

<<家庭健康医疗实用百科>>

图书基本信息

书名：<<家庭健康医疗实用百科>>

13位ISBN编号：9787222091719

10位ISBN编号：7222091718

出版时间：2012-6

出版时间：云南人民出版社

作者：肖玲玲

页数：366

字数：480000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<家庭健康医疗实用百科>>

### 内容概要

本书在综合国内外最新医疗研究成果的基础上，针对现代家庭的生活特点和实际需要，为读者提供丰富而全面的医学常识，现代常见病、多发病的家庭治疗方案，保健、养生方法等，旨在打造一部内容最全、权威科学、简明易懂的家庭健康医疗实用百科，帮助读者在日常生活中轻松防病治病，维护并促进自身和家人的身体健康。

《家庭健康医疗实用百科(超值白金版)》中共设有“健康检查篇”“常见病防治篇”“急救篇”“用药篇”“养生保健篇”五大篇。

“健康检查篇”介绍了各种自我检查的方法以及医院体检的基本常识，指导不同群体的读者在家采用自我检查方法判断自身健康状况，以积极预防疾病。

“常见病防治篇”详尽介绍了各种家庭常见疾病的治疗方法，在家自诊自疗的具体方案，还提出了什么情况需要就医的建议。

“急救篇”用图文结合的方式介绍了各种危急情况下的急救措施和急救的基本常识，帮助读者轻松掌握各种急救技能。

“用药篇”介绍了用药的基本常识和各种常见疾病的常规药物治疗方案，指导读者小心谨慎地为自己及家庭成员正确地对症下药。

“养生保健篇”介绍了居家生活应注意的健康细节和常见病痛的自然疗法。

拥有一位随叫随到的家庭医生是大多数人的梦想，这本书可随时为你解答种种疑惑，消除身体不适，提供最贴心的健康服务，为你和你的家人的健康保驾护航。

书籍目录

健康检查篇

第一章 健康检查基本知识

什么是健康检查

为什么要做健康检查

健康检查的原则

健康检查的类型

体格检查的方法

体检前应做好哪些准备

怎样选择适合自己的体检项目

影响健康检查质量的因素

正确解读健康检查结果

健康检查须知

走出健康检查的种种误区

注意健康警报

自我监测的目的和内容

自我保健的6个提示

健康标准的自我检测

24小时健康自测

用运动指标做免费体检

中老年自我体质快速检验法

第二章 健康检查的项目

眼科检查

口腔科检查

耳鼻喉科检查

儿科检查

内科检查

外科检查

妇科检查

皮肤科检查

神经科检查

普通X线检查

CT检查

B超检查

核磁共振检查

内窥镜检查

心电图检查

脑电图检查

血液常规检查

尿液常规检查

血糖检查

血脂检查

肾功能检查

血清蛋白检查

血清胆红素检查

常见病防治篇

<<家庭健康医疗实用百科>>

急救篇  
用药篇  
养生保健篇

## 章节摘录

**鼻子** 鼻子也能反映人体的健康状况。

鼻子常呈黑色、蓝色或棕色，则可能提示胰脏或肝脏有病症。

鼻子发黑且无光泽，则提示胃肠可能有疾病，尤其可能患有胃溃疡。

若鼻子两边发红，油腻光亮常脱皮，说明体内缺锌。

鼻子变白，是贫血患者最主要的症状之一，出现此种症状，应该及时去医院查明病因。

鼻前粉红，是鼻部结核病早期症状之一，青少年出现此种情况尤其应该注意，因为它是患结核病最主要的症状之一。

**耳朵** 正常的耳朵颜色为微黄而红润，同时对外界的感觉也较为敏锐，如果耳朵颜色发生改变，则很可能是一些疾病的前兆。

耳郭呈红色或暗红色，则表明患有某种急性高热性疾病，若同时还伴有红肿疼痛，则是耳郭炎症的表现；耳郭呈白色或淡白，则可能是受到风寒侵蚀，或气血虚亏，或肾气虚亏等，也是慢性消化性疾病的症状之一；耳郭干枯、发黑，则是肾亏的表现；耳垂经常潮红，则提醒身体免疫功能下降，体质虚弱。

**唇** 嘴唇可以说是人体健康状况的“晴雨表”，很多疾病的早期症状都会在嘴唇上表现出来。唇色泛青，是血液不流畅，血淤气阻的表现，应提防中风、血管阻塞等疾病的发生；唇色发白，很有可能是贫血，或大肠虚寒，或胃虚寒的表现；唇色深红，常见于高热；上唇内黏膜呈紫色，则是冠心病的早期症状之一；嘴唇发紫，多见于慢性支气管炎，以及由肺部疾病引起的心脏病等疾病。

**舌** 正常人的舌头，舌苔呈薄净而滋润有津，颜色为薄白色。

舌苔过白，多属寒证，但也可以见于热证。

早期肺炎、急性支气管炎也可能导致舌苔过白。

此外，舌苔过白也是一些慢性炎症感染的前兆，如慢性肾盂炎、慢性盆腔炎等。

体温过高时，可以使舌苔变黄。

消化道功能紊乱时，也会出现舌苔发黄，如结肠炎、慢性胃炎、溃疡病等。

此外，炎症感染时，也会导致舌苔发黄，如脑炎、急性阑尾炎、败血症以及大叶性肺炎等炎症疾病。

**牙齿** 牙齿作为人体咀嚼食物的主要工具之一，它的一些变化也能显示身体某个部位可能出现了问题。

如在吞咽食物时牙齿疼痛，嘴巴也不易张开，且肿痛往往发生在一端，则提示你可能患有冠周炎。

再如牙龈出血，可能表明身体缺乏维生素C或牙龈有慢性炎症和炎症性增生。

此外，牙龈出血还可能是血液疾病、肿瘤等疾病的先兆。

所以，出现经常性牙龈出血，应该及时到医院检查。

**指甲** 指甲明显向上拱起，并围绕指尖弯曲，则提示你可能患有某种慢性疾病；如果指甲呈黄绿色或黄色，生长缓慢，且厚而坚硬，则提示可能患有甲状腺疾病、淋巴疾病或慢性呼吸系统疾病；指甲萎缩或变薄，表明身体营养失调，或可能患有肢端动脉痉挛或麻风病等疾病；指甲长期呈灰白色，表示营养不良，或可能患有慢性呼吸系统疾病、消化系统或心血管系统疾病，如肺结核、慢性胃炎、萎缩性胃炎等。

.....

## <<家庭健康医疗实用百科>>

### 编辑推荐

肖玲玲编著的《家庭健康医疗实用百科(超值白金版)》根据国内外最新的医疗成果和国家权威机构颁布的药物目录等,为读者提供权威专业的防病、治病、保健方案,科学指导读者掌握最基本的医学常识和技能。

本书详尽介绍健康检查、常见病的自诊自疗、急救、用药、保健等方面的常识、方法和技能,治疗方案极具操作性且疗效显著,还配备了大量直观的步骤操作图,便于读者迅速掌握相关技能,是一部适合现代中国家庭使用的健康医疗百科全书。

这部家庭健康医疗百科全书,是百姓身边的私人医生,书中介绍的医疗、健康等方面的常识、方法和技能,可随时随地帮助读者解决问题,是值得相伴一生的健康顾问。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>