朱建坤			
秘 书	范志霞	(兼)		

《贫 血》

编 委 会

主 编 胡允平

编 委 (按姓氏笔画排序)

王振荣 仇霞芬 张洪娣 冷志勤

沙颖豪 易 克 胡允文

序

forward

自地球上出现人类以来，人类与疾病的斗争就开始了，从迫于生存到追求健康、延长寿命，医学也经历了诞生、发展的过程。随着科学的不断发展，医学也在不断进步，成为一门不断创新的学科。

在 20 世纪中叶之前，威胁人类健康的疾病主要是传染病，人们多以各种疫苗的接种作为主要预防手段，以各种抗生素和化学药物的应用作为主要治疗手段，使大多数传染病得到了控制。

目前，主要威胁人类健康的疾病已发生了转变，与生活水平提高、平均期望寿命延长、不良生活方式泛滥以及心理、行为和社会环境影响相关的心脑血管病、代谢性疾病、老年性疾病、恶性肿瘤和精神性疾病占据了主导，这一变化医学上称为流行病学转变。

流行病学的转变导致了医学模式已从“生物医学模式”转变为“生物-心理-社会医学模式”，体现在医疗卫生工作就是从以疾病为主导转变为以健康为主导。满足人们对医学的需求不仅是面向个体的医疗保健，更需要面向群体的卫生保健；疾病防治的重点不仅是危害人群健康的传染病，更要重视与心理、社会和环境因素密切相关的非传染病。为达到上述目的，医疗卫生工作需要得到广大人民群众的支持和配合，而要获得这样的配合首先要让广大人民群众更多地了解他们及其家属所患的疾病，向他们普及医学科学知识则是一个很有效的方法。

《名医与您谈疾病丛书》就是一套这样的医学科普读物，采用读者问、名医答的形式，对71种常见疾病、综合征或重要症状表现、诊断、治疗、预防保健等问题，做尽可能详细而通俗的阐述；并特别选答在临床诊疗中患者询问医师最多的问题，为读者提供实用的防治这些疾病的有关知识。它既适用于患者及其家属更全面地了解疾病，也可供医务工作者向病人介绍其病情，解释采取的诊断方法、治疗步骤、护理措施和预后判断。

本丛书涵盖了临床各系统、各科的相关疾病、综合征和重要症状。该丛书包括：高血压，冠心病，脑卒中，头痛，失眠，心肌炎，心律失常，癫痫，老年性痴呆，帕金森病，糖尿病，更年期综合征，甲亢，痛风，高脂血症，类风湿关节炎，咳嗽，支气管哮喘，支气管肺癌，感冒，慢性阻塞性肺疾病，慢性鼻炎，慢性咽炎，妇科炎症，子宫肌瘤，产后病，痛经与经前期综合征，妊娠期病症，乳腺疾病，脱发，性病，银屑病，皮炎、湿疹、荨麻疹，白癜风，炎症性肠病，消化性溃疡，慢性胃炎，胃癌，肝癌，胃食管反流病，便秘，胆囊炎与胆石症，肝硬化，消化道出血，乙型肝炎，脂肪肝，肛肠疾病，大肠癌，尿路感染，前列腺疾病，性功能障碍，肾脏肿瘤与膀胱疾病，泌尿系结石，结膜炎，白内障，黄斑变性，青光眼，小儿多动症，小儿厌食症，儿童肥胖症，骨折，骨关节病，腰椎间盘突出症，颈肩腰腿痛，贫血，白血病，肾炎，尿毒症，抑郁症，焦虑障碍，口腔疾病。

相信本丛书的出版，将会受到患者及其家属的欢迎，为个体的医疗保健和群体的卫生保健服务作出贡献，故乐为作序。

陈淑珠

2009年3月

让名医陪伴您身旁

——代前言

我有一个梦，

让名医陪伴您身旁，时刻为您的生命健康保驾护航；

我有一个梦，

让人人心里都洒满阳光，只要心里充满希望，人间处处都是天堂；

我有一个梦，

希望人人都不生病或少生病，生了病都能得到及时的、最好的医治；

……

追忆至梦的开始，是一段医患对话催生了我的梦。患者：“我排队排了二三小时，您给我诊治疾病却只花二三分钟！”医生：“如果我给您诊治三四分钟，您可能就需要排三四小时的队”……

我当时想，如果有一天，能将医生的忠告、医嘱和疾病防治的知识，编撰成几十本医学科普读物，病人或读者有什么问题，都可以在书中找到答案，多好啊！

时过境迁，随着针对传染性疾病的第一次卫生革命和针对慢性疾病的第二次卫生革命取得的巨大成功，人类迎来了第三次卫生革命，“21 世纪人人享有卫生保健”的口号体现了人类健康的完美追求和人性的绝对平等，人类健康正受到空前未有的重视。

如果说第一次卫生革命的主要武器是疫苗和抗生素的话，那么第二次第三次卫生革命的主要法宝是健康教育、健康促进和自我保健。

近来，国家卫生部针对老百姓盲目就医，各类医院接诊量严

重不均；同时，某些医疗机构诱导病人过度消费医药，多检查、多开药、开大处方，专家门诊存在着“用高射炮打蚊子”的状况，从而造成医疗资源浪费；农村医疗网络不健全致使许多家庭因病返贫等问题，颁布了一系列文件，重申医疗改革的重点将进行“战略前移”和“重心下移”。所谓“战略前移”，即把过去的重治疗改为重预防；“重心下移”，即把过去重三级、二级大医院改为将医疗卫生的重点放到社区去。使中国民众树立“预防为主，保障健康”的理念，做到疾病早发现、早诊断、早治疗，提高慢性病的知晓率、控制率，减少重大疾病的发生率。

结合这一医疗改革的新形势，乘着人们保健需求越来越高的强劲东风，中国医药科技出版社想百姓所想，急百姓所急，与国内医学界名医专家联手，共同打造出《名医与您谈疾病丛书》。“旧时王榭堂前燕，飞入寻常百姓家”，本丛书以健康为目的，把名医请到您身边，全面普及医学科普知识，把健康保健的金钥匙送到大家手上，满足人民群众“多听指导少排队”的迫切愿望。一书在手，专家与您面对面，百问百答，有问必答，时刻为您的生命健康保驾护航！

本丛书共71种分册，囊括内、外、妇、儿等各科的常见病、多发病、慢性病。丛书的编写得到中国工程院院士陈灏珠、钟南山、郭应禄和医学专业或科普界的知名人士，如钱荣立、胡大一、向红丁、邓伟吾、陈生弟、王祖承等的大力支持和赞誉，使本套丛书蓬荜生辉。在此表示诚挚的谢意！

中国科普作家协会会员

上海市科普作家学会医卫专业委员会副主任委员 李广智

上海市医学会科普学会委员

2009年3月

Contents

目 录

名

医

与

您

谈

疾

病

丛

书

总 论

常识篇	(3)
什么是血液?	(3)
血细胞是如何生成的?	(3)
人体如何调节造血?	(4)
什么是造血细胞生长调节因子?	(4)
红细胞生成素的作用是什么?	(5)
促进白细胞增生的集落刺激因子有哪些?	(5)
什么是干扰素?	(6)
血红蛋白和红细胞的正常值各是多少, 红细胞的功能是 什么?	(6)
白细胞的正常值是多少, 白细胞的功能是什么?	(7)
血小板的正常值是多少, 血小板的功能是什么?	(7)
红细胞异常可发生哪些疾病?	(8)
白细胞异常可发生哪些疾病?	(8)
血小板异常可发生哪些疾病?	(9)
什么是网织红细胞?	(9)
正常人血液的比重、渗透压和酸碱度是多少?	(10)
红细胞平均值包括什么内容?	(10)
什么是红细胞压积?	(11)
什么是红细胞沉降率?	(11)
血细胞数值会因年龄、性别、种族而有差别吗?	(12)
血液的颜色会不会改变?	(12)
病因篇	(13)
什么是贫血?	(13)

哪些人易患贫血?	(13)
如何判断贫血的程度?	(14)
根据红细胞的形态特点, 贫血可以分成哪几类?	(14)
根据病因和发病机制, 贫血可以分成哪几类?	(15)
症状篇	(15)
贫血病人最突出的体征是什么?	(15)
贫血病人有哪些症状?	(16)
引起这些贫血症状的原因是什么?	(16)
诊断与鉴别诊断篇	(17)
为什么对贫血病人要仔细询问病史?	(17)
为什么对贫血病人要进行全面的体格检查?	(17)
诊断贫血需要作哪些实验室检查?	(17)
骨髓穿刺对确诊贫血有意义吗?	(18)
骨髓活组织检查的指征是什么?	(18)
治疗篇	(19)
治疗贫血最重要的原则是什么?	(19)
对贫血病人为什么要强调病因治疗?	(19)
对缺乏造血要素的贫血病人应积极补充造血要素吗?	(19)
刺激红细胞生成的药物可用于哪些贫血病人?	(20)
哪些贫血病人需要用免疫抑制剂?	(20)
贫血病人在什么情况下需要输血?	(20)
中医中药能治疗贫血吗?	(21)
哪些贫血疾病需要脾切除?	(21)
在我国骨髓移植已能开展治疗何种血液病?	(21)
预防保健篇	(22)
怎样预防贫血的发生?	(22)

缺铁性贫血

常识篇	(25)
什么是铁缺乏症?	(25)
什么是缺铁性贫血?	(25)
铁缺乏症的危险因素有哪些?	(25)

正常人对铁的需要量是多少?	(26)
人体所需的铁来源于哪里?	(26)
正常人体内铁从何处吸收?	(26)
病因篇	(27)
缺铁性贫血的病因是什么?	(27)
哪些人易患缺铁性贫血?	(28)
婴幼儿为什么容易发生营养性铁缺乏症?	(28)
为什么妇女需要铁的量较大?	(29)
成年男性缺铁性贫血最常见的原因是什么?	(29)
为什么胃切除病人容易发生缺铁性贫血?	(30)
钩虫病是引起缺铁性贫血的病因吗?	(30)
人体内缺铁分几期?	(30)
什么是隐性缺铁症?	(31)
症状篇	(31)
缺铁性贫血病人的症状可由哪些原因引起?	(31)
缺铁性贫血病人的非特异性症状有哪些?	(32)
细胞和组织内含铁酶和铁依赖酶活性降低会发生哪些临床 表现?	(32)
严重缺铁性贫血引起的黏膜组织变化和外胚叶组织营养障 碍有哪些症状?	(32)
什么是异食癖?	(32)
为什么说月经过多是缺铁的原因也是后果?	(33)
缺铁性贫血病人有脾肿大吗?	(33)
诊断与鉴别诊断篇	(33)
诊断缺铁性贫血需要做哪些实验室检查?	(33)
缺铁性贫血的诊断标准是什么?	(34)
小细胞低色素性贫血必定是缺铁性贫血吗?	(35)
血清铁降低必定是缺铁性贫血吗?	(35)
检查贫血时为什么要观察口唇颜色?	(35)
确诊缺铁性贫血后为什么要进一步查明原因?	(36)
治疗篇	(36)
治疗缺铁性贫血的原则是什么?	(36)

治疗缺铁性贫血的常用口服铁剂有哪些？	(37)
怎样观察口服铁剂治疗缺铁性贫血的效果？	(37)
发生贫血时，心血管是如何进行调整的？	(38)
口服铁剂吸收效果与进食有无关系？	(38)
为什么缺铁性贫血病人服铁剂时不宜喝茶和牛奶？	(39)
如果口服铁剂不能减轻贫血，可能存在哪些原因？	(39)
口服铁剂有哪些不良反应？	(40)
口服铁剂一定要同时服维生素 C 吗？	(40)
注射铁剂的适应证是什么？	(41)
注射铁剂有哪些不良反应？	(41)
为什么缺铁病人忌补铁过多？	(42)
缺铁性贫血能用中药治疗吗？	(42)
缺铁性贫血病人如何进行食疗？	(43)
治疗缺铁性贫血需要输血吗？	(44)
贫血妇女月经量过多怎么办？	(44)
严重贫血妇女为何应暂缓怀孕？	(44)
预防保健篇	(45)
如何预防缺铁性贫血的发生？	(45)
如何预防消化性溃疡合并出血？	(45)
如何预防痔出血？	(46)
如何预防钩虫病？	(47)

再生障碍性贫血

常识篇	(51)
什么是再生障碍性贫血？	(51)
什么是单纯红细胞再生障碍性贫血？	(51)
什么是范科尼贫血？	(51)
什么是造血干细胞？	(52)
何谓造血微环境？	(52)
何谓造血调节因子？	(52)
再障会转变为白血病吗？	(53)
什么是急性造血功能停滞？	(53)

病因篇	(53)
再生障碍性贫血的危险因素有哪些?	(53)
再障是否会遗传?	(54)
再障的发病机制是什么?	(54)
引起再障的药物有哪些?	(55)
氯霉素引起药物性再障的特点是什么?	(55)
除了药物, 还有哪些化学品可能引起再障?	(56)
再障与病毒性肝炎的关系如何?	(56)
单纯红细胞再生障碍性贫血的病因有哪些?	(57)
症状篇	(57)
再生障碍性贫血的临床表现有哪些?	(57)
再生障碍性贫血的外周血象表现如何?	(58)
诊断与鉴别诊断篇	(58)
再生障碍性贫血的通行诊断标准是什么?	(58)
急性再生障碍性贫血的诊断标准是什么?	(59)
慢性再生障碍性贫血的诊断标准是什么?	(59)
诊断再生障碍性贫血应除外哪些疾病?	(60)
再障病人需要做骨穿及骨髓活检吗?	(61)
再障病人的骨髓象有哪些特点?	(62)
肝炎后再障应如何分型?	(62)
治疗篇	(63)
再障怎样的治疗才算有效?	(63)
为什么雄激素可治疗再障?	(63)
治疗再障的雄激素有哪些, 应用时有何注意点?	(64)
雄激素治疗再障的作用机制是什么?	(64)
雄激素治疗再障的特点有哪些?	(65)
神经兴奋药如何用于治疗再障?	(65)
肾上腺皮质激素能治疗再障吗?	(66)
什么是再障的免疫抑制治疗?	(66)
免疫抑制治疗能否治愈再障?	(67)
有哪些细胞因子适用于治疗再障?	(68)
铁剂可治疗再障吗?	(68)

再障是否要行脾切除术?	(69)
再障病人该如何选择骨髓移植?	(69)
再障病人输血要注意些什么?	(70)
再障的中医治疗地位如何?	(70)
中医中药如何治疗慢性再障?	(71)
不同类型的再障如何选择治疗方案?	(72)
先天性单纯红细胞再生障碍性贫血如何治疗?	(72)
单纯红细胞再生障碍性贫血的治疗有哪些?	(72)
急性造血功能停滞该如何治疗?	(73)
再障的预后如何?	(74)
如何处理慢性再障病人和妊娠的关系?	(74)
预防保健篇	(75)
再障患者一般应遵循的饮食原则是什么?	(75)
如何预防再障的发生?	(75)
再障病人平常应注意些什么?	(76)

巨幼细胞贫血

常识篇	(79)
什么是巨幼细胞贫血?	(79)
为什么叶酸、维生素 B ₁₂ 缺乏可致贫血?	(79)
人体所需的维生素 B ₁₂ 主要来源于何处?	(79)
正常成人每日的维生素 B ₁₂ 需要量是多少?	(79)
人体所需的叶酸主要来源于哪些食物?	(80)
各个不同生理时期每日叶酸需要量是多少?	(80)
什么是恶性贫血?	(80)
什么是药物性巨幼细胞贫血?	(81)
病因篇	(81)
什么情况下会出现维生素 B ₁₂ 摄入不足和需要量增加? ...	(81)
什么情况下会出现维生素 B ₁₂ 吸收障碍?	(81)
什么情况下会出现叶酸摄入不足和需要量增加?	(82)
什么情况下会出现叶酸吸收不良?	(82)
什么情况下会出现叶酸利用障碍?	(83)