

<<新编家庭医生大全集>>

图书基本信息

书名：<<新编家庭医生大全集>>

13位ISBN编号：9787502374044

10位ISBN编号：7502374043

出版时间：2012-8

出版时间：科技文献出版社

作者：张银柱 编

页数：211

字数：300000

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>

<<新编家庭医生大全集>>

前言

人们在捡拾经验阅历之时，是否会忽略了最值得珍惜的东西——健康，所以，享受人生的同时，更需要细心呵护身体。

与健康同行，是每个人生命旅途中不可忽视的重要环节。

最有效的治疗，健康+医疗的急救法 小病不防，大病必至。

提高健康水平，不是以治病为主，而是以防病为主。

本书用通俗易懂的文字来介绍常见病的家庭疗法，详细讲解常见病的防治，让您足不出户就能对一些常见病进行有效的防治。

最便捷的查阅，做家人的保健师 及时捕捉疾病信号，轻松掌握护理常识，您也能成为自家的保健师

。书中为您提供了一整套应对常见急病的方法，条目清晰，资料详实，详略得当，通俗易懂，帮您及家人远离疾病困扰。

最省钱的治疗，家庭必备小药箱 本书收集了临床常用的新老中、西药物，并列举了这些家庭必备药物的功效和使用方法，专业的阐释可以使您充分了解药物的药性和主治功效，帮助您更加直观地理解、掌握必要的医疗知识，使吃药、就医不再为难。

家庭日常保健的实用方法，化验单上的重要信息如何捕捉，常用药物的使用应避免哪些误区，饮食结构的搭配方案，绿色家居的环保要求。

一看就懂，一用就灵，一生受益。

呵护，从这里开始……

<<新编家庭医生大全集>>

内容概要

拥有了健康，便拥有了一切。
当今医学技术虽然有了巨大的发展。
但是医疗知识的普及却是非常缓慢。
为此，我们特编写了这本《新编家庭医生大全》，内容丰富。
囊括了日常生活中常见病的观察、诊疗的内容。
在患者居家遇到较小的病症时。
可以做自我分析判断。
本书临床性强，深入浅出，相信对每个家庭的健康都会有一定的帮助！

<<新编家庭医生大全集>>

作者简介

张银柱，北京中医药大学副教授，副主任医师。

生于1959年，1996年黑龙江中医药大学金匱要略硕士毕业，1999年广州中医药大学伤寒论博士毕业，现就职于北京中医药大学基础医院中医基础系，从事内经教学、科研工作。长期研究养生学，对饮食养生、中药保健有独到的见解。曾获省部级科技进步三等奖。

<<新编家庭医生大全集>>

书籍目录

第一章 读懂身体发出的健康警报

五官科疾病信号

耳鸣

耳道流脓

听力下降

黑眼圈

眼睑跳

容易流泪

眼睑水肿

眼睛干涩

视物阴影

视力骤降

鼻腔分泌物异常

流鼻血

口唇干裂

牙龈出血

口腔溃疡

舌部异常

口臭

呼吸系统疾病信号

咳嗽

打鼾

痰的异常

反复感冒

咽喉不适

消化系统疾病信号

食欲异常

呕吐

腹泻

腹胀

便秘

泌尿生殖系统疾病信号

尿频尿急

尿色异常

精液异常

阳痿

妇科疾病信号

乳房胀痛

乳房异常

月经异常

非经期阴道出血

疼痛信号

头痛

面部疼痛

牙痛

<<新编家庭医生大全集>>

胸痛
腰痛
腹痛
腿痛
关节痛
体表疾病信号
面色异常
指甲发出的疾病信号
皮肤疾病信号
排汗异常
体温异常
身体中毒信号
食物中毒
气体中毒
药物中毒
维生素、矿物质缺乏信号
维生素A缺乏
维生素B2缺乏
维生素C缺乏
维生素D缺乏
维生素E缺乏
钙缺乏
铁缺乏
锌缺乏
第二章 教你读懂体检报告单
定期做体检
健康检查查什么
何时做体检
哪些人群最需要体检
哪八项体检最值得考虑
如何选择适合自己的体检项目
读懂自己的体检报告
测定总胆固醇
血压、呼吸与脉搏的正常指标
测定低密度脂蛋白胆固醇
测定甘油三酯
肝功能异常判断
心电图异常判断
第三章 常见病的家庭防治与护理
常见传染病的防治与护理
急性甲型肝炎有何症状
如何预防急性甲型肝炎
急性甲型肝炎患者应注意什么
急性甲型肝炎如何食疗
急性乙型肝炎有何症状
急性乙型肝炎通过什么传染
急性乙型肝炎如何食疗

<<新编家庭医生大全集>>

疟疾是怎么发生的
如何预防疟疾
疟疾如何食疗
结核病是怎么发生的
结核病有何症状
结核病患者应注意什么
常见五官科疾病的防治与护理
哪些情况属于屈光异常
屈光异常如何食疗
视疲劳有何症状
如何指压缓解视疲劳
视疲劳如何食疗
视疲劳时应注意什么
怎么预防视疲劳
沙眼有何症状
沙眼如何治疗
流行性出血性结膜炎是怎么形成的
流行性出血性结膜炎有何症状
流行性出血性结膜炎如何治疗
流行性出血性结膜炎应注意什么
睑腺炎是怎么形成的
睑腺炎有何症状
睑腺炎如何治疗
白内障是怎么形成的
白内障有何症状
白内障如何食疗
白内障应注意什么
急性青光眼是怎么形成的
急性青光眼有何症状
过敏性鼻炎是怎么形成的
过敏性鼻炎有何症状
过敏性鼻炎如何食疗
急性鼻炎有何症状
急性鼻炎如何食疗
急性中耳炎是怎么形成的
急性中耳炎应注意什么
牙龈炎是怎么形成的
牙龈炎有何症状
牙龈炎如何治疗
牙周炎是怎么形成的
牙周炎如何治疗
咽炎是怎么形成的
咽炎有何症状
咽炎如何治疗
咽炎应注意什么
急性扁桃体炎有何症状
急性扁桃体炎如何治疗

<<新编家庭医生大全集>>

常见皮肤科疾病的防治与护理

痒是怎么形成的

痒如何治疗

疣是怎么形成的

疔是怎么形成的

鸡眼是怎么形成的

鸡眼如何治疗

鸡眼应注意什么

冻疮是怎么形成的

冻疮如何治疗

黄褐斑是怎么形成的

黄褐斑如何治疗

白癜风是怎么形成的

白癜风应慎用、禁用哪些药物

白癜风应注意什么

常见骨科疾病的防治与护理

肌肉拉伤是怎么形成的

肌肉拉伤如何治疗

肌肉拉伤应注意什么

扭伤是怎么形成的

扭伤如何治疗

脱位是怎么形成的

脱位如何治疗

骨折是怎么形成的

骨折有何症状

骨折如何治疗

骨折日常禁忌

骨质疏松症是怎么形成的

骨质疏松症如何食疗

骨质疏松症应注意什么

颈椎病是怎么形成的

颈椎病有何症状

颈椎病如何保健

肩周炎是怎么形成的

肩周炎有何症状

肩周炎如何保健

腰肌劳损是怎么形成的

腰肌劳损如何治疗

腰椎间盘突出症是怎么形成的

腰椎间盘突出症有何症状

类风湿关节炎是怎么形成的

类风湿关节炎有何症状

类风湿关节炎如何食疗

常见呼吸系统疾病的防治与护理

感冒是怎么形成的

感冒有什么症状

感冒时应注意什么

<<新编家庭医生大全集>>

怎么预防感冒

慢性支气管炎是怎么形成的

慢性支气管炎如何食疗

慢性支气管炎患者应注意什么

常见消化系统疾病的防治与护理

急性胃炎有何症状

急性胃炎如何护理

急性胃炎应注意什么

消化不良是怎么形成的

消化不良有何症状

消化不良如何食疗

便秘是怎么形成的

便秘有何症状

便秘如何食疗

腹泻是怎么形成的

腹泻有何症状

腹泻如何食疗

腹泻应注意什么

常见神经、精神科疾病的防治与护理

失眠是怎么形成的

失眠有何症状

失眠如何食疗

头晕是怎么形成的

头晕如何食疗

抑郁症有何症状

抑郁症如何治疗

偏头痛是怎么形成的

偏头痛有何症状

偏头痛如何食疗

偏头痛应注意什么

神经衰弱是怎么形成的

神经衰弱有何症状

神经衰弱如何食疗

神经衰弱应注意什么

坐骨神经痛是怎么形成的

坐骨神经痛有何症状

坐骨神经痛如何食疗

神经官能症是怎么形成的

神经官能症如何食疗

老年痴呆症是怎么形成的

老年痴呆症有何症状

老年痴呆症如何食疗

哪些食物能预防老年痴呆症

常见心脑血管系统疾病的防治与护理

心绞痛是怎么形成的

心绞痛有何症状

心绞痛如何食疗

<<新编家庭医生大全集>>

心肌梗死有何症状
心肌梗死应注意什么
高血压有何症状
高血压如何食疗
高血压应注意什么
低血压是怎么形成的
低血压如何食疗
高脂血症是怎么形成的
高脂血症有何症状
高脂血症应注意什么
高脂血症如何食疗
脑出血是怎么形成的
脑出血有何症状
脑出血发作时如何治疗
如何预防脑出血
脑血栓是怎么形成的
脑血栓有何症状
脑血栓如何食疗
脑震荡是怎么形成的
脑震荡有何症状
脑震荡有何常见治疗方案
脑震荡应注意什么
常见血液循环系统疾病的防治与护理
缺铁性贫血是怎么形成的
缺铁性贫血有何症状
缺铁性贫血如何食疗
动脉硬化是怎么形成的
动脉硬化有何症状
动脉硬化如何食疗
静脉曲张是怎么形成的
静脉曲张有何症状
静脉曲张如何食疗
静脉曲张应注意什么
常见内分泌系统疾病的防治与护理
糖尿病是怎么形成的
糖尿病有何症状
糖尿病如何食疗
糖尿病应注意什么
肥胖症是怎么形成的
肥胖症如何食疗
肥胖症应注意什么
痛风是怎么形成的
痛风有何症状
痛风如何食疗
痛风应注意什么
如何预防痛风
常见泌尿系统疾病的防治与护理

<<新编家庭医生大全集>>

肾结石是怎么形成的
肾结石有何症状
肾结石如何食疗
慢性肾衰竭是怎么形成的
慢性肾衰竭如何食疗
尿道炎是怎么形成的
尿道炎如何食疗
膀胱炎是怎么形成的
膀胱炎有何症状
膀胱炎如何食疗
膀胱炎应注意什么
如何预防膀胱炎
常见妇科疾病的防治与护理
乳房肿块是怎么形成的
乳房肿块如何用药
乳房肿块如何食疗
乳房肿块应注意什么
月经过多是怎么形成的
月经过多如何食疗
月经过少是怎么形成的
月经过少如何食疗
痛经是怎么形成的
痛经有何症状
痛经应注意什么
带下病有何症状
带下病如何食疗
带下病应注意什么
宫颈炎是怎么形成的
宫颈炎应注意什么
子宫内膜炎是怎么形成的
子宫内膜炎如何食疗
子宫附件炎是怎么形成的
子宫附件炎有何症状
盆腔炎是怎么形成的
盆腔炎有何症状
盆腔炎如何食疗
慢性尿道炎是怎么形成的
慢性尿道炎如何食疗
慢性尿道炎应注意什么
滴虫性阴道炎是怎么形成的
滴虫性阴道炎有何症状
滴虫性阴道炎如何治疗
真菌性阴道炎是怎么形成的
真菌性阴道炎有何症状
真菌性阴道炎如何治疗
外阴瘙痒症是怎么形成的
外阴瘙痒症有何症状

<<新编家庭医生大全集>>

外阴瘙痒症如何治疗
外阴瘙痒症应注意什么
女性膀胱炎是怎么形成的
女性膀胱炎如何食疗
不孕症是怎么形成的
不孕症如何食疗
更年期综合征是怎么形成的
更年期综合征有何症状
更年期综合征如何食疗
更年期综合征应注意什么
常见男科疾病的防治与护理
前列腺炎是怎么形成的
前列腺炎有何症状
前列腺炎如何食疗
前列腺肥大是怎么形成的
前列腺肥大有何症状
前列腺肥大如何食疗
睾丸炎有何症状
睾丸炎如何食疗
睾丸附睾炎是怎么形成的
男性膀胱炎是怎么形成的
男性膀胱炎如何食疗
男性膀胱炎应注意什么
生殖器疱疹是怎么形成的
生殖器疱疹有何症状
生殖器疱疹如何治疗
性功能障碍与性病的防治与护理
阳痿是怎么形成的
阳痿如何食疗
早泄是怎么形成的
早泄如何食疗
早泄应注意什么
遗精是怎么形成的
遗精如何食疗
遗精应注意什么
逆行射精是怎么形成的
逆行射精如何食疗
射精疼痛是怎么引起的
阴茎异常勃起是怎么形成的
阴茎异常勃起如何治疗
性冷淡是怎么形成的
性冷淡如何治疗
性冷淡应注意什么
淋病有何症状
淋病如何治疗
梅毒是怎么形成的
梅毒有何症状

<<新编家庭医生大全集>>

梅毒如何治疗

儿科常见疾病的防治与护理

小儿厌食是怎么形成的

小儿厌食有何症状

小儿厌食如何治疗

小儿肥胖症是怎么形成的

小儿肥胖症如何食疗

怎么预防小儿肥胖症

哪些疾病会引起小儿呕吐

如何根据体征判断呕吐

小儿多动症是怎么形成的

小儿多动症有何症状

小儿多动症如何食疗

怎么预防小儿多动症

小儿缺铁性贫血是怎么形成的

小儿缺铁性贫血有何症状

小儿缺铁性贫血如何食疗

小儿缺铁性贫血应注意什么

小儿佝偻病是怎么形成的

小儿佝偻病有何症状

小儿佝偻病如何食疗

怎么预防小儿佝偻病

小儿佝偻病应注意什么

如何确认小儿发热

如何根据症状判断小儿发热病因

小儿发热如何根据体征处理

小儿发热如何降温

小儿哮喘是怎么形成的

小儿哮喘有何症状

小儿哮喘如何食疗

小儿哮喘时应注意什么

小儿支气管炎是怎么形成的

小儿支气管炎有何症状

小儿支气管炎如何治疗

小儿支气管炎应注意什么

小儿急性扁桃体炎是怎么形成的

小儿急性扁桃体炎有何症状

小儿急性扁桃体炎应注意什么

小儿急性扁桃体炎如何食疗

小儿肺炎有何症状

小儿肺炎如何食疗

小儿肺炎应注意什么

小儿遗尿症是怎么形成的

小儿遗尿症如何食疗

小儿腹泻有何症状

小儿腹泻如何食疗

怎么预防小儿腹泻

<<新编家庭医生大全集>>

小儿腹痛是怎么形成的
小儿腹痛有何症状
小儿腹痛如何食疗
小儿细菌性痢疾是怎么形成的
小儿细菌性痢疾有何症状
小儿细菌性痢疾如何食疗
如何预防小儿细菌性痢疾
从婴幼儿大便颜色看健康
第四章 一定要学会的家庭实用急救法
不可不知的急救原则
急救人员首先要做什么
哪些日常用品可以用来急救
家里应常备哪些急救物品
家庭急救的九大禁忌是什么
常用急救技术与技巧
怎样做人工呼吸
怎样进行心脏按压
怎样做心肺复苏
儿童心肺复苏应注意什么
如何止血
骨折如何处理
如何搬运伤员
常见的四种创伤怎样处理
突发急症的救护措施
腹泻如何急救
心绞痛和心肌梗死如何急救
突发心脏病如何急救
脑卒中（中风）如何急救
休克如何急救
猝死如何急救
流产如何急救
小儿抽风如何急救
小儿高热如何急救
意外事故急救方案
烫伤如何急救
烧伤如何急救
溺水如何急救
触电如何急救
煤气中毒如何急救
酒精中毒如何急救
被狗咬伤如何急救
蜜蜂蜇伤如何急救
眼、耳、鼻进入异物如何急救
骨刺卡喉如何急救
哽塞如何急救
切伤、抓伤、擦伤如何急救
第五章 家庭安全用药与有效用药

<<新编家庭医生大全集>>

家庭药箱有讲究
家庭常备药品选哪些
家庭常备药物储存应注意什么
什么是处方药和非处方药
怎样看药品说明书
健康必知的用药原则
怎样识别变质药品
什么叫药物的过敏反应
如何避免药物的不良反应
哪些药忌用热水送服
可致猝死的药物有哪些
如何分辨真、假、劣药
哪些药物影响胎儿发育
婴幼儿禁用的药物有哪些
老年人慎用的药物有哪些
第六章 食物是最好的医药
食物的性味养生经
食物的“五味”
酸味食物的养生功效
苦味食物的养生功效
甜味食物的养生功效
咸味食物的养生功效
辣味食物的养生功效
食物的属性
温热食物的养生功效
平性食物的养生功效
寒凉食物的养生功效
食物的补益法则
“药补不如食补”
养生必补髓
补髓增强抵抗力
补虚食谱
补气食谱
滋阴补益食谱
吃什么最补血
调养脾胃的食疗方法
家常食物的药用功效
黄瓜的药用功效
木耳的药用功效
西瓜的药用功效
鲤鱼的药用功效
红薯的药用功效
芝麻的药用功效
白萝卜的药用价值
山药的药用价值
猪血的药用价值
海带的药用价值

<<新编家庭医生大全集>>

狗肉的药用价值
膳食均衡最养生
食物搭配的养生原则
酸碱平衡的重要性
主食宜多样化
荤素搭配的好处
服药期间合理饮食搭配
多吃杂粮好处多
酒后不宜马上饮茶
猪肉的搭配禁忌
豆腐与葱不相宜
百合鸡蛋安心神
羊肉的营养搭配
养生必知的饮食习惯
保证新鲜才健康
良好情绪有助消化
饭前散步更健康
不吃早餐坏处多
晚饭不宜吃太饱
饭前喝汤益吸收
细嚼慢咽可延年
适当节食是合理的养生之道
冷食冷饮应适度
第七章 常用中草药的辨识与应用173
人参
西洋参
胖大海
玉米须
决明子
荷叶
枸杞子
酸枣仁
薄荷
阿胶
冬虫夏草
红花
白芍
地黄
熟地黄
当归
鸡内金
白术
天冬
甘草
天麻
黄芪
杜仲

<<新编家庭医生大全集>>

黄精
蜂胶
金樱子
蛤蚧
茯苓
何首乌
三七
金钱草
川芎
沙参
五加皮
肉苁蓉
石斛
白茅根
麦冬
玉竹
大黄
山茱萸
桑叶
竹叶
大青叶
板蓝根
佛手
丝瓜络
麦芽
谷芽
紫花地丁
苦地丁
款冬花
艾叶
枇杷叶
韭菜子
红景天
石榴皮
五味子
全蝎
鹿茸
鸡冠花
鳖甲
附录一：疾病信号自查表
附录二：常见疾病食养速查表

<<新编家庭医生大全集>>

章节摘录

版权页： 病因查找 上呼吸道任何部位的狭窄或者堵塞，都可导致阻塞性睡眠呼吸暂停。

慢性支气管炎、肺气肿等呼吸系统疾病。

心血管系统疾病。

内分泌紊乱，如肢端肥大症引起舌体增大、甲状腺功能减退、肾上腺皮质增生等。

幼儿扁桃体炎、过敏性鼻炎和长期鼻窦炎等都可引起打鼾。

家庭治疗与护理 打鼾可以采取非手术治疗或手术治疗来消除。

非手术治疗要积极减肥，调整睡眠姿势，尽量采用侧卧，辅助以药物治疗。

如效果不理想可用手术治疗，如鼻息肉摘除、扁桃体切除等。

痰的异常 当气管和支气管受到刺激或出现炎症时，分泌液会大量增加，形成痰液，通过咳嗽排出来。

。

因此，痰的生成即代表疾病已侵入人体。

症状表现 当呼吸道发生病变时，或病变的不同时期，痰液的量、色泽、稠度、气味等就会发生变化。

。

病因查找 痰的颜色异常。

白色痰可见于支气管炎或肺炎；绿色痰常见于黄疸、干酪性肺炎；粉红色痰多见于急性肺水肿，多为泡沫状；铁锈色痰常见于大叶性肺炎。

痰的性状异常。

黏液性痰，多见于上呼吸道感染、急性支气管炎、肺炎早期及慢性支气管炎的患者；黏液脓性痰多见于感冒、支气管炎及肺炎恢复期；脓性痰见于肺脓肿、支气管扩张或肺结核空洞。

家庭治疗与护理 在造成痰异常的疾病中，肺炎是最常见的一种多发的感染性疾病，可危及生命。

确诊肺炎要经过医生诊断，治疗原则主要是抗病原菌治疗，关键是要正确合理使用抗生素。

治疗肺炎的同时，还要注意治疗原有疾病并提高免疫力。

如糖尿病、肿瘤患者合并肺炎，应积极控制原有疾病。

此外，摄入充足的热量、营养、蛋白质等对维持体内水、电解质的平衡很有必要，同时进行祛痰、解热镇痛等治疗也很重要。

反复感冒 反复感冒是机体免疫力低下的表现，幼儿反复感冒也可能是缺乏维生素、锌、钙等营养素的表现。

症状表现 感冒反复发作，咽部有干痒或灼热感，打喷嚏，鼻塞，流鼻涕，可伴有咽痛，一般无发热及全身症状，或仅有低热、头痛。

病因查找 反复感冒，首先可能是缺乏维生素造成的。

维生素C和维生素E不足，易引起感冒。

可能是缺锌造成的。

缺锌常引起厌食症，长期厌食又会造成营养摄入不足，导致营养不良，出现贫血及免疫功能下降，故容易感冒。

可能与缺钙有关。

缺钙易造成免疫力下降，故容易感冒。

家庭治疗与护理 中医在治疗感冒时，除了解除感冒症状外，还注意提高机体免疫力来加速身体恢复并增强体质，因此，对于反复感冒的人，应选用纯中药制剂。

容易反复感冒的人应该坚持体育锻炼，如散步、跑步、爬山、打球等，以提高机体的御寒能力；保证充足的睡眠。

室内的温度应保持在18~20。

另外，可以利用加湿器或湿毛巾来增加室内的湿度，以免空气过于干燥。

<<新编家庭医生大全集>>

编辑推荐

《新编家庭医生大全集(专家指导版)》所选的治疗方案既有中药，又有西药。中医方剂主要来自中医典籍，安全可靠；西医处方见效快，治疗急性病效果显著。中西医结合，治标又治本。

<<新编家庭医生大全集>>

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>