

驚喜價

99
元

成人病

THE ADULT HEALTH GUIDE

健康手冊

新谷富士雄◎著
楊鴻儒◎編譯

誰說年紀越大，毛病就越多？

但是，若過於掉以輕心，
小毛病也可能是致命殺手。

因此，多注意身體警訊，
觀察異常徵兆，
越活越健康，
並不是夢想！

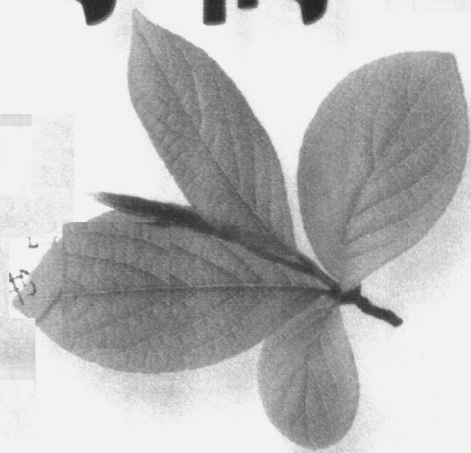


成人病

THE ADULT HEALTH GUIDE

健康手冊

新谷富士雄◎著
楊鴻儒◎編譯



國家圖書館出版品預行編目資料

成人病健康手冊／新谷富士雄著；楊鴻儒編譯
--初版. --臺北市：文字復興，2001[民90]
面：公分.--（健康開講系列）

ISBN 957-11-2394-3（平裝）

1. 症候學 2. 疾病預防

415.208

90002714

健康開講系列

成人病健康手冊

作者／新谷富士雄

編譯／楊鴻儒

發行人／楊秀麗

責任編輯／王翠華

出版者／文字復興有限公司

台北市和平東路二段三三九號四樓

電話（〇二）二七〇五五〇六六 傳真（〇二）二七〇六六一〇〇

門 市／五南文化廣場

總店・台中市中山路二號 電話（〇四）二二六〇三三三〇

沙鹿店・台中縣沙鹿鎮中正街七七號 電話（〇四）六六三一六一三五

逢甲店・台中市西屯區逢甲路二一八號 電話（〇四）二五五五八〇〇

高雄店・高雄市新興區中山一路二九〇號 電話（〇七）二三五一九六〇

總經理／創智文化有限公司

台北縣中和市中山路二段三二七巷三號四樓

電話（〇二）二二四二一五六六 傳真（〇二）二二四二二九九二二

排 版／天宇電腦專業設計

印 刷／和鑫照相製版有限公司

次／二〇〇一年四月初版一刷

平裝定價99元（如有缺頁、破損、倒裝請寄回更換）

※本書保留所有權利，欲利用本書全部或部分內容，須徵求文字復興有限公司同意。

目錄

從症狀了解成人病

▽頭痛、臉色、表情、

眼睛和視覺、耳、鼻

頭痛..... 2

臉色、表情..... 8

眼睛和視覺..... 14

耳、鼻..... 22

唇、口腔、舌、牙床..... 30

▽喉嚨、頭、肩、胸、背部

喉嚨、頭..... 40

肩、胸、背部.....48

▽腹痛（Ⅰ）、腹痛（Ⅱ）、腹部諸症狀

腹痛（Ⅰ）.....58

腹痛（Ⅱ）.....64

腹部諸症狀.....74

▽腰、腎、男性性器、女性性器、肛門

腰、腎.....82

男性性器.....90

女性性器.....102

肛門.....114

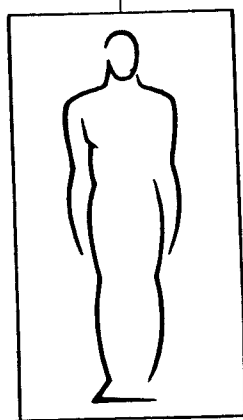
▽手、足、食慾、體重、尿和便、咳、痰、噁心、嘔吐、心理、睡眠

▽**検査**……

手、足……………	126
食欲、體重……………	140
尿和便……………	148
咳、痰……………	162
噁心、嘔吐……………	172
心理、睡眠……………	182
検査……………	194
避免成人病……………	220

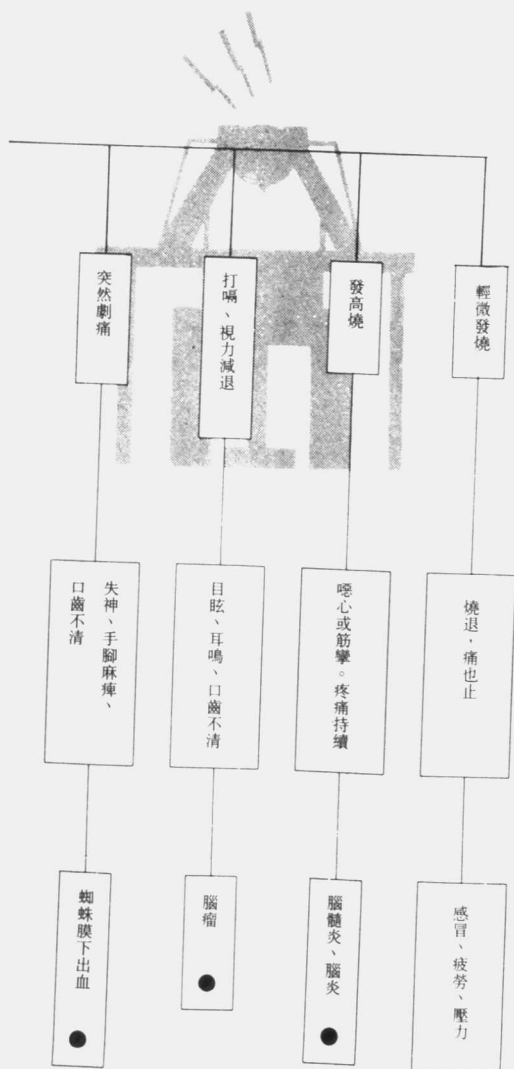
1

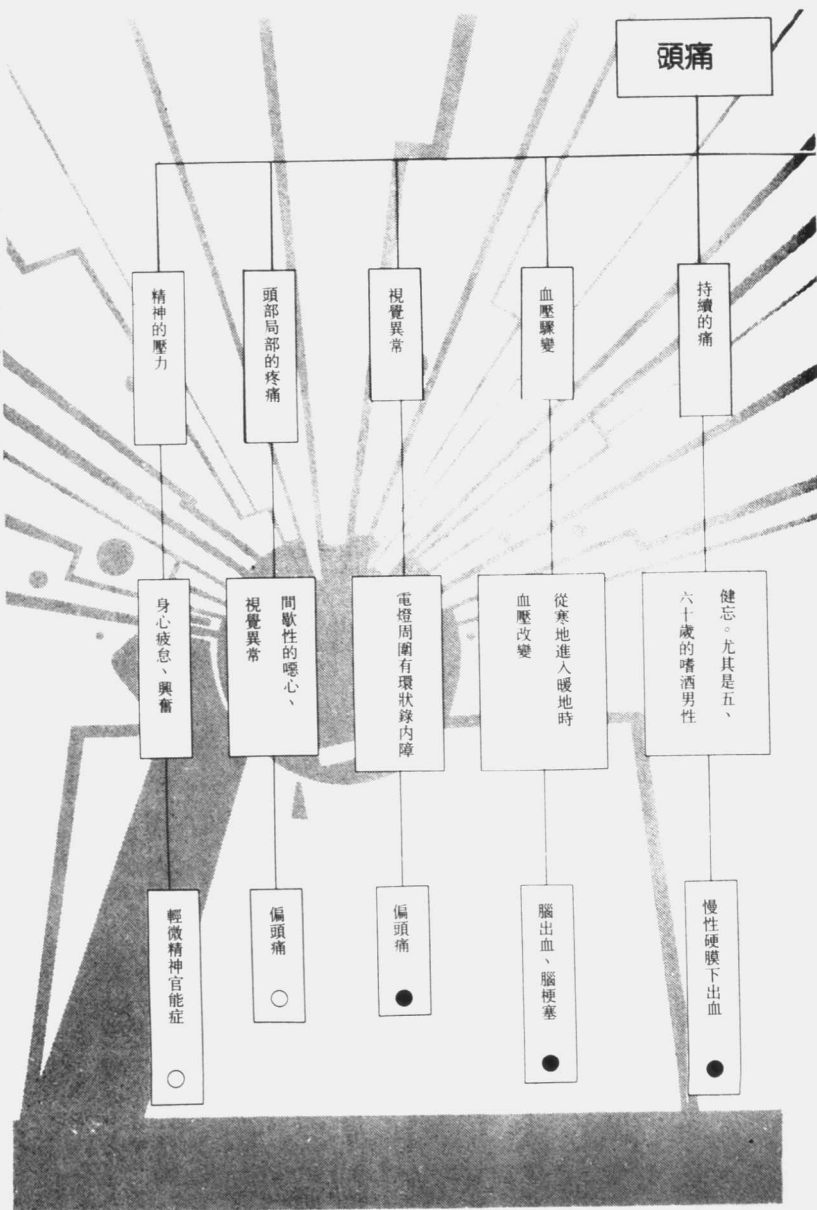
頭痛、臉色、表情、
眼睛和視覺、耳、鼻



頭痛

危及性命的頭痛只佔少數。但是，腦瘤等重大疾病需要早期發現，因此不可輕忽頭痛這症狀。





從症狀了解成人病

蜘蛛膜下出血

蜘蛛膜是三層腦膜的中間層。蜘蛛膜下出血就是通過蜘蛛膜下的血管長動脈瘤，結果破裂所引起的。

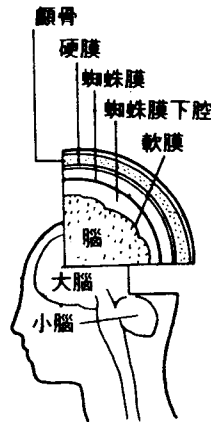
動脈瘤大多形成於年輕時代，到了四十歲以後，開始動脈硬化，因血壓升高而破裂。

一旦發作，就要趕緊叫救護車，立刻送往腦神經外科動手術，大部分可得救，如果拖延太久而出血，就會導致死亡的結果。

慢性硬膜下出血

經常發生在嗜酒者身上的疾病。

所謂硬膜，就是在蜘蛛膜外側的腦膜，連接硬膜和腦的血管如果不斷少量出血，就會逐漸形成慢性硬膜下出血。肇因起於頭部



受到輕微撞擊，健忘為其特徵。

由於是慢性疾病，本人也會察覺已頭痛很久一段時間。旁人則視之為痴呆症，如果置之不理則會形同廢人。唯有早期發現，消除血腫，才有復原的可能。

腦瘤的發現

腦瘤是長在腦內像癌的疾病。這種疾病似乎應有很嚴重的頭痛，但事實則不然。甚至在初期時，有人根本就不痛。

那麼，要如何才能發現是腦瘤呢？早上起來會頭痛或噁心就要注意。嚴重時會痙攣、目眩、耳鳴、視力減退、視野變窄、健忘、口齒不清等，這些都是和腦或腦神經有關的症狀。

有以上症狀就立刻上醫院作CT檢查。腦瘤的發現及治療，現已有長足的進步，只要是良性即有治癒的可能。

血壓和頭痛

經常被認為是高血壓自覺症狀的頭痛，其實並不合實際，因為血壓高者並不會比血壓



上下變動的人常頭痛。尤其是從寒冷的室外突然進入溫暖的室內，這時血管會急速被擴張，而引起頭痛。

所以，像沐浴或喝酒容易引起腦出血或腦梗塞，需要十分注意。

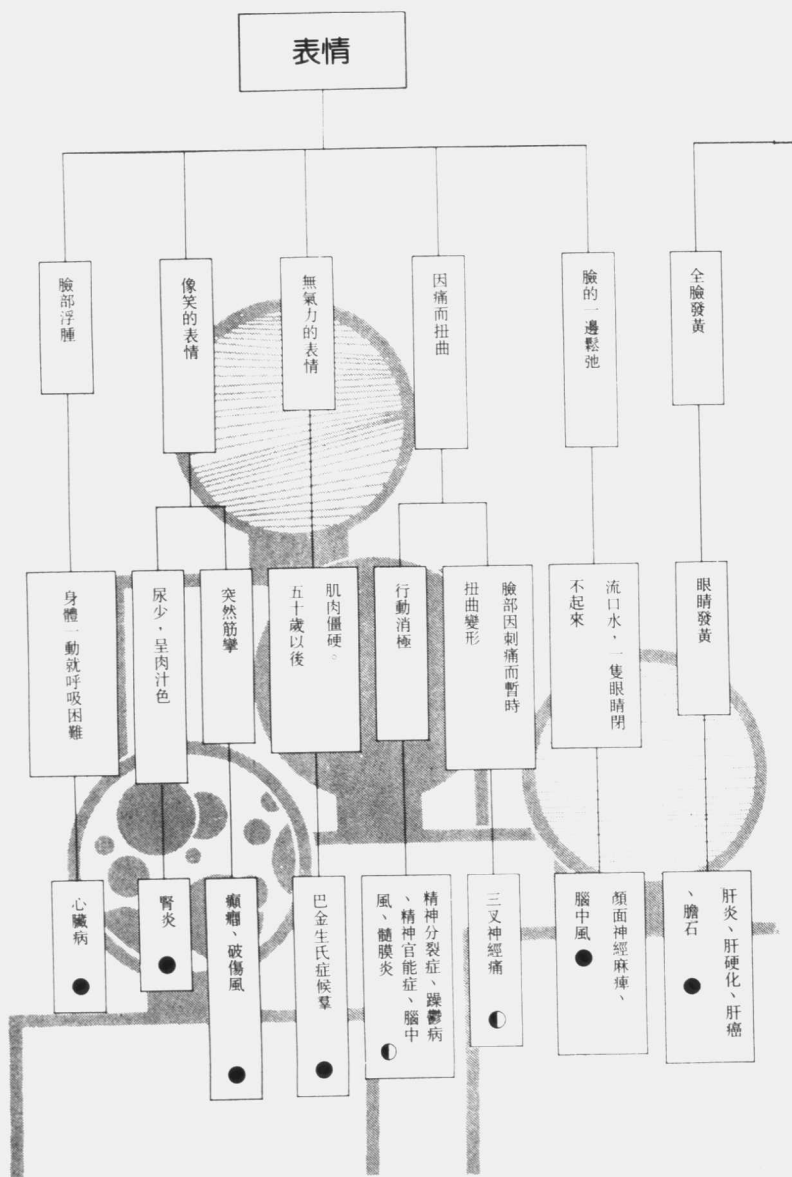
此外，前面所提及的腦瘤在早上的頭痛，也是急速進行的惡性高血壓的症狀，最好不要罔顧其嚴重性。

註：*頭痛得將要休克的嚴重狀況，要找腦神經外科。此外都是找神經內科（如果附近沒有，找內科亦可）。

臉色・表情

所謂「看人臉色」，從臉色及表情可看出潰瘍、癌、腦中風等許多症狀。





如何檢查黃疸

皮膚發黃的黃疸是為肝臟病或膽結石的症狀，而廣為人所知。這是膽囊中的膽汁色素，在血液中增加的狀態。急性肝炎、膽結石、胰癌等疾病可從黃疸而發現。

健康的人如果橘子、南瓜吃多了，臉和手脚會發黃。所以，要看看眼白，倘若是黃色則是黃疸。

此外，老人容易因其他理由而皮膚發黃，所以要作血液檢查，才能判定是否為黃疸。

令人介意的貧血

貧血的原因或種類相當多。只有紅血球或血紅素的缺乏為其共通點，也就是所謂有「血色不良」的情形。

較常見的有鐵質缺乏的缺鐵性貧血，以及維他命B₁₂等欠缺的惡性貧血，這都是較容易治療的。

最可怕的是內臟的出血性貧血，如果沒有受傷而臉色蒼白，就要儘早到醫院檢查。因



為可能是胃癌、胃潰瘍、十二指腸潰瘍、痔出血、寄生蟲等慢性的大出血，會使臉色蒼白。

巴金生氏病

正確名稱是巴金生氏症候羣。巴金生是發現這疾病的醫師。

以五十歲後較常罹患，會手腳肌肉僵硬，而動作遲緩，另一方面是臉部像面具一樣無表情。原因為腦的動脈硬化，控制身體肌肉的腦功能異常。

針對巴金生氏病，已有消除肌肉僵硬的藥，因此有相當的恢復可能性。這疾病的發現法很簡單，像穿衣服、扣扣子等日常的小動作是否能順利進行，即可供參考之用。

浮腫和腎炎
發生浮腫的疾病，可能是心臟、腎臟的疾病。心臟引起的浮腫，大部分發生在下半身，臉部浮腫，則可能是腎臟病。

腎臟病，尤其是腎炎，首先是眼睛四周

第一章 頭痛、臉色、表情、眼睛和視覺、耳、鼻

