



1

乡村医生诊疗 口袋书

霍勇 母义明·主编

XIANGCUN

YISHENG ZHENLIAO

KOUDAISHU

上海科学技术出版社



乡村医生 诊疗口袋书

①

霍 勇 母义明 ◆ 主编

上海科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

乡村医生诊疗口袋书. 1 / 霍勇, 母义明主编. --
上海: 上海科学技术出版社, 2022. 8
ISBN 978-7-5478-5740-3

I. ①乡… II. ①霍… ②母… III. ①疾病—诊疗
IV. ①R4

中国版本图书馆CIP数据核字(2022)第128478号

乡村医生诊疗口袋书

(全三册)

霍 勇 母义明 主编

上海世纪出版(集团)有限公司 出版、发行
上海科学技术出版社

(上海市闵行区号景路159弄A座9F-10F)

邮政编码 201101 www.sstp.cn

印刷

开本 787×1092 1/32 印张 19.25

字数: 330千字

2022年8月第1版 2022年8月第1次印刷

ISBN 978-7-5478-5740-3/R·2517

定价: 48.00元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题, 请向工厂联系调换

内容提要

乡村医生是乡村居民健康的“守门人”，本书是专为乡村医生编写的一本实用、方便的诊疗工具书，贴近广大乡村医生实际的诊疗场景和实际需求，助力乡村医生正确规范地处理慢性疾病及急救、传染病等，帮助他们提升专业能力。

本书内容涵盖常见病的诊断、鉴别、治疗，患者长期管理，常见意外及创伤急救常识，儿童预防与妇幼保健，传染病管理等，文字简洁，内容权威专业，设计装帧小巧便携。

主编简介

霍勇

北京大学第一医院主任医师、教授。世界华人心血管医师协会会长、亚洲心脏病学会主席、世界华人医师协会副会长、中国胸痛中心认证工作委员会主任委员、中国医师协会胸痛专业委员会主任委员、苏州工业园区心血管健康研究院院长等。

霍勇教授先后主持了国家“十一五”“十二五”“十三五”等多项国家级课题、28 项国内外创新药物临床研究；在 JAMA 等顶级国际学术期刊发表 SCI 文章 267 篇；发表中文文章 535 篇；主编学术专著 86 部，牵头制定 28 项国家疾病诊疗标准和专业指南共识、2 项国际指南；获得 11 项发明专利和全国创新争先奖状（2020）、国家科学技术进步奖二等奖（2019 年、2016 年、2013 年）、华夏医学科技奖一等奖（2016 年、2012 年）等多个奖项。

母义明

中国人民解放军总医院(北京 301 医院)主任医师、教授、博士生导师。清华大学医学院教授、博士生导师,南开大学医学院教授、博士生导师。中国人民解放军总医院第一医学中心内分泌科主任。中华医学学会内分泌学分会第十届委员会主任委员,中国医师协会内分泌代谢科医师分会候任会长,中国人民解放军医学会内分泌专业委员会主任委员,北京市医学会内分泌学和糖尿病学分会主任委员。

擅长糖尿病、垂体、甲状腺、甲状旁腺、肾上腺、性腺疾病等。《Chronic Diseases and Translational Medicine》《中华内科杂志》《中华内分泌代谢杂志》《中国医学前沿杂志》《实用内科杂志》《解放军医学杂志》等副主编。发表 SCI 论文 220 余篇。2012 年和 2018 年被中华医学会授予杰出贡献奖。

编委会

指 导 国家卫生健康委员会乡村振兴工作领导小组
办公室
团中央青年志愿者行动指导中心

主 编 霍 勇 北京大学第一医院
母义明 中国人民解放军总医院

编 委 (按姓氏拼音排序)

曹文锋 江西省人民医院
陈 崑 中山大学附属第一医院
陈 行 复旦大学附属妇产科医院
陈小兵 河南省肿瘤医院
程真顺 武汉大学中南医院
戴 冽 中山大学孙逸仙纪念医院
高小平 湖南省人民医院
苟 欣 重庆医科大学附属第一医院
侯晓华 华中科技大学同济医学院附属协和医院
医院
扈晓宇 成都中医药大学附属医院
姜林娣 复旦大学附属中山医院
李 航 北京大学第一医院
李贵森 电子科技大学附属四川省人民医院

- 李梦涛 北京协和医院
刘冰 河北省人民医院
刘芳 同济大学附属东方医院
刘虹 中南大学湘雅二医院
刘云 新乡医学院第一附属医院
吕朝晖 中国人民解放军总医院
时军 河南大学淮河医院
王沛 郑州大学第一附属医院
颜红兵 中国医学科学院阜外医院深圳医院
杨斌 南方医科大学皮肤病医院
叶珏明 上海市第六人民医院
余学锋 华中科技大学同济医学院附属同济
医院
张立 四川大学华西医院
张薇 空军军医大学第二附属医院
张学军 复旦大学皮肤病研究所
章秋 安徽医科大学第一附属医院
赵晓辉 陆军军医大学新桥医院
-

组 编 丁香园

公益支持 中国人口福利基金会
中国光彩事业基金会
上海复星公益基金会

“复星基金会复星医药星爱121专项基金”资助出版

序

隆冬将至,听闻《乡村医生诊疗口袋书》即将出版,如遇暖阳,喜不自胜。

同样是在冬天。2017年12月,在国家卫健委乡村振兴办(原扶贫办)的指导下,上海复星公益基金会联合中国人口福利基金会等启动乡村医生项目。四年的时间里,我们派出一批批的复星员工和西部计划志愿者深耕项目县。目前,该项目已覆盖全国73个县、守护2.3万名村医、惠及300万基层家庭。

每个数字都来之不易,并且这些数字还会不断更新。但是,新的历史节点,需要开拓新的方向,注入新的意义。于是,“口袋书”便应运而生。

2021年是乡村振兴元年,为了响应中央文件提出的“全面推进健康乡村建设”的号召,上海复星公益基金会联合复星医药启动的“星爱121专项基金”发起“手拉手”乡村医疗人才振兴计划。计划包括“一本乡村医生口袋书”“一个乡村医生云守护平台”“一群健康关爱大使”“一起手拉手线上问诊帮扶”“四个一”子项目。通过线上线下相结合的方式,帮助村医学习诊疗和健康管理知识,获得及时的诊疗答疑,让基层家庭都能无忧疾病管理,健康生活。

湖北省蕲春县,有一位叫张威的独臂村医,他常常骑十几公里的摩托车,向县医院的老师请教疑难杂症的诊疗方法。在被张医生的好学精神打动的同时,

我们也意识到村医缺乏学习平台。“口袋书”的诞生，正是针对广大村医实际诊疗过程中遇到的共性问题，赋能村医提升诊疗水平，解决“张威们”面临的困境。医学知识浩如烟海，体量庞大，如何去芜存菁、深入浅出就考验编写者的功力。在此，特别感谢本书主编北京大学第一医院心血管内科主任霍勇教授和中国人民解放军总医院内分泌科主任母义明教授，与来自心内科、神经内科、消化科、内分泌科等 13 个科室的 30 位专家和丁香园的同仁们群策群力，笔耕不辍。

感谢帮助过乡村医生项目的爱心伙伴和社会力量。该项目现有的成绩和未来的蓝图里，都不只有复星一家的身影。借“口袋书”出版之际，我想邀请更多的朋友加入守护村医的行列，在这场浩浩荡荡的乡村振兴浪潮中，翻涌自己的波涛。

乡村医生项目有一首主题曲，叫《为了他们的晴朗》。如果说乡村医生是给基层带去晴朗的艳阳，那么我希望“口袋书”能成为维持太阳生生不息的燃料。我期待“口袋书”送到每一位村医手上的那天，想象着他们翻开一张张的书页，就仿佛穿过一束束的阳光。

愿更多的暖阳在中华大地上升起，愿每一处角落都有阳光温柔遍照。

雄关漫道真如铁。上海复星公益基金会将朝着这一美好愿景步履不停。

上海复星公益基金会理事长 **李海峰**

2021 年 11 月 15 日

于上海

前 言

在我国,经济和社会发展到了新的阶段,2021年是乡村振兴的元年,中国5亿多农民的健康也影响着“健康中国2030”目标的实现。

在医疗和公共卫生领域,尤其是在糖尿病、冠心病、肿瘤等慢病领域,基层的发病率都在上升。遗憾的是,我国乡村医生群体大部分是老人,很多地区乡村医生的年龄大多在50岁以上。乡村医生是基层健康的“守门人”,支撑着我国的卫生“网底”。加强乡村医生队伍建设,不但需要在提升福利待遇、完善职业规划等方面下功夫,也需要在健全培训机制、提升业务能力等方面补足短板。

因此,我们希望能为乡村医生编写一本实用、方便的诊疗工具书。贴近广大乡村医生实际的诊疗场景和实际需求,通过正确规范地处理慢性疾病及急救、传染疾病等问题,帮助他们提升专业能力。

本书分为3册,共14章,包括:常见慢病的诊断、鉴别与治疗,患者长期管理,常见意外及创伤急救常识,儿童预防与妇幼保健,传染病管理及村民医学科普等。

为方便乡村医生翻阅、理解和记忆,本书在规划上追求结构完整、层次清晰、图文并茂,在语言表达上力求言简意赅、朴实精炼,适合乡村、社区医生阅读,可作为基层医护人员日常诊疗的工具书,也可供基层

乡村医生向广大群众宣教。

为了让本书的内容更贴合乡村医生的实际需求，我们在撰写前期历经两次调研，涵盖了 20 多个县的 2000 多位乡村医生。在编写过程中，从疾病谱的制订到图书内容的编撰，我们进行了多次讨论和修订。

在这里，要特别感谢来自心内科、神经内科、消化科、内分泌科、呼吸科、风湿免疫科、肾内科、妇产科、皮肤科、儿科、肿瘤内科、急救科、感染科的 30 位专家同仁们共同编写本书。作为全国知名的三甲医院主任医师或医学博士以上人员，他们始终走在专业发展的前沿，从而能保证内容的权威性、先进性。他们也是长期从事临床工作的一线医生，对患者的需求和困扰有最直接的了解和体会，保证了内容的实用性。

同时，这本书的编写得到了上海复星公益基金会、复星医药和丁香园的大力支持。他们已经为乡村医生做了大量的工作，推动了乡村基层医疗卫生事业的发展。

谨以此书致敬在乡间田野奔波，默默守护着广大乡村居民健康的乡村医生们。希望通过医疗行业的协同，为基层疾病的防治共同努力，助力乡村振兴和“健康中国梦”早日实现！

北京大学第一医院 霍 勇

中国人民解放军总医院 母义明

2021 年 12 月

目 录

第一章 心脑血管疾病	001
第一节 高血压	001
第二节 高脂血症	012
第三节 稳定型冠心病	020
第四节 心肌梗死	031
第五节 心律失常	038
第六节 心力衰竭	055
第二章 神经系统疾病	070
第一节 缺血性脑卒中	070
第二节 出血性脑卒中	081
第三节 颅内动脉瘤	091
第四节 癫痫	097
第三章 消化系统疾病	104
第一节 急性胃炎	104
第二节 慢性胃炎	107
第三节 胃溃疡	117
第四节 十二指肠溃疡	128
第四章 常见内分泌疾病	139
第一节 糖尿病	139

第二节	甲状腺疾病	158
第三节	骨质疏松	169
第四节	电解质紊乱	180
第五章	呼吸系统疾病	191
第一节	上呼吸道感染	191
第二节	慢性支气管炎	200
第三节	哮喘	206
第四节	慢性阻塞性肺疾病	219

心脑血管疾病

第一节 高血压

一、疾病概述与诊断

2018年中国高血压调查的结果显示：我国18岁及以上人群高血压的患病率约为27.9%，也就是说约每4个成人中就有一个是高血压患者。高血压对心血管疾病的发病风险和死亡风险影响深远，收缩压每降低10 mmHg或舒张压每降低5 mmHg，死亡风险降低10%~15%，脑卒中风险降低35%，冠心病风险降低20%，心力衰竭风险降低40%。

（一）诊断标准

根据《中国高血压防治指南（2018年修订版）》将高血压定义为：在未使用降压药物的情况下，诊室收缩压（systolic blood pressure, SBP） ≥ 140 mmHg 和/或舒张压（diastolic blood pressure, DBP） ≥ 90 mmHg（表1-1-1）。

表 1-1-1 《中国高血压防治指南(2018 年修订版)》高血压诊断标准

血压类别	高血压诊断标准
诊室血压	收缩压/舒张压 \geq 140/90 mmHg
家庭血压	收缩压/舒张压 \geq 135/85 mmHg

(二) 血压测量

血压测量具有 5 个要点:

1. 设备精准: 推荐使用经过验证的上臂式医用电子血压计, 水银柱血压计将逐步被淘汰。使用标准规格的袖带(气囊长 22~26 厘米、宽 12 厘米), 肥胖者或臂围大者(>32 厘米)应使用大规格气囊袖带。

2. 安静放松: 安静至少 5 分钟, 不说话(取坐位, 双脚平放于地面, 放松且保持身体不动)。

3. 位置规范: 上臂中点与心脏处于同一水平线, 袖带下缘应在肘窝上 2.5 厘米处。

4. 测量方案: 首诊时应测量两上臂血压, 以血压读数较高的一侧作为测量的上臂。对初诊高血压患者或血压不稳定高血压患者, 建议每天早晨和晚上测量血压, 每次测 2~3 遍, 取平均值; 建议连续测量家庭血压 7 天, 取后 6 天血压平均值。血压控制平稳且达标者, 可每周自测 1~2 天血压, 早晚各 1 次; 最好在早上起床后、服降压药和早餐前、排尿后, 固定时间自测坐位血压。

5. 及时记录: 详细记录每次测量血压的日

期、时间以及所有血压读数，而不是只记录平均值。应尽可能向医生提供完整的血压记录。

二、疾病评估

高血压评估的主要目的：①明确高血压诊断和分级；②区分原发性或继发性高血压；③寻找其他心脑血管危险因素、靶器官损害以及相关临床情况。

评估是确定高血压治疗策略的基础，建议初诊及以后每年评估1次。

（一）高血压诊断标准与分级

高血压的诊断标准与分级详见表1-1-2。

表1-1-2 高血压的诊断标准与分级

高血压分级	诊断标准
正常血压	收缩压 < 120 mmHg 和舒张压 < 80 mmHg
正常高值	收缩压 120~129 mmHg 和/或舒张压 80~89 mmHg
高血压	收缩压 \geq 140 mmHg 和/或舒张压 \geq 90 mmHg
高血压1级	收缩压 140~159 mmHg 和/或舒张压 90~99 mmHg
高血压2级	收缩压 160~179 mmHg 和/或舒张压 100~109 mmHg
高血压3级	收缩压 \geq 180 mmHg 和/或舒张压 \geq 110 mmHg

注：血压值为诊室血压。