

<<家庭医生速查手册>>

图书基本信息

书名：<<家庭医生速查手册>>

13位ISBN编号：9787542749109

10位ISBN编号：7542749102

出版时间：2011-7

出版时间：上海科普

作者：张银柱 编

页数：185

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>

<<家庭医生速查手册>>

内容概要

张银柱主编的《家庭医生速查手册(图说生活畅销升级版)》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，让你足不出户就能对一些常见病进行有效的防治。

及时捕捉疾病信号，轻松掌握护理常识，你也能成为自家的保健师。

《家庭医生速查手册(图说生活畅销升级版)》中为你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，帮你及家人远离疾病困扰。

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，专业的阐释可以使你充分了解药物的药性和主治功效，帮助你更加直观地理解、掌握必要的医疗知识，使吃药、就医不再为难。

<<家庭医生速查手册>>

作者简介

张银柱，北京中医药大学副教授，副主任医师，1959年生人，现任职于北京中医药大学基础医学院中医基础系，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，现从事内经教学、科研，曾获省部级科技进步三等奖，长期从事养生学研究，对饮食养生、中药保健有独到的见解。

<<家庭医生速查手册>>

书籍目录

Part 01 做自己最好的家庭医生——自我体检

Chapter 01 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

Chapter 02 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

测定三酰甘油

肝功能异常判断

心电图异常判断

Part 02 读懂身体健康警报

Chapter 01 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

Chapter 02 呼吸系统疾病信号

咳嗽

打鼾

痰的异常

反复感冒

咽喉不适

Chapter 03 消化系统疾病信号

食欲异常

呕吐

腹泻

腹胀

<<家庭医生速查手册>>

便秘

Chapter 04 泌尿生殖系统疾病信号

尿频尿急

尿色异常

精液异常

阳痿

Chapter 05 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

Chapter 06 疼痛信号

头痛

面部疼痛

牙痛

胸痛

腰痛

腹痛

腿痛

关节痛

Chapter 07 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

Chapter 08 身体中毒信号

食物中毒

气体中毒

药物中毒

Chapter 09 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

Part 03 健康必知的常见病防治及家庭护理

Chapter 01 常见传染病的防治

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

<<家庭医生速查手册>>

急性乙型肝炎如何食疗

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

Chapter 02 常见五官科疾病的防治

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

牙龈炎如何自疗

牙周炎是怎么形成的

牙周炎如何自疗

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

<<家庭医生速查手册>>

急性扁桃体炎有何症状

急性扁桃体炎如何自疗

Chapter 03 常见皮肤科疾病的防治

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

冻疮如何自疗

黄褐斑是怎么形成的

黄褐斑如何自疗

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

Chapter 04 常见肌肉、骨骼及关节疾病的防治

肌肉拉伤是怎么形成的

肌肉拉伤如何理疗

肌肉拉伤应注意什么

扭伤是怎么形成的

扭伤如何理疗

脱位是怎么形成的

脱位如何自疗

骨折是怎么形成的

骨折有何症状

骨折如何自疗

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

Chapter 05 常见呼吸系统疾病的防治

感冒是怎么形成的

<<家庭医生速查手册>>

感冒有什么症状

感冒时应注意什么

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

Chapter 06 常见消化系统疾病的防治

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

Chapter 07 常见神经、精神科疾病的防治

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

Chapter 08 常见心脑血管系统疾病的防治

心绞痛是怎么形成的

<<家庭医生速查手册>>

心绞痛有何症状
心绞痛如何食疗
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

Chapter 09 常见血液循环系统疾病的防治

缺铁性贫血是怎么形成的
缺铁性贫血有什么症状
缺铁性贫血如何食疗
动脉硬化是怎么形成的
动脉硬化有什么症状
动脉硬化如何食疗
静脉曲张是怎么形成的
静脉曲张有什么症状
静脉曲张如何食疗
静脉曲张应注意什么

Chapter 10 常见内分泌系统疾病的防治

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

<<家庭医生速查手册>>

如何预防痛风

Chapter 11 常见泌尿系统疾病的防治

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

Chapter 12 常见妇科疾病防治

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

子宫颈炎是怎么形成的

子宫颈炎应注意什么

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

<<家庭医生速查手册>>

外阴瘙痒症是怎么形成的

外阴瘙痒症有何症状

外阴瘙痒症如何自疗

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

Chapter 13 常见男科疾病的防治

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

生殖器疱疹如何自疗

Chapter 14 性功能障碍与性病的防治

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

<<家庭医生速查手册>>

梅毒是怎么形成的

梅毒有何症状

梅毒如何治疗

Chapter 15 儿科常见疾病的防治

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

儿童缺铁性贫血是怎么形成的

儿童缺铁性贫血有何症状

儿童缺铁性贫血如何食疗

儿童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

儿童急性扁桃体炎是怎么形成的

儿童急性扁桃体炎有何症状

儿童急性扁桃体炎应注意什么

小儿急性扁桃体炎如何食疗

儿童肺炎有何症状

儿童肺炎如何食疗

儿童肺炎应注意什么

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

<<家庭医生速查手册>>

小儿腹泻如何食疗
怎么预防小儿腹泻
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

Part 04 一学就会的家庭急救法

Chapter 01 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

Chapter 02 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

Chapter 03 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

Chapter 04 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

<<家庭医生速查手册>>

哽塞如何急救

切伤、抓伤、擦伤如何急救

Part 05 家庭的安全用药与有效用药

Chapter 01 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

Chapter 02 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

附录1 疾病信息自查表

附录2 常见癌症的早期信号

章节摘录

版权页：插图：2猪脊髓五味子：猪脊髓、五味子各15克。

水煎服，每日2次。

早泄应注意什么1.新婚初次性交，或夫妻久别重逢所出现的早泄现象，不能作为病态对待。待性生活正常后，早泄现象就会消失。

2.因阴茎包皮系带过短等原因造成的早泄，应去医院做手术治疗。

3.调整情绪，性生活时要做到放松。

4.勿纵欲，勿疲劳后行房。

5.男方患有早泄，女方切勿埋怨责怪，以免加重男方的心理压力，更不可有性惩罚。

6.加强体育锻炼，爱好广泛，戒手淫。

遗精是怎么形成的遗精是指在无性交活动状况下发生射精的一种男性症状。

这是进入青春期发育后男子常见的正常生理现象。

性功能正常的成年男子，每月1~2次或2~3次遗精属正常范围。

如果经常出现遗精，而且伴有头昏眼花、精神萎靡不振、失眠健忘、腰疼腿软等症状，则为病理状态，属于性功能障碍的一种表现。

频繁遗精常常使大脑皮质处于兴奋性增强的状态，常会引起早泄，进而由于过分的兴奋而变为抑制，又会产生阳痿。

造成遗精的原因，除了有生殖器疾病如包皮过长、包皮炎、前列腺精囊炎等使阴茎受外来刺激产生遗精之外，主要是精神因素所致：如阅读色情淫秽书刊和音像制品的刺激等，都会诱发频繁的遗精；或脊髓性控制中枢负担过重，如手淫过多、纵欲过度等，都可造成遗精。

遗精如何食疗1.冬瓜子散：冬瓜子150克。

烧灰研末，空腹用开水冲服，每次服6克，可连服3剂。

<<家庭医生速查手册>>

编辑推荐

《图说生活(畅销升级版)：家庭医生速查手册》：最值得中国家庭信赖的健康宝典，超有效，易使用，好查询。

<<家庭医生速查手册>>

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>