JIATINGSHENGHUOWANSHITONG

家庭生活万事通

家庭医生大全

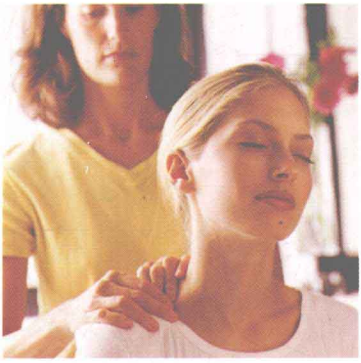
JIATINGYISHENG DAQUAN

李莉 编著

最新权威名著

内蒙古人民出版社

责任编辑：张明淑
封面设计：小　阳



JIATINGYISHENG DAQUAN

ISBN 7-204-07861-6
9 787204 078615 >

ISBN 7-204-07861-6/Z・433
定价：72.00 元

¥20.00

IATINGSHENGHUOWANSHITONG

家庭生活万事通

家庭医生大全

JIATINGYISHENG DAQUAN

李莉 编著

最新权威名著

内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭生活万事通／李莉 编著．——呼和浩特：内蒙古人民出版社，2005.1
ISBN 7-204-07861-6

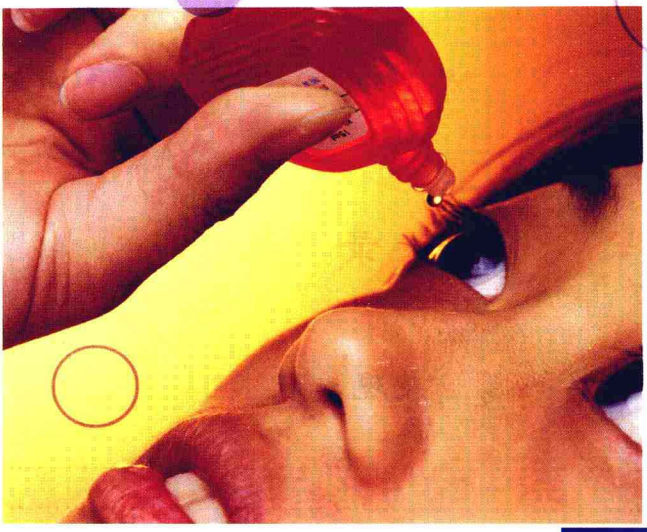
Ⅰ.家… Ⅱ.李… Ⅲ.家庭－生活－知识
Ⅳ.TS976.3

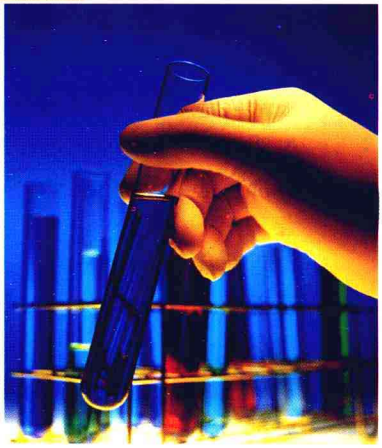
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 007964 号

家庭生活万事通

李 莉 编著

内蒙古人民出版社出版发行
(呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦)
三河市华东印务有限公司印制
开本：960X1280 印张：36 字数：720 千
2005 年 1 月第 1 版 2005 年 1 月第 1 次印刷
印数：1－5000 册
ISBN 7-204-07861-6/Z·433 定价：72.00 元





目 录

第一篇 表现症状

头 …… 1
头痛 …… 1
面部疾患 …… 2
颌部疾患 …… 3
眼部疾患 …… 3
失明 …… 4
耳部疾患 …… 5
聋 …… 6
口舌病患 …… 6
唇部疾患 …… 7
口臭 …… 7
牙痛 …… 7
鼻部疾患 …… 7
流鼻涕 …… 8
打喷嚏 …… 8
喉痛 …… 9
聋嘶 …… 9
躯干 …… 9
颈痛 …… 9
肩痛 …… 10
胸痛 …… 10
腹痛 …… 11
背痛 …… 12

腹股沟肿胀 …… 12
脊柱异常弯曲 …… 13
四肢 …… 13
关节疾患 …… 13
手臂疾患 …… 14
肘部疾患 …… 14
手、手指及手腕疾患 …… 14
指(趾)甲疾患 …… 16
跛行 …… 16
腿部疾患 …… 17
膝部疾患 …… 18
足踝疾患 …… 18
足跟疼痛 …… 19
足部疾患 …… 19
皮肤 …… 20
皮肤疾患 …… 20
肿块 …… 21
水疱 …… 22
皮疹 …… 22
痒 …… 24
毛发问题 …… 24
头皮疾患 …… 24
发绀 …… 24
黄疸 …… 25

第二篇 精神系统

精神 …… 26
精神衰竭 …… 26
神气呆滞 …… 27
抑郁 …… 27

行为异常 …… 27
恐惧 …… 29
困倦 …… 29
失眠 …… 29
神经系统 …… 29
平衡障碍 …… 29
意识障碍 …… 30
虚脱 …… 31
麻木 …… 31
麻痹 …… 31
发抖 …… 31
循环系统 …… 32
心悸 …… 32
促脉 …… 32
呼吸系统 …… 32
呼吸困难 …… 32
咳嗽 …… 35
打嗝 …… 35
消化系统 …… 36
食欲不振 …… 36
吞咽困难 …… 36
恶心 …… 37
呕吐 …… 37
气胀 …… 38
胃灼热 …… 38
消化不良 …… 38
肛门疾患 …… 38
腹泻 …… 39
粪便异常 …… 40
大便障碍 …… 41
便秘 …… 41

目　录

泌尿系统 …… 41
尿及排尿问题 …… 41
大小便失禁 …… 43
生殖系统 …… 43
乳房疾患 …… 43
月经异常 …… 44
阴道及外阴疾患 …… 44
阴茎、包皮及尿道疾患 …… 45
排出物 …… 46
睾丸及阴囊疾患 …… 47
其他 …… 47
打呵欠 …… 47
体重减轻 …… 48
发热 …… 48
口渴 …… 49
出汗 …… 49
四肢或全身冰冷 …… 49
出血 …… 49
较易出血的人 …… 50
阴道不正常出血 …… 50
呕血或排出物带血 …… 50
呕血 …… 52
瘀伤 …… 52
瘤肿 …… 53
言语障碍 …… 53
传染病 …… 53
精神系统 …… 55
神经系统 …… 58
眼睛 …… 60
耳朵 …… 63
循环系统 …… 66

呼吸系统 …… 69
消化系统 …… 72
泌尿系统 …… 75
女性生殖系统 …… 77
男性生殖系统 …… 80
皮肤 …… 82
骨骼系统 …… 86
免疫系统 …… 88

第三篇 就医问题

医患要互相信任 …… 91
初到医生诊所登记须知 …… 91
如何选择医生 …… 92
看医生 …… 94
挂号看病须知 …… 95
可能遇到的难题 …… 96
看医生须知 …… 98
滥用成瘾药物 …… 98
怎样帮助子女戒毒 …… 104

第四篇 药物常识

成药和医生处方药物的性质及效用简述 …… 110
消化系统 …… 110
循环系统 …… 114
呼吸系统 …… 117
神经系统 …… 120
微生物感染 …… 126
内分泌系统 …… 129
人体细胞 …… 133

食物和营养 …… 134
肌肉与关节 …… 135
眼睛 …… 136
耳、鼻、口、喉 …… 137
皮肤 …… 139
家庭药箱 …… 142

第五篇 家庭处治

乳腺脓肿 …… 145
乳房胀满 …… 146
支气管扩张症 …… 146
细支气管炎 …… 147
支气管炎 …… 148
布鲁氏菌病 …… 150
瘀伤 …… 152
血栓闭塞性血管炎 …… 153
拇囊炎 …… 154
黏液囊炎 …… 155
胼胝 …… 156
癌症早期症状一览表 …… 158
神经衰弱性心脏病 …… 163
心肌病 …… 164
腕管症候簇 …… 165
软骨撕裂 …… 166
猝倒症 …… 167
白内障 …… 168
猫抓热 …… 169
蜂窝组织炎 …… 170
子宫颈癌 …… 171
颈肋症候簇 …… 172

子宫颈涂片检查 …… 173
颈椎关节强硬 …… 173
颈神经症候簇 …… 174
唇破裂 …… 175
唇干裂 …… 176
红斑 …… 176
水痘 …… 177
冻疮 …… 178
衣原体感染 …… 180
褐黄斑 …… 180
霍乱 …… 181
眼部血管疾患 …… 182
肝硬化 …… 183
间歇性跛行 …… 185
裂腭与兔唇 …… 186
连续阵发偏头痛 …… 187
尾骨疼痛 …… 187
乳糜泻 …… 188
单纯疱疹 …… 189
溃疡性结肠炎 …… 191
结肠蠕动迟缓 …… 193
感冒 …… 194
感冒患者须知 …… 195
强迫行为 …… 197
精神混乱 …… 198
先天性胆管闭锁 …… 199
先天性髋关节脱位 …… 200
先天性心脏病 …… 201
先天性巨结肠 …… 202
结膜炎 …… 203
便秘 …… 204

四头肌挛缩 …… 206
鸡眼 …… 207
角膜溃疡 …… 208
冠状动脉栓塞 …… 209
肺性心脏病 …… 211
整容外科 …… 212
婴儿猝死症 …… 218
阴虱 …… 218
乳痂 …… 219
库兴氏症候簇 …… 221
囊性纤维变性 …… 222
膀胱炎 …… 224
急性膀胱炎 …… 224
慢性膀胱炎 …… 225
巨细胞病毒感染 …… 226
头皮屑 …… 227
聋 …… 228
失聪者须知 …… 230
龋齿 …… 231
震颤性谵妄 …… 232
痴呆 …… 233
登革热 …… 235
抑郁症 …… 236
视网膜脱离 …… 237
鼻中隔弯曲 …… 238
药疹 …… 238
杜普伊特伦氏挛缩 …… 239
侏儒病 …… 240
痢疾 …… 241
耳部损伤 …… 243
耳垢栓塞 …… 244

子宫外孕 …… 245
睑外翻与睑内翻 …… 246
湿疹 …… 247
处理湿疹须知 …… 251
脑炎 …… 253
心内膜炎 …… 255
内分泌系统 …… 256
子宫内膜异位 …… 256
会厌炎 …… 258
癫痫 …… 259
外孔膜炎 …… 260
丹毒 …… 261
红斑性肢痛病 …… 262
耳咽管阻塞 …… 263
脑硬膜外血肿 …… 265
心脏期外收缩 …… 266
异物入眼 …… 267
粪便嵌塞 …… 268
坏疽 …… 268
胃溃疡 …… 270
胃炎 …… 271
胃肌松弛 …… 273
胃肠炎 …… 274
生殖器疱疹 …… 276
地图舌 …… 278
德国麻疹 …… 279
梨形鞭毛虫病 …… 281
淋病 …… 281
痛风 …… 284
急性感染性多神经炎 …… 285
着色毛痣 …… 286

心脏传导阻断 …… 287
心力衰竭 …… 288
疝 …… 290
疱疹性咽喉炎 …… 292
食道裂孔疝 …… 293
呃逆 …… 294
多毛症 …… 295
淋巴肉芽肿 …… 296
脑膜炎 …… 297
更年期妇女须知 …… 298
更年期 …… 299
肠系膜淋巴腺炎 …… 300
跖痛 …… 301
偏头痛 …… 302
偏头痛患者须知 …… 303
粟粒疹 …… 304
僧帽瓣闭锁不全 …… 305
僧帽瓣狭窄 …… 306
触染性软疣 …… 307
蒙古斑 …… 308
晕动病 …… 309
晕动病患者须知 …… 311
口溃疡 …… 311
手足口病 …… 312
咽部积存黏液 …… 314
脑脊髓多发性硬化 …… 315
腮腺炎 …… 317
肌营养不良 …… 318
重症肌无力 …… 320
心肌炎 …… 321
黏液水肿 …… 322

鼻息肉 …… 325
神经痛 …… 326
多发性神经纤维瘤 …… 328
神经原性胃炎 …… 329
夜盲 …… 330
乳头皲裂 …… 331
声震损伤 …… 332
鼻出血 …… 333
食道癌 …… 334
食道炎 …… 335
食道狭窄 …… 336
老年人的健康问题 …… 337
视神经炎 …… 340
睾丸炎 …… 341
羊痘疮 …… 342
直立性蛋白尿 …… 343
骨髓炎 …… 343
骨质疏松 …… 346
外耳炎 …… 347
中耳炎 …… 348
耳骨硬化 …… 352
卵巢囊肿 …… 353
换气过度 …… 354
排卵症候簇 …… 355
变形性骨炎 …… 356
疼痛 …… 357
胰炎 …… 359
副伤寒 …… 362
柏金森氏病 …… 363
甲沟炎 …… 364
阵发性心搏过速 …… 367

类天疱疮 …… 368
天疱疮 …… 368
鼓膜穿孔 …… 369
心包炎 …… 370
月经异常 …… 371
佩特兹氏病 …… 377
预防宠物患病 …… 380
咽炎 …… 382
咽与眼结膜炎 …… 385
包茎 …… 386
对光敏感 …… 387
着色痣 …… 390
痔 …… 390
玫瑰糠疹 …… 393
庶肌膜炎与跟骨刺 …… 395
胸膜炎 …… 396
肺炎 …… 397
气胸 …… 399
脊髓灰质炎 …… 400
红血球增多症 …… 401
风湿性多肌痛 …… 402
结肠息肉病 …… 404
酒色斑 …… 405
月经前紧张 …… 406
疣子 …… 407
普鲁卡因疗法 …… 409
直肠炎 …… 409
前列腺肥大症 …… 410
前列腺炎 …… 412
牛皮癣 …… 413
心身疾患 …… 415

肺血管栓塞 …… 417
紫癜 …… 419
脓 …… 420
肾盂肾炎 …… 420
幽门狭窄 …… 422
齿槽脓漏 …… 425
扁桃体周脓疡 …… 427
狂犬症 …… 428
雷诺氏病 …… 430
直肠脱出 …… 431
复发性腹痛 …… 432
屈光异常 …… 433

第一篇 表现症状

头

头 痛

成人头痛

最常见的头痛起源于头皮和前额的肌肉，大多是精神集中过久、长途驾车或焦虑所致；头痛的部位多在前额、头顶或头后部。这类头痛在傍晚或精神疲倦时比较严重，但持续时间很少超过一小时，也不会引起失眠，并不须要看医生。有些人比别人更易患头痛。

然而，有时头痛也可因头颅内血液循环有所改变而引起。

即时护理

在幽暗的房间内休息。

服食适量止痛药。

何时去看医生

在下列情况下，应即诊治：

头部受伤后，感觉头痛及瞌睡。

突如其来的剧烈头痛。

在下列情况下，应尽快诊治：

有呕吐或视力障碍等其他症状。

头痛连带有颈项或背部僵硬。

如果头痛在咳嗽、摇头或低头时加剧，并持续三天以上。

如果头痛无明显原因而恶化或持续超过三天。

可能成因

常见成因：发热、偏头痛、焦虑。

较少见成因：鼻窦炎、高血压、脑震荡后症候簇、连续阵发偏头痛、脑肿瘤、脑脓肿、脑膜炎、脑硬膜下血肿、蜘蛛膜下出血。

面部疾患

面部出现的改变常反映身体其他部分有病，即使改变不是由严重疾病引起，也可令患者十分苦恼，因此应去看医生。

即时护理

处理办法视疾患的成因而定。

何时去看医生

在下列情况下，应尽快诊治：

剧痛

突如其来的疼痛、无力或肿胀。

面部肿胀、发红或感染，并连带有发热。

可能成因

疼痛

常见成因：牙痛、疖（脓肿）、睑腺炎。

较少见成因：鼻窦炎、三叉神经痛、带状疱疹。

面部肌肉无力、麻痹、松垂

常见成因：面神经麻痹。

较少见成因：中风、脑病、重症肌无力、肌营养不良。

面无表情

常见成因：抑郁症。

较少见成因：帕金森氏病、黏液水肿。

肿胀

常见成因：肥胖病、牙齿发炎、疖（脓肿）、睑腺炎、腮腺炎、过敏症。

较少见成因：鼻窦炎、腺热、服用皮质类固醇治病。

肿块

常见成因：皮脂腺囊肿、疖（脓肿）。

较少见成因：皮肤癌。

面色青紫

潮红、呈红色或发炎

常见成因：脸红、过热、日炙、发热、疖（脓肿）、睑腺炎。

较少见成因：蜂窝组织炎、丹毒、酒渣鼻、猩红热、其他皮疹。

苍白

常见成因：昏厥、休克、失血、缺铁性贫血。

较少见成因：恶性贫血（极少见）、慢性疾病。

面黄

颌部疾患

若颌部觉得僵硬、疼痛或肿胀，应该及早去看医生或牙医，因为这往往是牙齿发病的症状。

眼部疾患

眼睛如有不适，应当重视并及早诊治。眼睛小而构造复杂，是极重要的器官，若有疾患，往往连医生也难以断定是否严重。

即时护理

化学品或异物入眼，可引致严重损伤，必须立刻以清水冲洗。方法是把患眼睁开或用手指撑开，在水龙头下或用一碗清水冲洗。

如果是别的症状，就应闭目，充分休息。

何时去看医生

若眼部受伤，经急救后应即去看医生。

如果忽然部分或全部、一眼或双眼失明，应即去看医生。

在下列情况下，应尽快诊治：

一眼或双眼视觉模糊不清。

眼球剧痛。

两眼瞳孔大小不同（有些滴眼剂也会造成这种现象）。

视物时发现复象。

眼白离虹膜十分之一时（二点五毫米）以内的部位变红。

突然眼痛，或可能有异物或焊接器的火花入眼。

如眼部不适持续三或五天以上，就应去看医生。

可能由严重眼病引起的症状

可能成因

眼睛刺痛不适

常见成因：结膜炎、异物入眼、损伤。

较少见成因：角膜溃疡、虹膜炎、急性青光眼。

眼球发红

常见成因：结膜炎、结膜下出血、异物入眼、损伤。

较少见成因：角膜溃疡、虹膜炎、急性青光眼。

眼睑痉挛、畏光、不能睁眼

常见成因：异物入眼、结膜炎、损伤。

较少见成因：虹膜炎、角膜溃疡。

眼部不适持续三或五天以上，或视力失常。

常见成因：屈光异常、飞蚊症、斜视、偏头痛。

较少见成因：白内障、慢性青光眼、虹膜炎、糖尿病、高血压。

绝少由严重眼病引起的症状

可能成因

眼睛多黏性分泌物

结膜炎、睑炎。

泪溢

泪管闭锁、睑外翻。

眼睑肿痛

睑腺炎、睑外翻、过敏症。

眼痛、眼红或起鳞屑睑炎

失　明

失去视力可能是逐渐形成的，也可能突然发生；可能一目失明或双目失明；可能部分失明或全盲。失明可能是严重疾病所致。

即时护理

如果突然失去视力，应静坐椅上，闭上眼睛，等医生来处理。

何时去看医生

尽快。

可能成因

一目或双目突然全部或局部失明

常见成因：偏头痛（十至二十分钟后即恢复视力）。

较少见成因：眼部血管疾患、视网膜脱离、颞动脉炎、急性青光眼。

一目或双目逐渐失明

常见成因：白内障、弱视。

较少见成因：青光眼、虹膜炎、视网膜脱离、眼部血管疾患、糖尿病、视网膜炎。

耳部疾患

耳部疾患包括耳痛、有排出物、皮诊及耳部损伤。

耳痛及流脓

十岁以下的儿童常会耳痛，通常表示中耳发炎。疼痛因脓液压迫鼓膜而起。脓液穿破鼓膜流出后，疼痛就会消失。

经治疗后，儿童患者可迅速痊愈。成人患者虽较少见，但也不容忽视，因会更易引起并发病。

即时护理

在温暖的室内休息。

服食适量止痛药。

除非经医生指示，否则不可给流脓的耳滴药。

何时去看医生

如果患者是婴儿或幼儿，因为他们不会表达何处疼痛。

如休息四至八小时后，耳仍痛。

如发现耳孔有浓液。

耳朵流脓且疼痛。

如果在乘飞机、潜水或患呼吸系统感染之后，耳部不适。

可能成因

常见成因：中耳炎、耳咽管阻塞，脓肿，异物入耳、鼻、喉。

较少见成因：慢性中耳炎。

聋

任何年龄的人都可能一耳或双耳失聪。聋症有两类：传导性聋，患在中耳；神经性聋，患在内耳。

即时护理

不宜。由严重疾病引起的耳聋，大都不会骤然发生。

何时去看医生

任何年龄的人，包括婴儿，怀疑有失聪可能时，应即诊治。

如果有耳鸣。

如果有脓液排出或耳痛。

如果儿童在耳部受感染痊愈后，听觉不灵。

儿童常会在患上简单的耳感染后，因慢性分泌性中耳炎而引致失聪。如果医生要求进一步检查，谨记带孩子去复诊。

可能成因

常见成因：耳咽管阻塞（如在乘飞机或潜水后）、耳垢栓塞（尤其多见于老年人）、中耳炎。

较少见成因：耳部损伤、鼓膜穿孔、耳骨硬化、先天性聋、老年性耳聋、梅尼埃尔氏病。

口舌病患

疼痛、斑疹和溃疡，都是口腔与舌头常见的疾患。

即时护理

用漱口药和含服锭剂。

服食适量止痛药。

进流质食物。

何时去看医生

如不适影响进食达两天以上。
如口腔内有斑疹、出血或溃疡。
如舌痛并有溃疡超过十四天。
如面部、颌部、齿龈或口部肿胀起来。

可能成因

疼痛及溃疡
常见成因：鹅口疮、口溃疡（口疮）、腮腺炎、牙齿疾患、口炎。
较少见成因：缺铁性或恶性贫血、舌癌。
斑疹及溃疡
常见成因：鹅口疮、口溃疡、口炎、麻疹、牙齿疾患。
较少见成因：舌癌、扁平苔癣。

唇部疾患

如嘴唇发紫。

天气寒冷也可使唇皮裂开，或一再出现单纯疱疹。这些毛病虽恼人，但多无大碍，很快就会痊愈。不过如果唇上出现任何溃疡或肿块，超过两星期不愈，就应该去看医生。

口臭

口臭这种十分普遍、无害却恼人的毛病，往往是因牙齿和牙龈不卫生所引起的。想完全治好口臭，就要保持牙齿清洁、用过硼酸盐溶液漱口，听从牙医的指导。特别容易发生口臭的人，应避免吃洋葱、大蒜一类的食物。

牙痛

牙痛的成因常是龋齿、齿龈炎或其他牙病，但也可由鼻窦炎、神经痛等疾病引起。如果牙痛严重或持续不止，就应去看牙医。

鼻部疾患

鼻部常见的疾患包括出血、变形、阻塞及变色。

可能成因

鼻出血

鼻变形或肿胀

成因通常是受伤，尤其见于拳击（鼻骨折）；也可能是鼻赘疣（酒渣鼻）。

长期鼻阻塞

常见成因：感冒、腺样增殖体肥大（儿童）、过敏性鼻炎。

较少见成因：鼻中隔弯曲、鼻息肉、慢性鼻炎、鼻窦炎。

蓝鼻

红鼻

常见成因：经常擤鼻、感冒、疖（脓肿）。

较少见成因：喝酒过多、酒渣鼻。

流 鼻 涕

虽然无害，但令病人十分烦恼，而且可能很难治愈。

很多种鼻及鼻窦的感染，都会引起这种症状。

即时护理

擤鼻子或用解除充血的滴鼻剂

开始时会稍有帮助；使用滴鼻剂勿逾十天，否则可能引起黏膜炎。

何时去看医生

如鼻阻塞持续两至四星期。

如果鼻子的排出物带血。

可能成因

常见成因：感冒、其他感染。

较少见成因：鼻窦炎、鼻息肉、慢性及过敏性鼻炎。

打 喷 嚏

这是人体的一种自动反射，作用是把鼻子里面的异物或刺激性物质喷出来。

喉　痛

喉痛是十分常见的症状，因此诊断的时候，须要连带考虑其他症状。

即时护理

休息。

含喉糖或服适量止痛药。

何时去看医生

喉痛可能不须要看医生，但如患者年幼或年老，或医生曾表示他可能有危险，则应诊治。

可能成因

常见成因：感冒、咽炎、扁桃体炎、流行性感冒及其他类似病毒。

较少见成因：腺热、扁桃体周脓疡。

聋　嘶

儿童和成人

即时护理

尽量减少说话。

吸入蒸汽或复方安息香酊。

服食适量止痛药。

何时去看医生

如果声音沙哑持续超过十四天。

可能成因

常见成因：急性喉炎。

较少见成因：慢性喉炎、喉癌。

躯　干

颈　痛

突发性的颈部僵硬及转动时疼痛，在儿童和成年人中都很常见。患者通常

不会有其他症状，休息一两天后就可消痛。纤维组织炎可能是成因，而由颈椎关节强硬引起的颈痛，则持续较久，或会复发。

有一类颈部僵硬，有时跟某种急性细菌或病毒感染有关。患者发高热，后颈僵硬，不能低头使下巴触及胸部，或曲膝坐着不能使鼻子触及膝盖。如果发现这些症状，应即去看医生，以断定是否患上脑膜炎。

肩　痛

手臂活动时感到肩痛，通常跟受伤有关，由疾病引起的较少。

即时护理

休息。

尽量减少肩部的活动。

服食适量止痛药。

何时去看医生

如有受伤、变形及肩痛等情况，怀疑肩部可能发生骨折或脱位。

如曾经受伤，肩痛持续不止。

如无受伤，但肩部活动时疼痛，持续两三个星期仍不好转。

可能成因

常见成因：损伤、扭伤、纤维组织炎。

较少见成因：损伤引致骨折或脱位、凝肩、肩关节旋转环带损伤、颈肋症候簇、肩手症候族、骨关节炎、风湿性关节炎。

胸　痛

胸痛可分两类：与呼吸明显有关的，与呼吸无关的。后者可能不知何故引起，或可能与体力劳动或进食有明显关系。

因劳动引起的胸痛如果很强烈，又延展至颈、肩或臂，休息后就会消除。这种胸痛往往是心脏病的症状，有时称为心绞痛。

即时护理

休息。

服食适量止痛药。

用热水袋敷胸部。

何时去看医生

在下列情况下，应立刻诊治：

剧痛。

有休克现象——苍白、出汗。

怀疑是心脏病：患者曾有心脏病发作，或疼痛与上述心绞痛一样。

休息一小时后，疼痛仍没消退。

大多数胸痛情况，都应去看医生，因为即使是轻微的胸痛，也可能是严重疾病的症状。

可能成因

心脏病的胸痛

常见成因：心绞痛。

较少见成因：冠状动脉栓塞、局部缺血性心脏病、心肌炎、严重贫血、甲状腺功能亢进症、其他较少见的心脏病。

与进食或吞咽有关的胸痛

常见成因：消化不良。

较少见成因：食道炎、十二指肠溃疡。

腹　痛

引起腹痛的虽常是一些轻微疾病，但有时腹痛也可能是严重疾病的症状。例如消化系统、泌尿系统或女性生殖系统发生毛病，都可能引起腹痛。至于儿童腹痛。

即时护理

休息，只进流食。

何时去看医生

在下列情况下，应立即诊治：

腹痛经四小时仍不止，甚至恶化。

患者是孕妇，或可能已怀孕。

连带有呕吐、出血或月经异常。

在下列情况下，应尽快诊治：

患者曾患过腹部疾病，如十二指肠溃疡，怀疑患上阑尾炎、胆囊炎等。

腹痛严重，影响到睡眠或工作能力。

患者若是老年人或六岁以下儿童，即使只有轻微腹痛，也可能是严重疾病的症状。

可能成因

消化系统疾病

腹痛可在上腹部或下腹部发生，并与进食、呕吐、恶心或腹泻有关。

常见成因：消化不良、胃肠炎、扁桃体炎。

较少见成因：阑尾炎、十二指肠溃疡、胃溃疡、结肠憩室病、肠梗阻。

泌尿系统疾病

这类疾病会引致下腹部、肾（背后肋骨之下）或生殖器疼痛。尿中可能带血，尿频，或排尿时刺痛。

常见成因：膀胱炎。

较少见成因：泌尿道结石、肾盂肾炎。

女性生殖系统疾病

这类疾病的疼痛部位大都在下腹部和腰背部。可能有月经不正常、阴道排出物多或不正常的出血等现象。

常见成因：月经异常、排卵症候簇、分娩。

较少见成因：流产、子宫外孕、输卵管炎、子宫内膜异位。

背　痛

虽然背痛可能令人感到极其痛苦，其成因大多只是轻微拉伤或其他损伤，极少是因严重疾病而起。

腹股沟肿胀

腹股沟若有柔软而不痛的肿胀，可能是疝的症状。

如果肿块或肿胀处较硬，可能是淋巴腺肿大。

疖（脓肿）、腺热和一些影响到淋巴腺的较严重疾病，都会引致淋巴腺肿大。

即时护理

平卧休息。

何时去看医生

腹股沟的肿胀若复发，或持续两、三天以上，就应该诊治。

脊柱异常弯曲

很多疾病会侵袭脊柱，而且多半引起背痛。有些虽可使脊柱变形及异常，但不会引起疼痛。这些病变会导致脊柱弯曲度改变，如胸椎后弯形成驼背或脊柱后凸，腰椎前弯形成脊柱前弯，侧弯形成脊柱侧弯等。任何年龄的儿童或青少年都可能发生这种异常现象，但也许并不感疼痛。十二岁以上的儿童若有此情况，很容易为父母及老师所忽略。

即时护理

不宜。

何时去看医生

如这种症状是最近出现的，连带有疼痛，或情况迅速恶化。就应诊治。

可能成因

常见成因：脊柱弯曲度稍微增加，未必是疾病的症象。有些发育中的儿童，可能有点典背。

较少见成因：骨软骨炎、软骨病。

先天性脊柱缺陷或脊柱结核病则比较罕见。

四　肢

关节疾患

有疾患的关节会痛、发烫、发红，或因积聚液体而肿胀，活动时可能不灵活、疼痛，并受到限制。

即时护理

让有疾患的关节休息。

服食适量止痛药。

用热水袋或糊剂热敷关节。

何时去看医生

如症状严重，持续七天以上，或妨碍正常活动，就应诊治。

可能成因

引起关节疾患的成因包括损伤（扭伤、黏液囊炎、脱位、骨折）、衰老引起的关节磨损（骨关节炎）、发炎（风湿性关节炎、痛风、风湿热、风湿性多肌痛）。

总括来说，不同的疾病会侵袭不同的关节。骨关节炎主要侵袭老年人的髋、膝及脊柱；风湿性关节炎主要侵袭中年人的手、膝及脚；痛风主要侵袭拇趾及腿关节；多肌痛则侵袭老年人的手臂。

手臂疾患

手臂的病症如疼痛、肿胀及僵硬等，常与关节的活动或手臂的某些部位有关。例如，肩部活动时痛得最厉害，手部的震颤最明显。

有时在乳房施过大手术后，整条手臂可能会肿胀和疼痛，若有这种情况，应即告诉医生。

肘部疾患

疼痛、僵硬和肿胀是肘部常见的病症。关节的毛病，也会见于肘部。

即时护理

用悬带悬着手臂，让肘部休息。

何时去看医生

如疼痛持续三至十天以上。

如其他关节同时受影响。

如有发热。

可能成因

常见成因：扭伤、小儿牵曳肘、骨折及损伤、桡肱骨黏液囊炎。

较少见成因：黏液囊炎、各种关节炎。

手、手指及手腕疾患

手、手指和手腕的病症，有疼痛、肿胀、无力、震颤、皮疹及变色。

即时护理

大多数手部疾病的适当初期护理方法，是休息、保暖和服食适量止痛药。使用悬带也有帮助。

何时去看医生

手部毛病持续两三天以上就须诊治，如果受伤或感到剧痛，更应尽快就诊。

可能成因

疼痛

常见成因：损伤、指头疽、脓肿、扭伤、冻疮。

较少见成因：风湿性多肌痛、腕管症候簇、骨关节炎、风湿性关节炎、颈肋症候簇、颈椎关节强硬。

变形及肿胀

常见成因：损伤、扭伤、骨折（包括科勒斯氏骨折）、腿鞘囊肿、冻疮、脓肿、风湿性关节炎、骨关节炎、锤状指、杜普伊特伦氏挛缩。

无力

常见成因：过劳、虚弱。

较少见成因：腕管症候簇、颈肋症候簇、颈椎关节强硬、中风、运动神经元病、脑脊髓多发性硬化、多发性神经病变。

麻刺感、针刺感及麻木

常见成因：天气寒冷、冻疮。

较少见成因：腕管症候簇、颈肋症候簇、多发性神经病变。

震颤

常见成因：酗酒。

较少见成因：柏金林氏病、甲状腺功能亢进症。

寒冷苍白

常见成因：轻微雷诺氏病、冻疮。

较少见成因：严重雷诺氏病。

手部皮疹

常见成因：冻疮、疥疮（奇痒）、损伤。

较少见成因：红斑性肢痛病、接触性湿疹。

指(趾)甲疾患

指甲剧烈疼痛加上甲下化脓,是急性甲沟炎的症状。指甲变形可能由慢性甲沟炎、牛皮癣、甲床损伤或年老引起。指甲脆弱易折则是指甲浸在水中过久,或长期患病所致。慢性心脏病或肺病患者的指甲,可能畸变成杵状,但较罕见。

趾甲变形常见于老年人,虽无大碍,但也应去看医生。

跛　　行

儿童跛行

儿童跛行的成因虽然大都是小毛病,但有时也可能是严重骨病。

即时护理

让患腿休息。

何时去看医生

如果找不到明显的跛行原因,而且经过休息一至三天情况仍未改善。

如果患腿剧痛。

可能成因

常见成因:损伤、割伤、水疱、扭伤、瘀伤。

较少见成因:佩特兹氏病及其他罕见骨病、先天性髋关节脱位、骨髓炎。

成人跛行

即时护理

让患腿休息。

服食适量止痛药。

何时去看医生

如果老年人在跌倒后行走困难。

如果经七至十四天休息后,仍因疼痛而跛行。

若其他关节也受影响,或有其他症状显示患有影响较广的疾病。

可能成因

常见成因:损伤、扭伤、劳损、椎间盘脱出。

较少见成因:骨关节炎、风湿性关节炎、股骨颈骨折。

腿部疾患

腿部疾患大都明显地源于某一个关节。其他较为一般性的毛病，概述如下：

即时护理

采取最舒适的姿势让腿部休息。

腿部疾患开始时多半需要休息，其中不少更可只靠休息不药而愈。

如有需要，可服食适量止痛药。

何时去看医生

如果新近受了伤，引致腿部变形，或造成大片瘀伤。

如有剧痛，休息三天仍不好转。

如无损伤，但症状严重、恶化、或休息三至七天仍无好转。

如果从前曾出现同样的症状。

可能成因

疼痛、酸痛、僵硬

常见成因：损伤、做不习惯的运动、纤维组织炎、椎间盘脱出。

较少见成因：腿破裂或肌肉破裂、骨折、间歇性跛行（小腿疼痛）、风湿性关节炎、急性骨髓炎、血栓性静脉炎。

一腿肿胀

常见成因：损伤、疖（脓肿）。

较少见成因：骨折、静脉曲张、血栓性静脉炎、股白肿。

双腿肿胀

常见成因：站立过久、妊娠、天气炎热、肥胖病。

较少见成因：静脉曲张、心力衰竭。

无力

常见成因：疲劳及做不习惯运动。

较少见成因：椎间盘脱出、中风、脑脊髓多发性硬化、柏金森氏病、较少见的脊髓神经病。

麻木及麻刺感

常见成因：坐椅边压迫坐骨神经。

较少见成因：椎间盘脱出、中风、脑脊髓多发性硬化、多发性神经病变。

发红、红线

如果伤口、疖(脓肿)或蜂窝组织炎患处的皮肤发红或出现红线,都是感染蔓延的症象,应让该腿完全休息,及早诊治。

局部红肿疼痛

此症状表示局部发炎,如疖(脓肿)、蜂窝组织炎或不寻常的过敏反应。

不肿不痛的红斑

红斑可能是牛皮癣、盘状或静脉曲张性湿疹、红斑性肢痛病的症状。

小腿溃疡

常见成因:损伤、静脉曲张。

较少见成因:股白肿、坏疽、动脉栓塞、糖尿病。

膝部疾患

膝关节若有毛病,无论是哪一种成因,患者通常最初都会感到疼痛,运动时疼痛加剧,以后逐渐僵硬不灵活、膝部发热,最后肿胀。

即时护理

休息,服食适量止痛药。

何时去看医生

如果膝关节剧痛。

如果症状持续四至七天以上。

如果妨碍到正常活动。

可能成因

常见成因:损伤、扭伤、骨关节炎。

较少见成因:软骨或韧带撕裂、风湿性关节炎、风湿热、痛风。

足踝疾患

痛与肿是足踝常见的症状,有时还会二者一同出现。症状大都因受伤或患者自知的某种慢性疾病而引起,如痛风或关节炎等。

即时护理

让有疾患的足踝休息,并将有疾患的脚垫高。

服食适量止痛药。

何时去看医生

如果不能站立。

如果足踝变形。

如果患处有大片的紫色瘀伤。

如果经过两天休息后，站立起来仍感疼痛。

如果患处肿而不痛，双足皆受影响，而且并非由受伤而起。

患者若是老年人，更要留意。

可能成因

疼痛

常见成因：扭伤、滑膜炎、某几类热病。

较少见成因：骨折、跟腱破裂、痛风、风湿性关节炎、骨关节炎、风湿热。

双踝肿胀

常见成因：天气炎热、站立过久、妊娠、肥胖病。

较少见成因：静脉曲张、心力衰竭、肾炎。

足跟疼痛

如果足跟疼痛的成因不是损伤。

足部疾患

损伤、负荷过重、磨损、血液循环障碍等，都会影响到足及足趾，引致不适和变形。

即时护理

让脚休息，勿穿不舒适的鞋。

何时去看医生

如果足部疼痛、无力、肿胀或有其他症状，持续超过七天，或影响日常活动，便应诊治。

可能成因

皮疹或水疱

常见成因：损伤、摩擦。

较少见成因：癣、接触性湿疹。

疼痛

常见成因：扭伤、损伤、拇囊炎、扁平足、跖痛、嵌甲。

较少见成因：骨折、坏疽、痛风、骨关节炎、跖肌膜炎。

无力、麻痹

常见成因：过劳、虚弱。

较少见成因：椎间盘脱出、中风、脑脊髓中发性硬化。

脚冷、肤色苍白

常见成因：天气寒冷。

较少见成因：雷诺氏病、黏液水肿。

双足肿胀

常见成因：肥胖病、天气炎热、站立过久。

较少见成因：心力衰竭、肾炎、静脉典张。

一足肿胀

常见成因：扭伤、损伤。

较少见成因：骨折、骨关节炎、风湿性关节炎、痛风。

皮　　肤

皮肤疾患

皮肤疾患主要分为两大类：一类是长期无显著变化的，比如肿块、囊肿、痣和胎记之类；另一类是大小及性质天天变化的皮疹类病变。其他皮肤疾患包括组织及颜色变化、皮肤发痒等。

皲裂

很多皮肤病初期会使皮肤皲裂，如唇皲裂、湿疹等。

结痂

许多皮肤病痊愈时会结痂，且常轻微发痒，如脓疱病、湿疹等。

严重发痒

即时护理

避免搔抓。可涂炉甘石乳剂或服食止痛药。

何时去看医生

如果刺痒非常严重。

可能成因

常见成因：疥疮、湿疹。

较少见成因：扁平苔癣。

皮肤粗糙或变厚

湿疹或其他皮肤病痊愈时，皮肤可能变得粗糙或增厚。有时经长期刺痒或搔抓，也会产生同样情形。

溃疡

任何破开的疮或溃疡，如经两、三星期仍不痊愈，便应去看医生。

肿　块

大多数肿块、整种、痣和胎记等，都是与生俱来，或慢慢地长出增大的。其直径通常为五分之一时至四时（五至一百毫米）。

即时护理

不宜。

何时去看医生

在下列情况下，应尽快诊治：

在乳房中发现肿块。

出血。

发觉肿块突然增大、蔓延，或其四周皮肤发生变化。

出现其他类似的不正常肿块。

如肿破开的疮或溃疡。

如肿块有碍日常生活或不雅观。

可能成因

根据肿块的颜色辨别：

色深红、港澳或蓝而隆起

常见成因：红斑、蒙古斑。

较少见成因：酒色斑、草莓状痣，蛛状痣。

棕色而隆起

常见成因：皮脂漏性疣、着色痣、良性黑色瘤。

较少见成因：恶性黑色瘤光化性皮肤角化病。

颜色正常而隆起，红肿或流脓

常见成因：疖（脓肿）、皮肤腺囊肿（软肿块）、瘢瘤（只在疤痕上产生）、皮肤结节、痤疮。

较少见成因：皮肤癌（硬肿块，或面上出现似有珍珠光泽的侵蚀性溃疡）、触染性软疣。

不隆起的色斑

常见成因：雀斑、褐黄斑（妊娠期间出现）、白斑病、皮胀纹（疤痕状纹）、蒙古斑（蓝色）。

较少见成因：酒色斑。

水　疱

引起水疱的原因包括摩擦、过敏症、烧伤或其他多种疾病。

皮　疹

皮疹的性质和分布情况往往天天不同，多因物质刺激或过敏而起，例如受严重日炙后皮肤最初变红，继而出现发痒的荨麻疹或丘疹；如继续受到日晒，就会出现水疱，最后患处脱皮或结痂，然后痊愈。

因皮疹在每个阶段的变化这么大，诊断时就不能只根据其外表，必须考虑受侵袭身体的部位以及其他症状，比如发热或咳嗽等。

皮疹主要有三类。

全身出现皮疹，有发热、咳嗽等症状。

这类皮疹通常是感染的症状，患者以儿童为多。

即时护理

卧床休息。

进流质食物。

把病人隔离。

服食适量止痛药帮助退热。

何时去看医生

如果症状严重。

如果恐怕患上传染病。孕妇应避免接触患有德国麻疹的人。

可能成因

常见成因：德国麻疹、麻疹、水痘、猩红热。

较少见成因：腺热、伤寒、梅毒（限于成人）。

全身出现皮疹，但无其他症状

这类皮诊多由过敏症引起，大都发痒，患者以成人较多；皮肤可能起鳞屑，出荨麻疹或细小的红色丘疹。

即时护理

停止接触或食用怀疑引起皮疹的东西。

何时去看医生

如怀疑医生处方的药物或在工作中使用的物质引起皮疹。

如果皮疹严重或持续不散。

可能成因

常见成因：日炙、药疹、湿疹、疥疮（这种皮疹奇痒）、刺激性物质及化学品。

较少见成因：牛皮癣、玫瑰糠疹、癣子、先天性的鱼鳞癣。

只于身体某部位出现的皮疹。

皮疹出现的部位与其成因有关。

即时护理

视成因而定。

何时去看医生

如皮疹蔓延，或持续超过七天。

可能成因

常见成因：侵袭面部的脓疱病、单纯疱疹和酒渣鼻；侵袭乳房或腹股沟的念珠菌病。

较少见成因：侵袭腿部的盘状及静脉曲张性湿疹；侵袭腹股沟的癣；另有足

癣、接触性湿疹、带状疱疹(伴有疼痛)等。

痒

痒常与皮疹有关。

毛发问题

毛发常发生的问题包括秃发、头皮屑、虱、牛皮癣及多毛症。

头皮疾患

大多数身体健康的人,有时也不免头皮发痒、多头皮屑及头发大量脱落,这些现象大都是头皮太干或脱发率的自然变化所致。

但若情况严重或持续,就可能是头皮疾患的症状。

发痒

头皮发痒的成因可能是生虱,或其他产生头皮屑的局部皮肤病,如牛皮癣或湿疹等。

头皮屑过多

常见成因包括湿疹及牛皮癣。

婴儿头皮屑过多则往往是由乳痂引起。

肿块

头皮受伤后,特别是小孩子,头皮上可能突然出现大片肿块。这类肿块其实是瘀伤,通常不用治疗,二至十天后就会消失。持久的软肿块可能是皮脂腺囊肿的症状。

发绀

如果觉得冷,面部和手部常会呈青紫色。如果面和手都温暖,却呈青紫色,就可能是严重心、肺疾病的症状,例如肺炎、心力衰竭、先天性心脏病等,应该去看医生。

如患者是婴儿或幼儿，更必须去看医生。

即时护理

把患者安置在温暖的室内，并尽量避免在受冷部位直接加热。

如果在户外空旷之处，应设法保持患者全身温暖，至少也要避免体热继续散失。

黄　疸

黄疸是身体组织内黄色色素太多造成的症状，在皮肤及眼白上都可看到。很多种严重的疾病可能引起这种情况。一旦发觉有黄疸时，应及早去看医生。

第二篇 精神系统

精 神

精神衰竭

五十岁以上的人，精神衰竭十分普遍，但一般只非常轻微，无须理会。然而，精神衰竭也可由某些疾患引起，例如痴呆，就会使精神极度衰竭。精神衰竭的症状包括注意力不能集中、精神混乱及失忆。

注意力不能集中

很多人在某些情况下会感到精神不能集中，尤其是在计算、书写和阅读时，更易如此。患者常将其注意力不能集中的严重性夸大，以解释其他不足之处。

此症状的常见成因是担忧、紧张和焦虑。

精神混乱

轻微或短暂的精神混乱极为常见，尤其是在喝酒、从熟睡中突然醒来、精神疲劳、睡眠不足或服食镇静剂之后，更易发生。暂时的精神混乱也可由头部损伤、脑震荡或癫痫引起。如有上述任何情况，都应该去看医生。

长期或永久性的精神混乱，可能是因严重疾患引起，如果患者已混乱得无法自己就诊，其家属或朋友应将情况告知医生。

记忆缺失

记忆力衰退在医学上称为记忆缺失。对最近发生的事情、日期和新认识者的姓名不能记忆，这种情况在五十岁以上的人中越老越常见。虽然此症状令人烦恼，但还不至于影响正常活动。最好的解决办法是将重要的事项写下来，帮助记忆。

即时护理

通常并无有效的恢复记忆办法。

何时去看医生

如果症状影响正常活动。

可能成因

常见成因：忧虑、喝酒、服镇静剂、焦虑、老年。

较少见成因：癌病、脑震荡（脑震荡后症候簇）、酒精中毒、癫痫、动脉粥样化、中风、痴呆、脑肿瘤（十分罕见）。

神气呆滞

这是一种无精打采、怠倦的状态，患者表现得对周围的世界失去兴趣。此种症状亦可称为不适、疲倦、沮丧及虚弱无力。神气呆滞是很多种疾病的常见症状，这些病可轻可重；但因为这种症状常常出现，所以很难确定是哪种病所致。况且这种症状可作各种各样的解释，因此也难以据此断症。只有连带有其他如发热、体重减轻等症状时，才可以判断其成因究竟是心理问题，还是身体的毛病。如果完全没有其他症状，则神气呆滞的成因可能只是较轻微的疾患。

可能成因

常见成因：星期一早晨抑郁感、宿醉、发热、感染、焦虑、抑郁症、失眠。

较少见成因：贫血、黏液水肿、严重的精神病，如抑郁及精神分裂症，以及其他多种慢性疾病和感染。

抑　郁

多数人会偶尔感到情绪低落，这种情形若持续很久或比较严重，就是一种病态。

行为异常

成人或儿童都可能做出异常或极端的行为，这些异行对常与患者接触的人有很大影响，遗憾的是，其成因往往难以确定。

即时护理

患者的家人或朋友应向医生说明患者的异常行为，并确保患者不会伤害自己或他人。

何时去看医生

如果患者的日常生活受到干扰，或可能危害自身或旁人。

可能成因

焦躁行为

患者烦躁易怒、活动过度、焦虑不安或情绪极不稳定。

常见成因：极度担忧、酗酒、滥用成瘾药物。

较少见成因：癔病、轻躁狂、抑郁症、精神分裂症、糖尿病、滥用成瘾药物、兴奋剂。

攻击行为

攻击和愤怒是一个成年人处于危险、恐惧或忧虑情况下的正常反应。但若有异常的攻击行为或喜怒无常，就可能是病态的表现。

常见成因：喝酒过多、极度恐惧或愤怒、焦虑、服食兴奋剂、长期独居。

较少见成因：癫痫、使用胰岛素过量（糖尿病）、头部受伤导致脑震荡（脑震荡后症候簇）、轻躁狂、精神分裂症、脑肿瘤。

幻想与幻觉

患者听到虚幻的声音，看到不存在的事物，并完全相信这些都是事实。这可能是早期精神分裂症的症状。

内疚

即使是完全正常的人，也可能会感到极端内疚。

常见成因：死亡与丧亲之痛、患者与某大灾难有密切关连。

较少见成因：抑郁症、恐惧症。

烦躁易怒

这是对紧张及忧虑的正常反应。

焦虑、月经前紧张、失眠及疲劳都是常见成因。

行为怪异

某些疾患可能引起明显的异常行为，或使患者完全失去常性。

常见成因：喝酒过多、服食镇静剂或兴奋剂。

较少见成因：癫痫、脑震荡，使胰岛素过量（糖尿病）、轻躁狂。

妄想狂或迫害情结

不正常的感受，患者经常感到有人蓄意迫害他。

常见成因：独居，特别是老年人。

较少见成因：精神分裂症、妄想狂。

恐 惧

这是在某些特定环境下，触发一种强烈焦虑及异常恐惧的感觉，例如害怕空旷的地方、害怕登上高处，或害怕某些特定的东西，如蜘蛛、蛇、老鼠等。

困 倦

困倦的成因很少会是严重疾患，通常都是因疲乏、醉酒，或服食镇静剂、安眠药、止痛药、麻醉剂、抗组织胺剂等药物引起的，在极少数的情况下，是发作性睡病、体温过低、脑炎或其他脑病的症状。

失 眠

不易入睡、夜间频频醒过来或早醒等都是失眠。引起失眠的原因很多，但是一般来说，最普遍的原因是忧虑。

至于儿童睡眠问题。

神 经 系 统

平 衡 障 碍

平衡发生问题而头晕，通常只是因姿势或血压轻微突变而起，但也可能是较严重疾病的症状。

即时护理

让患者坐下或躺下，直到不再头晕为止。

不要驾驶汽车或勉强工作。

何时去看医生

如果头晕持续超过三十秒，或消失之后再出现。

如因此影响日常活动。操作机械或高空工作的人尤须注意。

可能成因

头晕目眩

患者有摇摇欲坠的感觉，但大都于一分钟左右恢复正常。

常见成因：突然站起、喝酒过多、服食安眠药、昏厥、室温太高。

较少见成因：短暂性脑局部缺血、颈椎脑底动脉供血不足。

眩晕

患者觉得四周的景物旋转不已，不能稳立，摇摇晃晃地偏向一边走。

共济失调

患者行动笨拙，讲话含糊不清，走路可能不稳。

常见成因：喝酒过多或服药过量、疲劳。

较少见成因：中风、脑脊髓多发性硬化、舞蹈病、脑肿瘤、脊髓痨。

意识障碍

昏厥、眩晕、一时性黑蒙、抽搐、惊厥、憋气、短暂性脑局部缺血及中风等，都属短暂意识障碍。

暂时意识障碍的情况可分两种：第一种是由脑部血液供应不足引起，患者面色极度苍白、出汗、脉搏微弱、血压降低等。第二种是由脑的控制机能失调而起，患者除失去知觉外，还有抽搐动作、咬舌头、呼吸有杂音、大小便失禁等，但脉搏、面色和血压则正常。事后可能会倦睡、行为古怪、肢体无力或说话困难。

即时护理

抽搐或昏厥时，将患者置于半俯卧姿势（昏迷侧卧式）以使其舌头伸前，避免堵塞气管。无论是在家中、户外或公共场所，都要尽量使患者保持温暖及静止不动。不可让患者饮食。马上召医生或救护车。

何时去看医生

一失去知觉应立即送医诊治。如果患者很快清醒过来，并且是在家中，也许只须打电话给医生，听取他的指示。

可能成因

因脑血液供应不足而不省人事

常见成因：因怀孕、失血、站立过久等所致的昏厥；年老。

较少见成因：颈椎脑底动脉供血不足、心脏传导阻断、憋气。

因脑部控制机能失调而不省人事

常见成因：脑震荡（脑震荡后症候簇）、头部损伤。

较少见成因：发热抽搐、癫痫、分娩时新生儿脑部损伤、脑肿瘤、中风、短暂性脑局部缺血、蜘蛛膜下出血、脑膜炎。

虚　脱

虚脱指失去知觉，是心脏和血液循环突然衰竭的现象。

麻　木

寒冷或坐姿不舒适，都会引起短暂的麻木。长期的麻木，特别是连带失去疼痛、冷热和触摸的感觉时，即须送医诊治；这虽然罕见，但可能表示分布于四肢的神经出了毛病。

有时，四肢麻木是血液供应突然或逐渐受阻引起的，成因包括雷诺氏病、血栓闭塞性血管炎、动脉栓塞等。

即时护理

尽量保持患肢舒适及温暖。

何时去看医生

如麻木持久，而又无其他症状。

如果麻木连带有剧痛或肢体变色，而变色是突然发生，又并非寒冷所致，就应立刻去看医生。

麻　痹

在医学上，麻痹指肌肉无力，影响范围和严重程度不一，并非像一般人所认为的完全失去活动能力。

发　抖

发抖即震颤，以手和手指发抖最为显著，但头和腿也可能发抖。

循环系统

心悸

健康的人多在运动后或感到恐惧、焦虑时，才会心跳。除此之外，如觉心悸，可能是心脏病的症状。

即时护理

不宜。

何时去看医生

如心悸持续数小时。

如除心悸外还有其他症状。

可能成因

常见成因：运动、恐惧、服用某些药物、焦虑。

较少见成因：心脏期外收缩、阵发性心搏过速；较严重的心律失常，如心房纤维颤动、心房扑动、甲状腺功能亢进症。

促脉

要准确地数出脉搏次数，必须经常练习，即使如此，可能仍不准确。促脉或弱脉常因恐惧、发热、休克、失血或运动而起。

如在休息时发生促脉或者不规则脉，就可能是严重心脏病的症状。若有此情况，应及早诊治。

大多数人在休息时的正常脉搏是每分钟约七十次，如多出二十至三十次，通常都视为不正常。

呼吸系统

呼吸困难

呼吸困难有三种主要类型：呼吸有杂音、呼吸疼痛和呼吸浅促。

呼吸有杂音

可分为两种：呼气时有喘鸣声，及呼吸时有嘶嘶声或呼吸困难。这两种类型不易区分，但二者的成因不同。

即时护理

让患者在温暖舒适、空气流通的房间内休息。

吸入蒸汽。

何时去看医生

在下列情况下，应尽快诊治：

患者是六个月以下的婴儿。

婴儿或学步幼儿表现得烦躁不安，面色灰白。

显著的呼吸困难——呼吸急促，每当吸气时，下部肋骨下陷。

患者患有任何类型的心脏病。

异物入耳、鼻、喉。

可能成因

呼气时有喘鸣声

常见成因：感冒、急性呼吸道感染。学步幼儿及儿童特别容易发生这种情形。

较少见成因：哮喘、细支气管炎及某些病毒感染。

呼吸时有嘶嘶声

常见成因：哮吼、喉炎、急性上呼吸道感染。

较少见成因：会厌炎、某些病毒感染。

呼吸疼痛

呼吸时疼痛，是一种严重的症状，由肺部、胸膜、胸骨、胸肌或胸肤的疾病引起。患者因疼痛而不敢尽量呼吸，所以呼吸短促，并常有咳嗽。

即时护理

休息。

服食适量止痛药。

用热水袋热敷胸部。

何时去看医生

在下列情况下，应尽快诊治：

剧痛。

透不过气。

发热或痰中带血。

可能成因

常见成因：胸部损伤、胸部纤维组织炎。

较少见成因：骨折、胸膜炎、肺炎、气胸、肺血管栓塞。

呼吸浅促

呼吸浅促有两型：第一型是气饥，患者感到得不到充足空气，于是作深呼吸，但呼吸并没有加速或变慢。这种症状在成年人中很常见，是身体感到厌闷（处于拥挤或过热的室内）或精神受到困扰（焦虑、考驾驶执照）时的反应。这种反应是正常的，不必介意。第二型是透不过气，患者大致呼吸困难，犹如刚刚跑上楼梯一样，呼吸加速。如果这种情况发生于休息时，或作轻微体力活动后，则是呼吸系统或循环系统疾病的症状。如加上面色越来越苍白，尤其有鼻出血或月经过多等不正常的失血现象，就很可能是贫血。

即时护理

采用最舒适的姿势静坐。

何时去看医生

在下列情况下，应即诊治：

突如其来的呼吸困难，情况严重，连带有胸痛或痰中带血。

在下列情况下，应尽快诊治：

静止不动时也感到呼吸困难。

伴有其他症状，比如咳嗽、足踝肿胀、发热或曾经失血。

已知患有严重疾病。

可能成因

呼吸系统

呼吸困难连带有咳嗽，呼吸引起胸痛，或近期曾患肺炎。

常见成因：身体虚弱、肥胖病、吸烟、哮喘。

较少见成因：慢性支气管炎、肺气肿、肺癌、肺炎、支气管、扩张症、结核病、肺血管栓塞。

循环系统

夜间或躺卧时呼吸困难，可能连带有足踝肿胀或呼吸无关的胸痛。

常见成因：身体虚弱、正常妊娠、肥胖病。

较少见成因：各种类型的心力衰竭、冠状动脉栓塞。

咳　嗽

咳嗽是人体的一种防御反射，有助于把痰及吸入的异物排出肺外。咳嗽的成因很多。

即时护理

停留于温暖的房间，保持安静。

如果咳嗽影响患者睡眠，或使患者感到疲倦，可服止咳药。

何时去看医生

如果痰中带血。

如果有胸痛、呼吸浅促或持续发热等现象。

如果咳嗽越来越严重，或持续两、三个星期以上。

如咳嗽可能是因吸入异物而起。

可能成因

如果咳声嘶哑或咳嗽时疼痛，通常是患哮吼、喉炎或气管感染的症状。百日咳患者在一阵咳嗽后，吸气时会发出吼声。咳嗽的成因，可人持续时间的长短判断。

不超过十天的咳嗽

常见成因：各种咳嗽、感冒、急性上呼吸道感染、咽部积存黏液、流行性感冒、其他呼吸道病毒感染。

较少见成因：麻疹、百日咳、咽炎、喉炎、细支气管炎、肺炎。

超过十天的咳嗽

常见成因：吸烟、习惯性咳嗽、过敏症。

较少见成因：慢性支气管炎、支气管扩张症、哮喘、肺结核、肺癌。

打　嗝

这是横膈膜的不随意痉挛性挛缩，常因吃下辣的或刺激性食物引起，也可能是其他刺激横膈膜神经的情况所致。

消化系统

食欲不振

食欲不振是许多种疾病的症状，其医学名称为厌食。这种症状的严重性视患者年龄的大小而异。

何时去看医生

如果患者是婴儿，在并无明显原因的情况下，食欲不振超过二十四小时。

如果是青少年或成年人，食欲不振持续七天以上。如果患者有体重减轻、呕吐、腹泻、咳嗽或腹痛等现象，则须尽快诊治。

如果患者是独居的老年人，因为在此情况下，可能引致营养不良。

可能成因

热病和多种小儿疾病都可能导致食欲不振。虽然引起此症状的疾病多半不大严重，但也有少数例外。

食欲不振少于七天

这是较轻微感染和很多轻微疾病的常见症状，例如：晕动病、宿醉、消化不良、胃肠炎、感冒、扁桃体炎及其他感染。如有其他症状一起出现，常可确知病因。

食欲不振七天以上

常见成因：妊娠、胃肠炎、喝酒及酒精中毒。

较少见成因：肝炎、腺热病、结核病、溃疡性结肠炎、胃癌及其他癌症、风湿性关节炎、神经性厌食症、抑郁症、滥用成瘾药物、肝硬化。

吞咽困难

很多人有过喉后部有大量黏液（咽部积存黏液）及气哽的感觉。

如长期不能吞咽，或感觉胸骨后有食物黏附，持续七至十四天仍不好转，就应诊治。这可能是严重贫血、食道炎或食道癌的症状。

恶　心

这是多种疾病的常见症状。诊断时须一并考虑患者其他症状。

即时护理

休息。

服食解酸剂、止吐剂或抗组织胺剂。

啜饮少量水。

何时去看医生

如果恶心严重，随后并有呕吐。

如果怀孕，或有其他症状如腹痛等，就须去看医生。

可能成因

常见成因：饮食过量、姿势突然改变、妊娠、晕动病、偏头痛、大多数的热病、胃炎、胃肠炎。

较少见成因：很多种消化道病变和慢性疾病。

呕　吐

呕吐是很多种疾病的常见症状。

成人呕吐

即时护理

卧床或静坐休息。

只啜饮少量水。

何时去看医生

如有腹痛、呕吐物带血或含有咖啡渣似的物质。

如呕吐物中含有四个小时之前吃下的食物。

如呕吐持续四小时以上。

如有严重腹泻或肌肉痉挛。

可能成因

常见成因：过饱或喝酒过多、晕动病、胃炎、胃肠炎、妊娠、发热。

较少见成因：幽门狭窄、胃溃疡、十二指肠溃疡、胃癌。

气 胀

这是一种常见、无害却恼人的消化不良症状，由过饱或吞下空气引起。只在连带有其他症状时，气胀才成为诊断疾病的有用依据。

参阅本页症状分类——消化不良

胃 灼 热

胃灼热是饭后在胸骨后面产生的一种灼热感觉。多数类型的消化不良会引起胃灼热，但有时如果严重，也可能是十二指肠溃疡的症状。

消 化 不 良

饭后任何轻微不适，多称为消化不良，症状包括胃部饱胀、上腹部不适、呃逆、胸骨后感觉灼热（胃灼热）、水及胃酸反流。

有时消化不良是由十二指肠溃疡等较严重疾病引起的，不过多数消化不良只是吃喝过度一类小问题所致。

即时护理

坐在椅上休息。

服食解酸剂或用一杯水调开半茶匙碳酸氢钠（小苏打）喝下。

喝少量流质，不可喝酒。

何时去看医生

如果症状持续，或逐渐恶化。

如果有腹痛、咳嗽、食欲不振或体重减轻等现象。

可能成因

常见成因：进食太多油腻、煎炸的食物，喝酒太多。

较少见成因：二十指肠溃疡、胃溃疡、胃炎、食道炎、胆囊炎、胆石、酒精中毒。

肛 门 疾 患

肛门疾患包括出血、排便时疼痛、肛门四周肿胀、发痒等。

即时护理

将患处洗净，彻底揩干，涂些止痛或止痒剂。

何时去看医生

如果排便时或排便后肛门出血。

如果粪便中混有黏液。一般无大碍，但偶尔会是严重疾病的症兆。

如果刺痒难忍而持久。

可能成因

出血

常见成因：婴儿和儿童——便秘、肛裂。成人——痔、肛裂。

较少见成因：婴儿——肠套叠。

成人——结肠憩室病、结肠息肉病、肠癌、溃疡性结肠炎。

排便时疼痛

常见成因：痔、肛裂、分娩时造成损伤。

较少见成因：内痔、直肠脱出（尤多见于婴儿）。

腹　泻

这种极普通的症状，成因很多。

腹泻可为急性（持续不超过七天）、慢性及复发性。急性腹泻通常是由细菌或病毒感染造成的食中毒引起。如连带有腹痛，可能只是并无大碍的肠绞痛所致，但也可能是较严重疾病的症状。一般来说，慢性腹泻的成因要比急性腹泻的成因严重。

婴儿及年老体弱的人，若患急性腹泻，都特别容易因失水过多而造成不良后果。

即时护理

卧床休息，多进流质。不少病例经这样护理就可痊愈。

何时去看医生

如果患者是婴儿，或者是体弱的老年人。

如果粪便带血。

如果腹泻特别严重，或持续超过三天。

如果同时还有其他人腹泻。

如果患者刚从外地回来。

如患者居住地区的水源不洁，或当地常发生伤寒、阿米巴病、血吸虫病、口炎性腹泻或霍乱等病症。

可能成因

常见成因：饮食不慎、服食轻泻药、胃肠炎、轻痢疾、梨形鞭毛虫病。

较少见成因：阑尾炎、溃疡性结肠炎、结肠憩室病、肠癌、乳糜泻、阿米巴病、囊性纤维变性、局部性回肠炎、大肠过敏。

粪便异常

包括颜色、形状或稀稠度的异常。

黑色或焦油色粪便

除非患者服了含铋或含铁的药物，否则粪便呈黑色或焦油色就是消化系统出血的症状。

灰白色或陶土色粪便

假如同时排出的小便是深色，就可能是黄疸的症状。婴儿的粪便常有这种颜色，但多半正常。

灰白、大量、恶臭的粪便

这是梨形鞭毛虫病的症状。也有可能是乳糜泻、囊性纤维变性或口炎性腹泻，但较少见。

排出黏液

如持续排出黏液就应诊治，因这可能是溃疡性结肠炎或肠癌的症状。

寄生虫

随粪便排出的寄生虫是白色的。线虫纤细如线，长不足半寸（十三毫米），能活动；蛔虫大小和形状都像蚯蚓；条虫的体节呈长方形或圆柱形，长五分之二至五分之四寸（十至二十毫米），不动，或微动，每次大便可排出数节。

排便疼痛

婴儿和儿童排出粪便时肛门疼痛，常是肛裂的症状。

至于成人，肛裂也是排便疼痛的常见成因，但也可能是内痔所致。严重腹泻同样可以引起肛门阵阵不适（里急后重）。

大便障碍

一贯的排便习惯若有任何改变，应即告知医生。

便秘

多数便秘是饮食不均衡或缺乏运动所致，极少是严重疾病的症状。如有腹痛，或排便习惯有所改变达两、三个星期以上，便应去看医生。

泌尿系统

尿及排尿问题

常见的排尿问题有：疼痛、尿频、小便失禁、无法排尿、尿液异常等。

排尿疼痛

排尿疼痛的程度，从轻微不适到强烈灼痛不等。

即时护理

喝大量流质。

如有剧痛便应休息。

服食适量止痛药。

何时去看医生

如有剧痛，但没有明显的简单成因，或怀疑可能怀孕或患上性病。

可能成因

常见成因：膀胱炎、性交。

较少见成因：性病、肾盂肾炎、泌尿道结石、前列腺炎、前列腺良性肿瘤（男性生殖系统肿瘤）。

尿频

这种恼人的症状，成因可轻可重。

即时护理

不宜。

何时去看医生

如除尿频外，并有疼痛或带血。

如有患上性病的可能。

如夜间小便频仍（夜尿症）。

若患者是老年男性，则可能是前列腺肥大症的症状。

可能成因

常见成因：正常月经、喝水过多、妊娠、利尿剂、膀胱炎。

较少见成因：性病、糖尿病、肾盂肾炎、前列腺肥大症。

儿童小便失禁

婴儿和幼儿小便失禁是正常现象，这种情况可持续到五岁。

成人小便失禁

成人常有轻微小便失禁。曾生育的妇女在咳嗽或大笑后，可能有轻微失禁（压迫性失禁）。老年男性前列腺若肥大，小便后常会滴尿。

即时护理

视成因而定。

何时去看医生

如症状引起尴尬或不便。

可能成因

常见成因：妊娠、分娩、子宫脱出、年老、前列腺肥大症。

较少见成因：脑脊髓多发性硬化、脊柱损伤及其他神经疾病。

无法排尿

如果持续十五至二十小时无法排尿，便应立刻去看医生。

尿液异常

小便红色可能是由食物或出血引起。

小便深黄色是黄疸的症状。

小便呈蓝或绿色，常是某些成药引起的。小便有臭味或腥味，有时是感染的症状。混浊的热尿也表示感染，但如浑浊或沉淀是尿液冷却后才出现的，则是正常现象。

大小便失禁

不能控制自肛门排出粪便称为大便失禁，不随意排尿称小便失禁。

儿童大便失禁

这通常是一种行为失常的表现，常因恐惧或缺乏安全感而起，可能不易治疗，应去看医生。

成人大便失禁

即时护理

热水清洗

何时去看医生

这是一种讨厌的毛病，应及早请教医生或护理人员。

可能成因

常见成因：油性轻泻剂。

较少见成因：痴呆、粪便嵌塞。

生殖系统

乳房疾患

各人乳房的形状、大小和颜色都不同，只有在发觉乳房有变异时，才须注意。有些正常妇女的乳头可能下陷，看似没有；这种缺陷很易改正，可以正常哺乳。

如为了美观而要改变乳房大小的形状，应先请教医生。

何时去看医生

如发现乳房有肿块，应尽快诊治。

哺乳期中若乳房疼痛，应即诊治，因有可能是乳腺炎。

如在哺乳期中乳头皲裂、疼痛及发炎。

如果乳房皮肤起皱，乳头有排出物。

可能成因

乳房肿块

常见成因：乳腺纤维腺瘤、哺乳、乳房胀满。

较少见成因：乳癌、结节性乳腺炎、乳腺脓肿。

月经异常

月经异常包括月经不调、情绪低落、浮肿及偏头痛。至于其他如痛经、经闭、月经过多、月经的一贯情况变异以及更年期后出血等。

月经不调

很多正常妇女都有月经周期或经血量不规则的情况，这现象虽恼人，但并不表示患者不能生育。如果希望受孕而未能如愿，或可能是流产或绝经，应去看医生。

抑郁、伤感、易怒及紧张

面部及双手浮肿、偏头痛

月经周期中体液的正常变化，会引起很多恼人但无碍的症状。

阴道不正常出血

阴道及外阴疾患

阴道及外阴疾患的症状，包括排出白带、发痒、性交时疼痛、肿胀、生疮等。

排出物

阴道有排出物并非一定不正常，例如大量排出的白带，虽然恼人，但未必是疾病的征兆。不过排出物若呈黄色、带血、有臭味或引起疼痛，就是感染的症状。

即时护理

注意卫生。

何时去看医生

如果排出物有臭味，呈黄、棕或红色，或有泡沫。

如兼有尿频或排尿疼痛等情形。

如果性交时疼痛。

如果怀疑患上性病。

可能成因

常见成因：正常白带、受到如消毒剂或除臭剂等化学品的刺激、异物或月经棉塞遗留、念珠菌或滴虫性阴道炎。

较少见成因：性病、萎缩性阴道炎、外阴癌、子宫癌、阴道癌。

发疔或性交时疼痛

阴道发疔或性交时疼痛大都由感染引起，成因跟上述“排出物”的相同。阴道润滑液不足也可引致性交疼痛。

肿胀及疮

分娩时阴道过分扩张，常会引起柔软的肿块，这可能是膀胱凸出或直肠凸出。其他肿胀及疮，成因可能很严重。

即时护理

注意卫生。

何时去看医生

如发现阴道或外阴肿胀，应尽快诊治。

可能成因

常见成因：膀胱凸出及直肠凸出，子宫脱出。

较少见成因：前庭大腺囊肿或脓肿、外阴或阴道癌、梅毒。

阴茎、包皮及尿道疾患

阴茎可能疼痛，有排出物，出皮疹和发疔，形成溃疡及小结，变形。

疼痛

排尿时阴茎尖端感觉疼痛，可能是阴茎内或身体内部有病的症状。

即时护理

服食适量止痛药。

避免性交。

何时去看医生

如果阴茎疼痛。

如兼有排出物或怀疑染上性病，应立刻诊治。

可能成因

常见成因：膀胱炎、单纯疱疹、尿道炎、淋病。

较少见成因：阴茎头炎、关节炎性波体病。

排 出 物

即时护理

不宜,但要避免性交。

何时去看医生

一有排出物或怀疑患性病时,应立刻诊治。

可能成因

常见成罗:尿道炎、淋病。

较少见成因:阴茎头炎。莱特尔氏病。

皮疹及发疔

即时护理

不宜,但要避免性交。

何时去看医生

如有这些症状或怀疑患上性病。

可能成因

常见成因:疥疮、念珠菌感染、性病、单纯疱疹。

较少见成因:遍及全身的皮疹。

溃疡及小结(肿块)

成人阴茎如有任何小结或溃疡,都应看作性病或严重疾病的症状,除非已证实有其他成因。

即时护理

不宜,但要避免性交。

何时去看医生

如发现阴茎上出现溃疡或小结。

可能成因

常见成因:阴肛部的疣,大都经性交传染。

较少见成因:性病。

婴儿若患有尿布疹，阴茎上也会出现溃疡和引起疼痛，但并无大碍

变形

包皮发炎（阴茎头炎）或太紧的包皮回缩（学步幼儿及儿童尤多见），可能引起阴茎头突然肿胀（包茎），应立即诊治；一经治疗，预后良好。

睾丸及阴囊疾患

睾丸及阴囊患包括全无睾丸或一侧无睾丸、疼痛、肿胀及变形等。

无睾丸

医生常于男婴出生后检查阴囊内有无睾丸。如一侧或两侧皆无，该男童到五岁左右就可能要接受治疗。

睾丸或阴囊疼痛、肿胀、变形

即时护理

卧床休息。

适当地承托睾丸。

服食适量止痛药。

何时去看医生

如疼痛剧烈，并且肿胀。

如果肿而不痛。

可能成因

常见成因：疝。

较少见成因：睾丸炎、睾丸扭转、阴囊水囊肿、男性生殖系统肿瘤。

其　他

打　呵　欠

打呵欠是一种因困倦而引起的常见症状，并无害处，但有时打呵欠的人会对此感到尴尬不安。

体重减轻

如果不是为了苗条而故意使体重减轻，这个症状就必须加以重视，尤其是若有其他症状，显示可能患上严重疾病时。

即时护理

尽可能喝牛奶或奶类饮品，并进食富有营养的食物。

何时去看医生

如果体重日减持续四星期以上。

如果连带有其他症状，比如长期咳嗽、呕吐、腹泻或无月经。

可能成因

常见成因：节食、急性热病或施过手术、慢性酒精中毒、年老及孤独。

较少见成因：慢性胃炎、抑郁症、精神性厌食症、胃癌，以及诸如结核、结肠炎之类的慢性感染。

发　热

发热时会体温上升、颤抖、感到乍冷乍热。发热是一种症状，并非疾病。这种症状十分常见，可有各种各样的成因。

发热表示人体正与感染作战，患者除了须要休息外，还要服用适当的抗感染药。儿童发热，应该让他留在室内；成人发热，应该休息，停止工作。

一般人的正常体温是华氏九十八点六度（摄氏三十七度），有些人可能高或低华氏一度（摄氏半度），亦属正常。很多儿童在受到感染的初期，体温可能高达华氏一百零四度（摄氏四十度），成人发热时的体温通常不会那么高，但身体不适较严重。老年人即使患上严重感染，体温仍可能不升高，这是他们抵抗力较差的缘故。

即时护理

在暖和而不燠热的室内休息。

喝大量流质。

服食帮助退热的止痛药。

体温超过华氏一百零二度（摄氏三十九度）时，可用温水揩身。

何时去看医生

如婴儿发热，体温升至华氏一百零四度（摄氏四十度），应该立即诊治。

如果一岁以下的婴儿发热。

如成年人发热持续三天不退。

如还有其他症状，显示可能患上严重疾病。

如患者曾和传染病人接触。

如发热外还严重颤抖及牙齿打颤，这种情况称为寒颤，是肺炎、肾盂肾炎、疟疾等的症状，应告诉医生。

可能成因

必须根据同时发生的其他症状，才可诊断发热的成因。

口　渴

严重口渴持续超过二十四至四十八小时，就应去看医生，患者若是儿童，尤须如此。成因多是发热，但也有可能是糖尿病。

出　汗

人体借出汗而降低温度。正常人出汗的多少因人而异，分别可能很大。体力劳动、天气炎热、恐惧、剧痛及发热都可引起大量出汗。这也是用胰岛素过量的症状，糖尿病人应该留意。更年期及甲状腺功能亢进症有时也会引起大量出汗。

四肢或全身冰冷

关于手足感到冰冷。

全身感到寒冷及颤抖，通常是因天气寒冷而起，但也可能是体温上升的症状。

症状分类——发热。

有时，感到寒冷可能是体温降低的症兆。

出　血

如果出血是由受伤引起，其他出血的部位包括鼻（痣、其他皮肤瑕疵）及阴

道。

较易出血的人

有些人比一般人易于出血及瘀伤，其持续时间也较长。这可能并无大碍，但如果鼻出血不止，或拔牙后流血不止，就需要去看医生。如有容易出血的情况，也应诊治。

阴道不正常出血

如有经闭、痛经、月经过多或异常等现象，不正常的出血，如在两次月经之间、妊娠期间、产后、性交当中或性交后、更年期后等等，都要认真留意；然而情况大多并不严重，比如在两次月经中间之日出血，就常发生于服食避孕丸的妇女身上。总括来说，大量出血比小量出血更须要及早治疗。

即时护理

卧床休息。

何时去看医生

在下列情况下，应即诊治：

患者怀孕或可能已怀孕。

患者分娩后不久。

兼有腰背痛。

在下列情况下，应尽快诊治：

疼痛剧烈或突然痛起来。

更年期后阴道出血。

不能确定血的来源。

可能成因

常见成因：自然流产、避孕丸、分娩开始时少量出血。

较少见成因：产前出血、产后出血、子宫癌、子宫颈癌、子宫外孕、子宫纤维瘤、月经异常。

呕血或排出物带血

如在身体的任何排出物中发现有血，或是发现排出未稀释的血，都应该把这

种情况向医生报告。

粪便带血

来自大肠或肛门的血是鲜红色的，可独自排出，或混在粪便中。如果血来自消化道的较高部位，比如胃溃疡或十二指肠溃疡出血，大便的颜色就会因消化作用的影响而变为黑色或焦油色（不是红色），称为黑粪。

即时护理

卧床休息，啜饮少量水。

何时去看医生

如果排出黑粪或血，应该立刻诊治。

可能成因

常见成因：严重的鼻出血、曾经服食铁剂或者铋剂（黑粪）、痔（红粪）。

较少见成因：十二指肠溃疡或胃溃疡、肝硬化、胃癌或肠癌、溃疡性结肠炎、结肠息肉病或结肠憩室病。

精液带血

如果发现精液带血，应该立即去看医生。

痰中带血

如果痰中带血，或者呈淡红色、铁锈色，或是咳血（咯血），都可能表示肺有病。至于呕血，则很可能是消化系统疾病的症兆。

即时护理

必须卧床休息，直至查明原因为止。

何时去看医生

尽快。

可能成因

即使经过严密的观察和检查，也常常不能查出此种出血的成因和病变部位。

常见成因：急性鼻窦炎、鼻出血。

较少见成因：肺炎、肺血管栓塞、肺结核、肺癌。

小便带血

排出的尿如为红色或淡红色（血尿），那么除非食物中含有红色色素，否则就

是表示泌尿系统出血。有时即使经过住院全面检查，也不一定能够找出血尿的成因。

何时去看医生

如果排出的尿呈红色（即使是很淡的红色），又肯定与食物无关，应该立即诊治。

可能成因

常见成因：曾吃甜菜根或某些染了红色的食物；膀胱火。

较少见成因：急性肾炎、泌尿道结石、损伤、肾癌或膀胱癌。

呕　血

呕血通常表示消化系统了血。

呕血则多因肺病而起。

口腔出血或鼻出血，血色鲜红。如出血处在食道、胃或十二指肠，也会呕出或在口腔中出现鲜红色的血。如果血在胃中存留一小时左右才呕出，则会呈咖啡渣般的深棕色。

有时在鼻出血后，患者可能不知不觉地将一些血吞下，在大约一小时后才把吞下的血再呕出来。

即时护理

卧床休息，不可饮食。

用水漱口，洗净口腔。

何时去看医生

除非确知呕血不过是因鼻出血之类的小毛病而起，否则不管呕血多少，都应马上去看医生。

可能成因

常见成因：齿龈或口腔出血、鼻出血。

较少见成因：十二指肠溃疡、胃溃疡、食道炎、肝硬化、胃癌或食道癌。

瘀　伤

这表示皮肤组织变了色。

可能成因

常见成因：损伤。

较少见成因：血小板、微血管或血凝固因素的疾病。这一类疾病通常都是遗传性的。

瘤　肿

瘤肿或肿瘤，简称瘤，分良性和恶性两大类。恶性瘤即是癌。人体内部生癌，按所在部位和器官各有不同症状，皮肤生出的瘤肿大都是良性的。

言语障碍

若患者是儿童。

成人如突然说话困难，如发音含糊或不能运用适当字句，成因可能是中风、短暂性脑局部缺血、喝酒过多或吸毒。

说话带明显的鼻音，可能是鼻气道有缺陷或阻塞之故。感冒、腺样增殖体肥大及裂腭，都可引起这种情形。较少见的成因有鼻息肉、鼻中隔弯曲等。

传染病

某些统称病原体的有害有机体侵入人体后，人便会受到感染。病原体包括滤过性病毒、细菌、原生动物、列克次体、霉菌和寄生虫。这些病原体都可经各种途径，由一个人传染给另一个人。有人咳嗽或打喷嚏，含有病原体的飞沫散入空气，他人一旦吸入就可能受感染。身体的直接接触，使接吻、性交等，也会传播病原体。动物也可能是病原体的中间宿主，动物也可能是病原体的中间宿主，例如蚊子传染疟疾，鹦鹉传染鹦鹉热。不洁的食物、饮料或土壤，含有病原体，可经口或伤口进入人体。受感染的孕妇，在怀孕或分娩时，也会影响胎儿。

潜伏期

病原体一进入人体，马上就繁殖，但要经过一段或长或短的时候，繁殖至相当数量才引发症状，这段时期称为潜伏期。霍乱的潜伏期只不过数小时，有几种肝炎则长达五个月。

人体受到某种病原体侵袭，会产生抗体。痊愈后，抗体仍然留在体内，这样人体就有了对抗那种疾病的自然免疫力。

人工免疫能刺激人体产生某些传染病的抗体。疫苗所含的物质能使免疫系统对某种疾病产生反应，而不会引致病发。对所有传染病都有效的疫苗尚未出现，但某几种严重的传染病已可借人工免疫术加以控制。

治疗方法

治疗是否有效，在于病体原而定。有些抗生素可消灭细菌，比如青霉素。细菌引起的传染病有白喉、猩红热、结核病、百日咳、伤寒、多种肺炎、梅毒、淋病等。

原生动物及霉菌所引起的传染病，通常可用药物治疗。但水痘、肝炎、流行性感冒、麻疹、腮腺炎、单纯疱疹、狂犬症、脊髓灰质炎、感冒等病毒传染病，就没有多少药物和抗生素可以控制。

易患传染病的人

在传染病流行地区居住或旅行的人。

未满三个月的婴儿。

传染病患者的家人。

成人初患儿童期传染病，比如麻疹，病情较为严重。

孕妇不宜与德国麻疹患者接触

老弱伤病可能丧失多种免疫力。

传染病的主要症状

腹泻。

发热。

头痛。

皮疹。

紧急情况

如果怀疑患上白喉。

在狂犬症流行地区遭兽畜咬伤，或遭外地的动物咬伤。

如何预防传染病

儿童应遵照医生指示，接受各种预防疫苗注射或接种。

旅行前，查明所往地区是否有传染病流行，并请教医生。

在传染病流行地区应小心饮食。

精 神 系 统

精神系统控制人的性格、行为和感情，与人体的循环系统、消化系统等生理功能并不相同。但这并不是说精神病不受生理因素影响，就像精神病并非无药可治一样；有些药能对大脑产生作用。

我们都不免偶尔有精神上的困扰，少数人更经常如此。这些精神状态可以视为反常，但这并不表示我们有了精神病。医生是根据症候的综合和病情的严重程度来诊断的。

行为的改变可能是精神疾病的的最早症象。我们从小就学习如何适应所处社会的行为模式；社会认许的行为模式和情感表露，范围很广。每个人有自己独特的行为模式，这种模式一旦发生剧变，思者发觉自己与所处社会格格不入，就要请医生诊治了。

精神疾病患者常常不为所处社会所容，因为大家对精神疾病多不了解，心怀恐惧；也很难像对待一般病人那样对待精神疾病患者。但是躁狂抑郁其实和断腿一样，不是患者的“过错”。精神疾病患者需要家人和朋友的同情了解，一味排斥只能使病情恶化。

精神系统的疾病

精神系统的疾病可分三大类：神经衰弱、精神病和智能缺陷。

神经衰弱是指正常的思想或感情渐趋势极端，以致干扰日常生活。这种病症可轻可重，因人而异；患者常自觉不妥，也知道有什么影响。以英国为例，神经衰弱占所有精神疾病的三分之二，其中尤以焦虑症最为普遍。其他神经衰弱病尚有癔病、恐惧症、抑郁症等。

精神病是比较严重的精神疾病，一般所谓的癫狂大概是指这类病人。他们与现实脱节，与社会格格不入，自设藩篱。旁观者很容易分辨这类病人，但患者本人并不认为自己有病，更不会求医诊治。因此有时强迫患者进住精神病院是有必要的。精神病包括躁郁病、屡发性严重抑郁症、各种精神分裂症等。现有迹象显示，精神病可能与患者脑部的化学变化有关。

智能缺陷或智力迟钝，一般俗称为弱智。这类疾病的成因很多，例如胎儿在子宫内感染某种传染病，分娩时脑部受损伤，或先天遗传因子不正常等。这类病症多于童年期显现，大都无法治愈，与神经衰弱和精神病不同。

易患精神疾病的人

有些人因受遗传、家庭背景及周围环境的影响，特别容易患上精神疾病。收入低微的大家庭、失业、缺少密友或知己、父母不全、长期患重病及酗酒等，都是引起精神疾病的因素。极度精神紧张、寂寞，或生活方式剧变，如结婚、丧偶、退休等，也可能使精神疾病发作。

精神疾病的症状

各式各样反常行为，如神情呆滞、暴躁、过敏等，都可能是精神疾病的症状，其他如焦虑、抑郁等，请阅右表。

紧急情况

精神疾病少有真正紧急的病变。只有在患者或他人生命受到威胁时，才需要采取紧急措施，比方说抑郁症患者声言自杀或企图自杀，精神病患者恫吓要伤害自己或他人等。这时医生会将患者送入精神病院，有时社会工作者或警察也可以这样做。

如何预防精神疾病

生活正常，节制饮食，经常运动，睡眠要充足。

关心社会、他人，以免产生孤独感，或感到无聊。

避免过度紧张。遇到问题应找出解决办法，不可空担忧。作息有度，定期休假，周末时放下工作，松弛神经。

未经医生许可，不应自行服食镇静神经的药物。

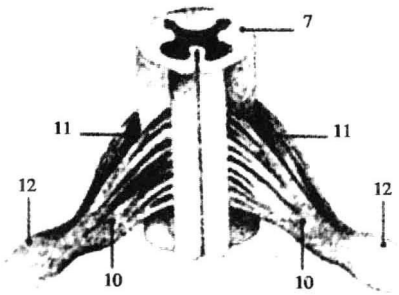
神经系统 神经系统分为中枢神经系统和周围神经系统。中枢神经系统包括大脑、小脑、脑干和脊髓；周围神经系统包括分布于身体各部与脑干和脊髓连接的神经。

自脑干伸出十二对神经，称为脑神经，例如主要分布在面部的三叉神经就是。三叉神经一分为三：眼神经、上颌神经和下颌神经，分布于眼、鼻和颌一带。三十一对脊髓神经自脊髓向全身组织分布，包括肌肉和皮肤。左图可见自脊髓伸出的大部分脊髓神经，并简单绘出右侧桡神经的起源及伸展至手部的情形。构成坐骨神经的脊髓神经，自脊髓下部伸出，经脊柱和骶骨伸至臀部的骨盆，然后伸展至足部，左图也简单绘出来。

神经具有不少功能，最主要的两种是将外界的情况传达给大脑，即感觉功能；指挥肌肉对接收到的信息作出适当反应，即运动功能。感觉和运动功能由不同的神经纤维负责。有的神经只有感觉神经纤维，有的只有运动神经纤维，但大的神经多半两者兼备，连接着身体各特定部位。另一组并未绘出的周围神经系统，控制人身各种自律性活动，例如肠子的蠕动就是。

神经系统的结构

1 大脑
2 小脑
3 眼神经
4 上颌神经
5 下颌神经
6 脑干
7 脊髓
8 桡神经
9 坐骨神经
10 腹侧神经根
11 背侧神经根
12 背侧神经结节



脊髓 每一条脊髓神经由两条神经根与脊髓相连。腹侧神经（前）根将运动

神经纤维由脊髓引至肌肉。背侧神经(后)根有神经结节(可从隆起部分辨识),由感觉神经纤维组成,将外界的情况,如皮肤的感觉,经脊髓传送至大脑。

神经系统

神经系统包括以大脑为主的中枢神经,以及连接身体各部的周围神经。除了脑神经以外,所有神经都由脑而下,进入脊髓。脊髓是脊椎管内的一束神经。每条神经由脊髓经脊椎间隙分支出来,与身体的肌肉组织连接。

两组特别的神经,交感神经和副交感神经,控制诸如呼吸、心脏搏动、胃肠蠕动、生殖器勃起和射精、排汗、血压升降以及血液循环等生理机能。交感神经与副交感神经的功能虽然相反,却又相辅相成,从而作出精密的调节。例如,交感神经使心跳加速,副交感神经则使心跳减慢;交感神经使瞳孔放大,副交感神经则使瞳孔缩小。

每条单独的神经,都由一串带有细长神经纤维的神经细胞(神经元)构成,神经纤维由一层成分复杂的髓鞘包裹。如果髓鞘受到损伤,神经纤维传达信息的功能就会紊乱。神经把信息从脑部传递至身体各部,速度每秒钟可达三百二十八尺(一百米)。感觉神经传达各种生理感觉至脑部,如痛感、触感、冷热感;运动神经则指挥肌肉,作出适当反应,例如感到痛、烫,即行将手缩回。

一般来说,大脑左侧控制身体的右边,右侧控制身体的左边。

神经系统的疾病

控制肌肉的运动神经发生病变,可能引致多种神经系统疾病,例如运动神经活动增加会引起癫痫;脑外伤或脑膜炎会引起抽搐。大脑运动神经中枢的功能严重减退会引起致不省人事。

神经系统疾病的轻重,视乎病源及病人的身心健康情况而定。

最常见的两种毛病,一是昏厥,原因是脑部血液暂时供应不足;另一是精神紧张性头痛。

另一种常见的毛病是神经痛,刺痛感常在面部沿整条神经发作。

其他神经系统疾病,计有多发性硬化,是影响脑和脊髓的一种慢性病;柏金森氏病,即肌肉颤搐;脊柱裂,是脊柱的先天性缺陷。

易患神经系统疾病的人

并非某种特定行业或生活方式的人才特别容易患上这类疾病。但是曾经有

过这类疾病的人则应留意复发的症象，从速医治。

有些病症与遗传有关，如癫痫、肌营养不良，以及某几类运动失调等。

神经系统疾病的主要症状

虚脱。

抽搐。

头痛。

发抖。

不省人事。

头晕。

紧急情况。

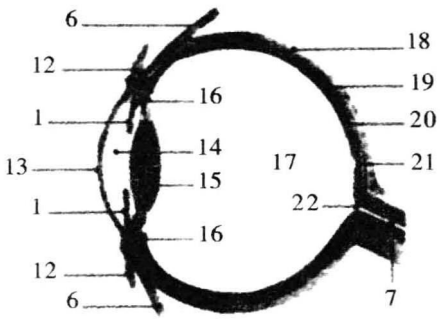
三十岁以上的人若向来无癫痫，突然癫痫发作，可能脑部有肿瘤。

剧烈头痛、颈或背僵痛、呕吐和发高热，可能是脑膜炎的症象。

转动头颈时眩晕或不省人事，可能是中风、短暂的局部脑缺血或脑底颈椎动脉供血不足，表示流到脑基底的血液受到障碍。患者还可能出现手足无力和复视。

眼的构造

1 虹膜
2 瞳孔
3 睫毛
4 泪腺
5 鼻泪管
6 眼肌
7 视神经
8 视束交叉
9 视束
10 视辐射线
11 右视皮质
12 结膜
13 角膜
14 水状液



15 水晶体
16 睫状体
17 玻璃状体液
18 巩膜
19 脉络膜
20 视网膜
21 视网膜黄斑
22 盲点

眼 光线经眼球正面的透明角膜到达水晶体。角膜与水晶体之间充满水状液。瞳孔在虹膜中央。光线强，瞳孔自动缩小；光线弱就自动放大，适当地调节落在视网膜上的光线量。光线通过水晶体在视网膜上聚焦。眼球内部主要是玻璃状体液，眼球的形状基本上由玻璃状体液造成。

视网膜满布特别的细胞（感光受器），将光波转变为神经冲动，经视网膜上另一种细胞，沿视神经传送至视束交叉。

脑部左右两侧，各有特殊的部分，辨识由眼球传入的信息，称为视皮质。左右视皮质，各自接受由双眼传入的部分信息。举例来说，左眼传来的信息在视束交叉处一分为二，一部分随左视束和视辐射线传至左脑，另一部分则传至右脑。右眼的情形也一样。

眼球受周围的眼肌控制而转动。泪腺不断分泌出的泪水，使角膜保持湿润，又经鼻泪管流入鼻腔内。

眼球截面 结膜是贴在眼睑内和眼球表面的一层薄膜。眼球的最外层有巩膜和角膜。中间的一层有脉络膜、虹膜和睫状体。睫状体可以调节水晶体的形状，取得适当的差距。脉络膜包含色素和血管。最内层是视网膜，满布感光细胞。视神经自盲点出眼球伸至脑部。视网膜黄斑是视觉最敏锐的地方。

眼　睛

眼包括眼睑、结膜、角膜、恐膜、瞳孔、虹膜、水晶体、水状液、玻璃状体液、视网膜、脉络膜、视神经等部分。

眼睑有保护眼球的作用。眼瞪内侧由一层满布血管的结膜覆盖着。结膜后面是角膜和恐膜。光线由透明的角膜进入眼睛。

进入眼内的光线量由虹膜中央的瞳孔控制，接着光线就由虹膜后面呈凸透

镜状的水晶体聚集。角膜与水晶体之间充满水状液。

光线由水晶体经玻璃状体液在视网膜上聚焦。玻璃状体液是胶状透明物质，组成眼球的大部分。视网膜是感光神经细胞和神经纤维层，位于眼球的最内层。视网膜和巩膜之间是由血管组成的脉络膜，为视网膜供应养料。

视网膜后面的视神经，将光的信息传送至脑部，由此产生视觉。

眼的疾病

最常见的眼疾是异物入眼。尘埃、内翻的睫毛或小昆虫飞进眼内，都会使眼睛刺痛，甚至红肿。

其次是结膜炎，即覆盖眼白的结膜红肿，并有分泌物排出。

再次是屈光异常，多因光线折射过程出现毛病，以致不能在视网膜上聚集；也可能是因为散光（影像畸变）或近视、远视等。

睑腺炎也是较常见的眼病，又称麦粒肿，即在眼睑边缘出现结脓的硬囊。

不大常见的眼疾有眼睑炎，即眼睑发炎；白内障，即水晶体浑浊，使视觉模糊不清；斜视，即眼睛对不准目标；结膜下出血，即眼白表面呈现红色血斑；飞蚊症，是由于血液流入眼球产生视线出现黑色丝状游移物体的感觉。

易患眼疾的人

斜视儿童。儿童或六个月以上的婴儿如果出现斜视，应及早请眼科医生诊治，否则斜视眼睛的视力会减退，甚至失明。

使用高速电钻或焊枪的工人，如果不佩戴护镜或眼罩，极易使眼睛受伤。

父母兄弟姊妹中有患青光眼的，应定期检查眼睛。青光眼的眼内压力反常增加，可能引致失明。

粮尿病患者治疗不当，可能引致视力衰退。

工作上需要长时间用眼力的人，应注意工作环境的光线是否充足。

眼疾的主要症状

失明及视力衰退。

眼睑不适。

眼痛。

眼睛发红。

紧急情况

异物入眼难以弄出时。

腐蚀性酸或苛性碱烧伤。任何化学物品误入眼中，应即用清水冲洗。

“弧光眼”，受强烈紫外线照射而致眼部严重疼痛，多因在使用氧乙炔焊炬时不佩戴眼罩所造成。

突然性剧烈眼痛。

突然失明。

如何预防眼疾

应遵照医生指示，戴上合适的眼镜或隐形眼镜。要想纠正视力不良，除戴眼镜外别无他不。

未经医生许可，不可用纱布块或眼罩覆盖红肿或疼痛的眼睛，否则会引致感染。

应遵照医生指示使用眼药水、眼膏或药液，不应随意自行购买使用，否则会伤害眼睛。

使用高速电钻、氧乙炔焊炬或凿子时，应戴上护镜。喜欢修理家庭用具或汽车的人，更应紧记。

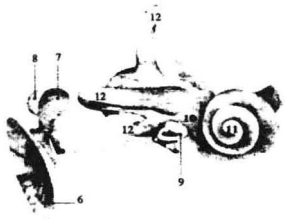
切勿在光线不足的地方阅读或做费眼力的工作。上了年纪的人更应注意。

耳 耳分外耳、中耳和内耳。外耳包括耳廓和外道，声波由外耳道传至鼓膜。自耳孔至鼓膜的长度约为一寸（二十五毫米）。鼓膜的另一边，有一含空气的小腔，名为中耳；中耳位于眼窝之后，深入头颅，四周皆为硬骨组织。耳咽管连接中耳和鼻腔后部的鼻咽，有助调节中耳内的空气压力。声波通过鼓膜由听小骨传至内耳。听小骨三块相连的小骨，即镫骨、砧骨、锥骨。内耳构造复杂，有含液体的空间和迂回曲折的管道，统称迷路。前庭和三条半规管有保持平衡的作用。内耳的另一部分，看起来像个蜗壳，名为耳蜗。耳蜗接受中耳传来的声波刺激，转变为神经冲动传至脑部。

耳的构造（图解）

1 耳廓
2 外耳道
3 中耳
4 内耳
5 耳咽管
6 鼓膜
7 锥骨

8 砧骨(图中所示,与镫骨分离)
9 镫骨
10 前庭
11 耳蜗
12 半规管
13 听神经



声音所经的途径 声波进入外耳道使鼓膜振动。鼓膜所产生的振波,由附着在鼓膜内侧的锥骨接收后,继续传至砧骨及镫骨。镫骨紧贴着内耳的前庭,将振波传至耳蜗中的液体,由耳蜗中的特殊感觉细胞将振波转变为神经冲动,再由听神经传至脑部。

耳 朵

耳分外耳、中耳和内耳三部分。外耳包括耳廓和外耳道;中耳包括鼓膜、听小骨和耳咽管;内耳包括耳蜗及保持平衡的三条半规管。

耳廓收集声波,声波经外耳道到达鼓膜。声波是气压中的轻微波动,可使鼓膜振动。鼓膜要对声音产生反应,中耳内的气压就必须与外耳道的气压相等,而连接中耳和咽喉后部的耳咽管,就有调节气压的功能。有时候我们会有空气在耳咽管内流动的感觉,特别是在飞机升降、爬山或潜水时。这种轻微的"耳塞"感觉,就是调节不平衡气压所致。

耳垢是外耳道的分泌物,可保护外耳道免受细菌感染。外耳道壁的纤毛能将耳垢逐渐推出。耳垢既然有保护外耳道的作用,平时无须特意把耳垢挖出。

耳除了是听觉器官之外,也是保持平衡感觉的器官。内耳有三条充满内淋巴的互通半圆形小管,即半规管。头部转动时,半规管内的内淋巴液产生动摇,刺激特殊感觉细胞,将信号传至脑部。

耳的疾病

年纪大了,听力多少会有点衰退,经常受巨大的声响刺激,听力衰退就特别厉害。全部或部分失聪,可能是先天的,也可能是后天患病所致。声波传达受阻(如外耳道为耳垢堵塞)或听神经传达受阻,都可以造成听觉失灵。

耳很易受细菌感染,引起疼痛,有时情况可能很严重,不可忽视。外耳道受感染可引起外耳炎,中耳则生中耳炎。严重的中耳炎如果扩散至乳突,就引起乳突炎。中耳化脓若不治疗,可能会引起鼓膜穿孔。不过抗生素可能很快就治好

感染。有时外伤也会引起鼓膜穿孔。

耳鸣，即耳内产生各种杂声，可能是多种疾病的症状，必须请医生作详细检查，但不一定能查出原因。

内耳与身体保持平衡的感觉有关，因此半规管有毛病会引起头晕，像梅尼埃尔氏病就是。

易患耳疾的人

儿童。一万名儿童中约有一名是天生耳聋的，称为先天性聋症，可能是部分或一侧听觉失灵，也可能是听觉完全失灵。病因大都不明。但妇女怀孕最初十三个星期感染德国麻疹、患有其他疾病，或孕妇服食某种药物，都有影响。此外异物入耳、中耳炎和乳突炎也很常见。

游泳和潜水的人。水滞留在外耳道，易生外耳炎。

老年人。有些人五十岁就开始听觉衰退。

长期在噪音环境中工作的人，鼓膜易受损伤。

易疾的主要症状

聋。

头晕

耳部疾患，特别是疼痛、流脓、出血、耳鸣。

紧急情况

流脓或出血。

因异物入耳而感疼痛。

长期耳痛不止。

突然丧失听觉。

如何预防耳疾

儿童或成人持续两周听觉失灵，应请医生诊治。

在噪音环境中工作的时候，应该使用耳塞。

未经医生检查，不可自行使用助听器。

切勿自行以硬物掏挖耳垢，以免鼓膜及外耳道受损。

切勿让儿童玩可以塞进耳孔的玩具。

异物入耳，不可自行取出，应请医生治疗。

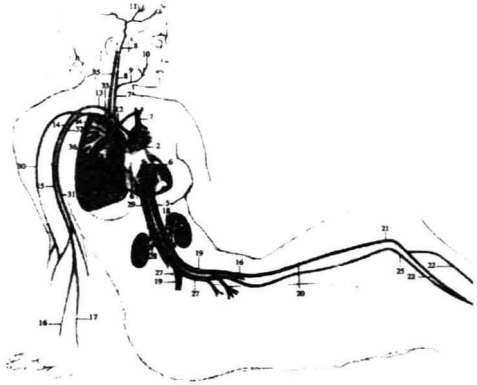
循环系统 心脏是循环系统的中心。心脏肌壁收缩时，心脏右半边将血液

排压到肺动脉干，而心脏的左半边则将血液输入人体最大的动脉——主动脉。肺动脉干内的血液流入肺动脉，来到肺部，排出二氧化碳，吸取氧；含氧的血液自肺部回流入心脏的左边，再经主动脉，输送至遍布人体各部的动脉分支。最后，血液经过人体最细微的血管（微血管），把氧输送至各组织。至于缺氧的血液，就进入细微的静脉分支（小静脉），开始回流，汇集成较大的静脉，经过最大的两条静脉，上腔静脉和下腔静脉，回到心脏右边。心脏右边的血液又受排压至肺动脉，就这样周而复始，循环不息。

循环系统的结构

1 心脏
2 肺动脉干
3 右肺
4 肾脏

图中动脉部分：



5 主动脉
6 冠状动脉
7 劲总动脉
8 劲内动脉
9 劲外动脉
10 颜面动脉
11 大脑动脉
12 头肱动脉
13 锁骨下动脉
14 腋动脉
15 肱动脉
16 桡动脉
17 尺动脉
18 肾动脉
19 髂总动脉
20 股动脉
21 腘动脉
22 胫动脉

23 连接微血管的动脉分支

图中静脉部分：

24 与小静脉连接的静脉分支

25 隐静脉

26 股静脉

27 髂总静脉

28 肾静脉

29 下腔静脉

30 头静脉

31 肱静脉

32 腋静脉

33 锁骨下静脉

34 头肱静脉

35 颈内静脉

36 上腔静脉

循 环 系 统

循环系统由心脏、动脉和静脉的大小血管组成，血液运行其中，来往身体各器官和组织。动脉的高压系统，将血液从心脏挤出送至较大的动脉，再流经动脉分支和微血管。这时血液与微血管壁外的组织液之间就产生气体和化学的交换作用。血液提供氧和其他养料，又将二氧化碳和别的废料由循环系统带走。接着，微血管中的血液进入小静脉，经静脉的低压系统回流至心脏。

血液能够运行至脑、肾等重要器官，全靠动脉中血液的压力，称为血压。血压的高低由下列五个因素决定：心脏的送血量、动脉内的全血液量、血液的黏稠度、动脉的弹性、末梢血管的抗力。

循环系统的疾病

最常见的心脏和循环系统疾病都因血管硬化而起。血管硬化即动脉管壁起变化，妨碍血液运行。如果脑动脉或心脏冠状动脉完全阻塞，会中风或心脏病猝发；部分阻塞则会出现心绞痛、头晕、视力障碍、虚脱等症状。

腿部动脉严重硬化，可因供血不足而出现坏疽。

心脏瓣膜受血液中的细菌或病毒感染发炎，也会妨碍血液流通。有时调节

心节律的机能受到干扰，可引致心跳过速或不规则。这可能是先天的，成年人则可能因控制心跳的神经或血液供应失常所致。

心跳速度和心节律，也受血液中的化学成分影响，如氧、二氧化碳、钙、钠和钾的含量。

一般的疾病和细菌感染，都可影响心肌。心脏和循环系统的功能，往往也受焦虑、恐惧等情绪变化影响。

易患循环系统疾病的人

婴儿。孕妇服用药物（甚至阿斯匹林）、吸烟，以及怀孕初期感染某种疾病，特别是德国麻疹，都可使婴儿患上先天性心脏病。

吸烟者。吸烟危害全身动脉血管，更危害心脏冠状动脉。

中年人和老年人。人体其他部位的疾病也会影响心脏。严重的肺部疾病，如慢性支气管炎，以及阻塞气管的毛病都增加心脏的负担。

循环系统疾病的症状

症状分类

呼吸困难，特别是气促。

胸痛。

四肢或全身发冷。

虚脱或昏厥。

皮肤、口唇发绀。

疲倦。

心律紊乱，如快慢不均、间歇停顿等。

踝部肿胀。

紧急情况

心脏和循环系统的紧急病变，应立即请医生诊治，但在医生到来之前，可先进行急救。

让呼吸急促或心绞痛的人坐起来，不可躺着。

应使不省人事，但仍然有呼吸的人侧卧，切勿仰卧。

应立即为不省人事和停止呼吸的人施行人工呼吸和心脏按摩。

如何预防循环系统疾病

保持适中的体重。

多作运动。

饮食有度。

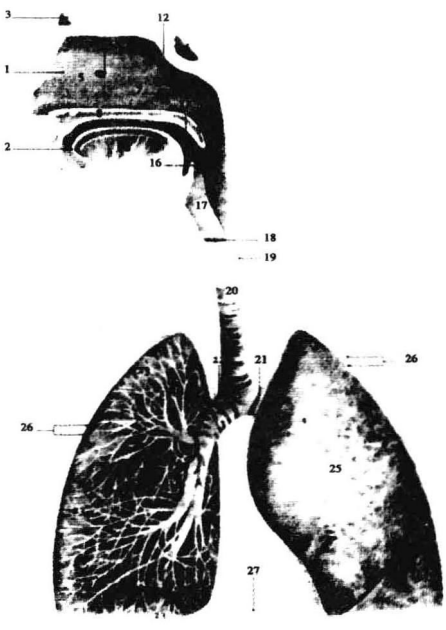
切勿吸烟。吸烟危害心脏和动脉，孕妇吸烟则影响胎儿。

人体各系统

呼吸系统 空气经鼻腔进入上呼吸道，鼻腔中的黏膜使空气湿润暖和，而鼻腔分泌的黏液黏住空气中的尘埃、细菌等异物，使空气洁净。左右鼻腔各有与鼻窦相通的管道。如果鼻塞，就可以用口呼吸。咽部两旁有扁桃体（又称扁桃腺），鼻腔后部则有腺样增殖体。这两种组织都可以产生抵抗感染的抗体。鼻腔后部另有连接中耳的耳咽管（欧氏管）。

洁净的空气经咽，再经会厌，进入喉腔。会厌是一个小活瓣，可防止食物进入气管。声带在喉腔内，由肺呼出的空气经过收紧的声带就能发声。空气经喉腔进入气管；气管下端分成左右两条支气管，各与左右两肺相连。支气管再分出许多树枝状的细支气管，接着越分越细，最后与由薄膜组成的肺泡相连。在肺泡裹，空气中所含的氧传送给肺部最细微血管中的红血球，而红血球则放出二氧化碳。

湿润的胸膜包裹着左、右肺，使在胸腔内能自由活动以发挥正常的功能。吸气时，位于肺部之下的横隔膜收缩，增加胸腔的空间，可让肺部扩张。



呼吸系统的结构

1 鼻
2 口腔
3 额窦
4 蝶窦
5 鼻腔
6 上颌窦开口
7 耳咽管开口
8 硬腭
9 软腭
10 舌

11 扁桃体(扁桃腺)
12 腺样增殖体
13 鼻咽
14 口咽
15 喉咽
16 会厌
17 喉腔
18 声带
19 食道
20 气管
21 左支气管
22 右支气管
23 细支气管
24 右肺
25 左肺
26 胸膜
27 横膈膜

呼 吸 系 统

呼吸系统由人体与呼吸有关的各器官组成,包括鼻、口、咽、喉、气管、支气管等,统称呼吸道。呼吸道通至肺部,氧由肺部进入血管,二氧化碳由肺部排出。

呼吸道不仅是空气流通的管道,同时还有过滤空气的功能。因此伤风、流鼻涕、喉痛很常见。鼻和喉先将对人体有害的细菌拦截,使感染局限于鼻和喉,不致侵入肺部引起肺炎等重病。

呼吸系统的疾病

呼吸系统的疾病,在许多医生的病案中占百分之二十五以上。

侵害呼吸系统的细菌或病毒,大约有二百种之多,根本不可能也无必要分类列出来,因此有关呼吸系统的疾病多以部位命名,如扁桃体炎、支气管炎等等。大部分呼吸器官的疾病,治疗方法简单,通常在五天内可以痊愈。如果五天后病况未见好转,那就可能是转严重的疾病,不可忽视。

呼吸系统特别容易出现过敏,因为过敏性物质最容易进入呼吸道。如果因

过敏反应而鼻塞，经口吸入的空气缺少了鼻腔的过滤过程，带着过敏性物质直接进入气管和肺部，就会引起黏膜发炎、哮喘、呼吸困难及其他疾病。

口腔和喉部的良性及恶性肿瘤虽然罕见，肺癌则甚普遍，以英国为例，每一百人死亡就有六人死于肺癌。吸烟者患肺癌的数目，比不吸烟者多十五倍。

易患呼吸系统疾病的人

未满六个月的婴儿。

未满三岁的儿童，特别是有发热、食欲不振等症状或患病时。

年老体弱的人，易患急性支气管炎或肺炎。

曾患慢性支气管炎或哮喘的人。

任何患有其他慢性疾病的人。

吸烟者。

呼吸系统疾病的主要症状

痰中带血。

呼吸困难。

流鼻涕。

胸痛，深呼吸时疼痛加剧。

咳嗽。

聋嘶。

喉痛。

紧急情况

咧塞。应立即请医生诊治。如果情况危急，可先设法清除哽塞物。切勿把手指伸入喉部或刺激咽喉，使哽塞的人呕吐。

幼童患病发热时，如果呼吸困难（会厌炎），未能用口吸入蒸汽使病情减轻，应立即请医生治疗。

严重的鼻出血。

如何预防及治疗呼吸系统疾病

切勿吸烟。

老年人冬季应注意保暖，患病时要预防体温过低。

因呼吸器官感染而发热的患者，应注意散热，尤其孩童更应注意。室内温度保持在华氏五十至六十四度（摄氏十五至十八度之间。不宜穿得太多，盖得太

多;应多喝开水,并依照医生指定的用量服食退热药物,如阿斯争林。

病愈之初,不可马上作剧烈运动或劳累的工作,否则感染可能会传至肺部。

如无医生处方,不可自行使用滴鼻液或喷鼻剂通鼻塞。

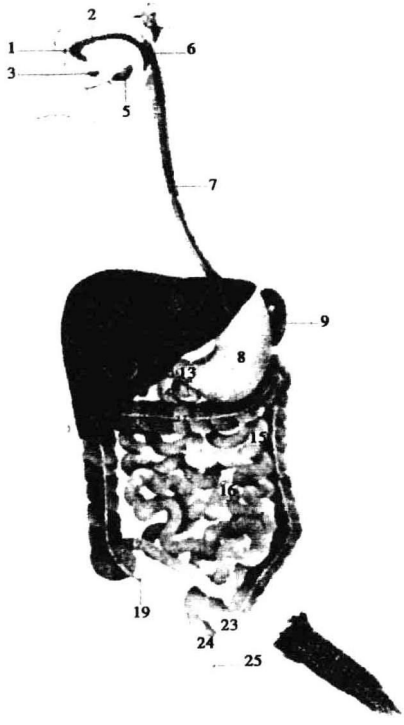
不可给幼童吃花生,或让幼童玩小圆珠等物件,以免误入气管引致哽塞。

消化系统 了解消化系统的最简单方法,是依照食物入口后所经的途径逐部辨识。咽下的一口食物,可能是固体,可能是液体,也可能是二者的混合物。食物进入口腔,牙齿就把它咀嚼碎烂,含有酵素的唾液与嚼烂的食物混合,就开始消化过程的第一阶段。唾液由唾液腺分泌出来,主要的唾液腺有舌下腺、腮腺和颌下腺;此外还有无数小唾液腺分布于两颊。混合了唾液的食物,经咽和食道进入胃部,并无多大改变。但食物在胃中,受胃酸及胃壁分泌的酵素作用,就变成半液体物质,称为食糜。然后进入第一段小肠,即十二指肠。在十二指肠中,由胰腺分泌更多的酵素加上肝脏分泌的胆液,进一步将食物消化。胆囊贮存胆液,作用是将胆液经绕过胰腺后面的总胆管送入十二指肠。接着食糜进入第二段小肠,即空肠,再进入回肠。在空肠和回肠里,食物中大部分营养被吸进静脉血管,再输入肝脏作进一步的变化。肝脏也接受腹腔其他器官输来的血液,比如脾脏。部分脾脏位于胃后面的左侧。这时的混合物已不含养料,经阑尾根部之上的回盲瓣,进入盲肠、升结肠、横结肠、降结肠和乙状结肠。在这段过程中,食物渣滓中的水分逐渐被吸收,然后经直肠和肛管排出体外。

消化系统的结构

1 牙齿
2 口
3 舌下腺
4 腮腺
5 颌下腺
6 咽
7 食道
8 胃
9 脾脏
10 肝脏
11 总胆管
12 胆囊

13 胰腺
14 十二指肠
15 空肠
16 回肠
17 回盲瓣
18 盲肠
19 阑尾
20 升结肠
21 横结肠
22 降结肠
23 乙状结肠
24 直肠
25 肛管



消化系统

消化系统包括从口腔至肛门的消化道，加上胰脏、肝脏、胆囊等。

食物在消化道中被分解，所含的糖类、脂肪、蛋白质、矿物质、维生素和水分，由血液吸收，为身体各部提供养料。

由肛门排出体外的粪便，全是食物中对人体无用的成分，主要是纤维质和肠中有助消化的细菌。虽然食物中某些物质对人体并无营养价值，但也起着相当重要的作用。例如纤维质有助排泄，也许能预防肠憩室疾病、结肠癌、直肠癌等。

消化系统的疾病

消化道能接受大部分物质通过，但对带病菌的食物、毒物和刺激性食物则有强烈的反应，会引起呕吐或腹泻。消化道许多小毛病，如消化不良、胃炎、肠炎、食物中毒、胆石等，皆因不小心饮食而起。由于消化过程阻碍轻微操伤和发炎的痊愈，常引致病变加重而持久，例如胃溃疡、十二指肠溃疡、食道溃疡、胰炎等。

然而消化系统的疾病，多半受多种因素同时影响。因此，遗传、饮食、感染、免疫反应和机能障碍，都可以是某一种消化系统疾病的成因。

易患消化系统疾病的人

婴儿和老年人，易因胃肠炎而失水过多。

家庭成员中有患十二指肠溃疡和结肠息肉病的人。

肥胖妇女，易生胆石。

精神紧张的人，易患十二指肠溃疡，还可能易患结肠炎。

消化系统疾病的主要症状

腹痛。

食欲不振。

呕血或排出物带血。

便秘。

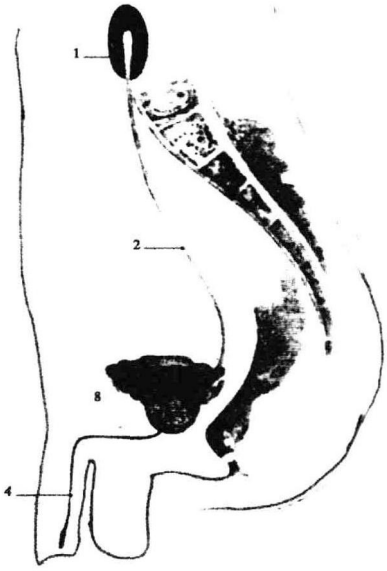
腹泻。

消化不良。

呕吐或恶心。

体重减轻。

黄疸。



紧急情况

大量呕血或便血。

严重或持续呕吐，更兼腹痛和腹泻。

严重腹泻，更兼呕吐或出血。

严重腹痛，以致患者极度衰弱。

不能推回原位的疝，并有剧痛和触痛。

婴儿或老年人因呕吐或腹泻而极度衰弱。

如何预防消化系统的疾病

多吃纤维质丰富的食物，如蔬菜、水果、全麦面包等。

饮食有度，不可暴饮暴食。

教导儿童注意饮食清洁卫生。

鱼、肉、乳酪等熟食放在室温（温度华氏六十五至七十度，摄氏十八至二十一度）中超过八小时，不宜进食。

熟肉冷藏后再吃应先煮得热透，否则宁可冷吃，不应稍微加热。

便秘时不可勉强排便，尤其不应强迫小孩排便。

留意体重，不宜过胖。

泌尿系统 尿液由两个肾脏产生。左右肾脏各约含有一百万个肾小球；肾小球是一簇微血管，有过滤血液的作用。血液经肾小球过滤后称为滤液，流经肾脏内的无数肾小管。肾小管的功能是再吸收滤液中的水分和改变其化学成分，达致人体所需的化学平衡。剩余的滤液离开脏脏进入腹腔输尿管上端膨大部分时，分量已大减，内含废料，称为尿液。

输尿管由肾脏往下伸，直至骨盆后，与膀胱的背面连接。膀胱在骨盆内，前面是耻骨联合，后面在女性是子宫，在男性则是直肠。尿液可暂时储存膀胱内，最后由与膀胱相连的尿道排出体外。女性的尿道甚短，开口就在阴道口之上；男性的尿道则长得多，开始的部分由前列腺包围，然后进入阴茎，开口在阴茎终端。男性的尿道具双重作用，除了排尿之外，还可以射精。

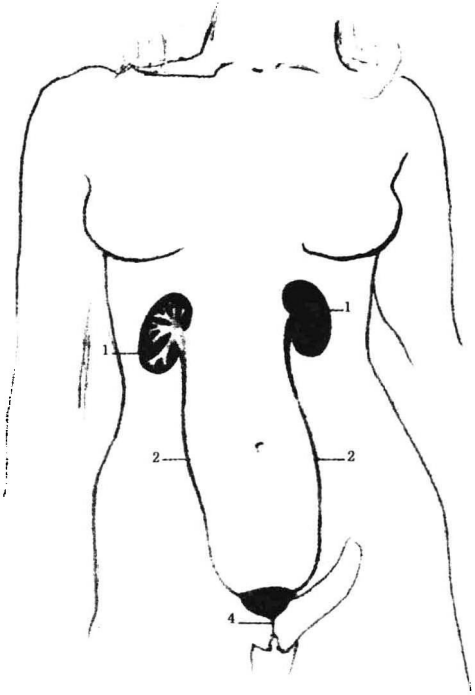
泌尿系统的结构

女性（正面图）

1 肾脏
2 输尿管
3 膀胱
4 尿道

男性（侧面图）

1 肾脏
2 输尿管
3 膀胱
4 尿道
5 前列腺
6 骶骨
7 直肠
8 耻骨联合



泌尿系统

泌尿系统包括肾脏、输尿管、膀胱和尿道。肾脏的功能是过滤血液，排除废料，调节血液中水分、盐和酸的平衡。人体内的血液每天都流经肾脏许多次，因而得以常保净化。左右两肾几乎都在尽其所能工作，如果因伤病只剩下一个，仍可发挥有效的功能。对人体无用的尿液，自肾脏经输尿管流入膀胱，再经尿道排出体外。人体的排尿量，每天约为两品脱半（一点四公升）。

泌尿系统的疾病

泌尿系统的疾病，在医生的病案中约占百分之六。最常见的泌尿系统疾病，是膀胱或其附近器官受到细菌感染。大部分感染都由大肠杆菌引起。大肠杆在大肠活动，可以经尿道进入膀胱。女性因尿道甚短，较男性易患膀胱炎。

如果尿道狭窄（如前列腺肥大），妨碍排尿，尿液就会停滞在膀胱内。如果受到感染，细菌就会在停滞的尿液中迅速繁殖，使膀胱炎久治不愈，或屡屡复发。

膀胱炎大都不严重，有时甚至可以自行痊愈；但有时情况较为严重，病菌可蔓延至肾脏，引起肾盂肾炎。这种病须用抗生素治疗。

肾炎是肾小球发炎，并非直接受病菌感染所致，而是起因于一种自体免疫病，即人体产生一种侵犯自身组织的抗体。

泌尿系统有一大组罕见的病，称为肾变病和肾变病性症候簇。症状是患者体内的组织肿胀。病因包括患糖尿病，或服食某种药物中毒，如阿斯匹林。

肾病只是泌尿系统疾病的一小部分，却十分重要，不可忽视。由于肾病可导至肾脏机能丧失，患者可能要洗肾，严重的更须换肾。

泌尿系统的肿瘤，以膀胱的最为常见。结石是矿物盐硬块，可于肾或膀胱形成，原因可能是感染，或血液成分不正常，如痛风。

膀胱的排尿功能受神经控制。脑、脊骨，以及直接与膀胱有关的神经分支受到损伤，都会影响膀胱收缩功能，产生排尿困难症状。

易患泌尿系统疾病的人

婴儿及幼童。尿道感染的症状可能不太显著，也许只是面色苍白、体重不增或频频尿床。但由于处于发育期的肾脏特别容易受到损害，如果怀疑儿童尿道感染，应及早请医生诊治。

新婚妇女和孕妇。尿道感染多不大严重，但是如有背痛和发热，应请医生诊

治。

化工业、橡胶或漂染业工人，较一般人容易患上膀胱癌。

高血压或糖尿病患者，容易并发泌尿系统疾病。

卫生情况较差的地区，患泌尿系统结核的人较多。

老年人较易患小便失禁（不能控制排尿）。年老的男性患前列腺肥大症的情形十分普遍，造成泌尿系统的其他毛病，包括小便失禁在内。

泌尿系统疾病的症状

背痛，和由背下部延伸至阴茎或阴囊的疼痛。

面部及四肢肿胀。

排尿灼痛、尿频、血尿或尿液变色。

紧急情况

排尿困难至尿闭。

尿液带血。

腰背部剧痛。

如何预防泌尿系统疾病

保持生殖器官及附近部位清洁。女性大便后应从前方向后方揩擦干净，以免粪便中的大肠杆菌感染尿道，引起膀胱炎。

多喝水，尤以在炎夏为然。

不可服食过量阿斯匹林或其他止痛药，以免损害肾脏机能。

女性生殖系统 女性生殖系统的构造具有产卵、受精以及在受精后孕育胎儿的功能。

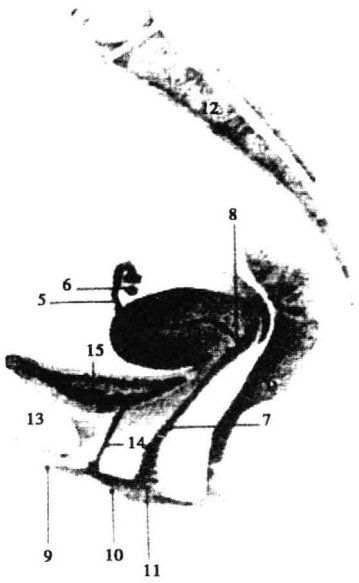
女性到了生育年龄，每个月就有一个卵子自左边或右边的卵巢中排出，经输卵管送至子宫。

性交时，精子经阴道进入女性的内生殖器。在阴道口两旁，有内含脂肪组织的阴唇。阴唇之间的上方有阴蒂。女性初次性交时，在阴道口的小薄膜（处女膜），因阴茎进入而张裂。男性射精后，精子自子宫颈进入子宫，再至输卵管。卵子是在输卵管远端三分之一处受精的。受精卵被排至子宫，植入子宫内膜着床。如果卵子没受精，进入子宫后，就随月经排出体外。

成年妇女的子宫位于骨盆内，膀胱的后上方。怀孕时，子宫因胎儿逐渐生长而增大，几乎可以顶住横膈膜，而乳房部分由于腺组织增殖的影响也逐渐胀大。

分娩后，乳腺分泌乳汁，自乳管送至乳头。

女性生殖系统的结构



1 乳房
2 乳头
3 乳管
4 子宫
5 输卵管
6 卵巢
7 阴道
8 子宫颈
9 阴蒂
10 阴唇
11 处女膜位置
12 骶骨
13 耻骨联合
14 尿道
15 膀胱
16 直肠

女性生殖系统

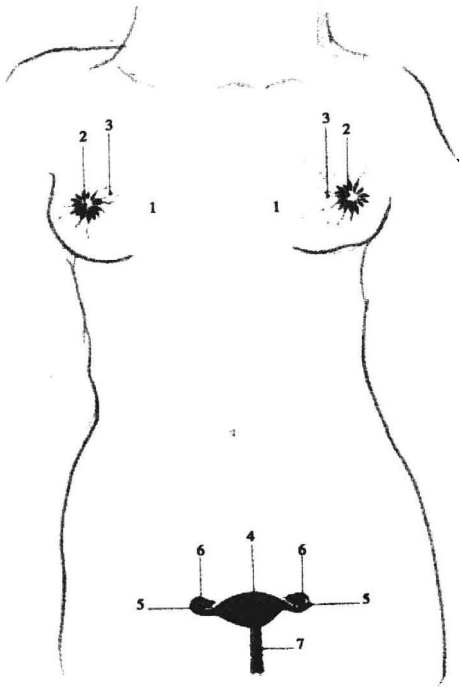
女性生殖系统包括卵巢、输卵管、子宫、阴道、阴唇、乳房以及乳头。

一个女婴诞生前两个月，卵巢共有七百万个细胞。到出生时，细胞数量降至约一百万，至青春期则只剩下三十万。每一个细胞都能发育成为可产生激素和卵子的滤胞。女性自月经初潮至更年期不过三、四十年，通常每月只产卵一个，因此约有四百个细胞发育成卵子，剩下的就逐渐退化变质。

女性青春期生殖器官的发育，主要由雌激素控制。乳房、子宫、阴道和其他与生殖有关的管道逐渐成长，腋毛和阴毛长出，皮下脂肪分布全身，形成女性的体态。

女性生殖系统的疾病

女性月经期的种种不适，如经痛、月经失调、经血过多等，极其常见。即使是



正常的月经，也人人不同。有些人月经周期较短，经血较少；有些人则周期较长，经血较多。但如果突然失常，就应请医生诊治。

阴道是最易受细菌感染的部位，但不少感染可自行痊愈。然而因阴道感染而求医的，在各类病人中约占百分之二点五。

更年期后，阴道壁和外阴（外生殖器）逐渐萎缩变干，可能引致疼痛甚至发炎。外阴的皮肤也许会产生异常的变化。

输卵管也是易受感染的部位，通常是子宫或阴道感染蔓延所致。骨盆范围内的感染，有时称为盆腔炎或输卵管炎。

卵巢中育卵的滤胞，有时可能变成囊肿，俗称水瘤。患有这种囊肿通常多不察觉，直到因别种病施手术时才发现。卵巢囊肿有时会长得很大，使患者感到疼痛。只有极少数的卵巢囊肿是恶性的。

许多妇女在经期前感到乳房胀痛，甚至发觉乳房有压痛的软块。这种情况可能与月经周期的生理变化有关，是正常的现象。但乳癌的初期症状，也是乳房出现小肿块，因此发现乳房有任何肿块，应立即请医生检查。

易患生殖系统疾病的女性

四十岁以上的妇女易患乳癌。

五十岁以上的妇女易患子宫癌。

性交频密的女性，可能易患子宫颈癌。

过胖的女性易患子宫脱出。

女性生殖系统疾病的主要症状

腹痛。

阴道与外阴疾患。

月经异常。

紧急情况

怀孕初期严重下腹痛和虚脱。

怀孕后半期出血。

产后严重出血。

如何预防女性生殖系统疾病

每月自行检查乳房，发现形状改变或有肿块，应立刻请医生诊治。

定期作子宫颈涂片检查，至少每三年一次。

如果易受念珠菌感染，不宜穿过紧的长裤及内裤，或使用阴道除臭剂。服食避孕丸也可能引致念珠菌感染。

大便之后抹净肛门时，应由前向后揩拭。

如果使用月经阴道棉塞，经期结束时，切记将棉塞取出。

妇女以母乳哺养婴儿，应常用橄榄油之类的润滑剂涂抹乳头，保持乳头清洁柔软。

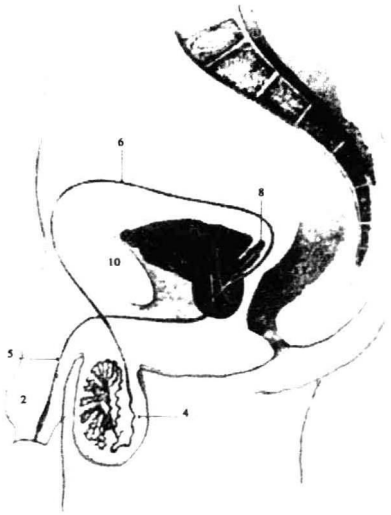
授乳时不可让婴儿吮咬乳头端，应将整个乳头放入婴儿口中，让婴儿咬着乳晕部分。

男性生殖系统 男性制造精子的器官是睾丸，藏在阴囊之内，左右各一。精子在睾丸内形成后，通过一系列细精管，再经称为输精管的管道输出。输精管系于睾丸的上端，形状如绳索。左右两边的输精管，经腹股沟上行，进入腹腔而至

膀胱背后精囊处。精囊是腺体，左右精囊管与输精管相接而成射精管。左右射精管与在膀胱下前列腺内的尿道连接一起。性交时，精液经阴茎中的尿道射入阴道。精液中除精子外，还有精囊和前列腺的分泌物。

男性生殖系统的结构

1 膀胱
2 阴茎
3 睾丸
4 阴囊
5 尿道
6 输精管
7 前列腺
8 精囊
9 骶骨
10 耻骨联合
11 直肠



男性生殖系统

男性生殖器官包括尿道、前列腺、睾丸、阴囊、输精管和阴茎。

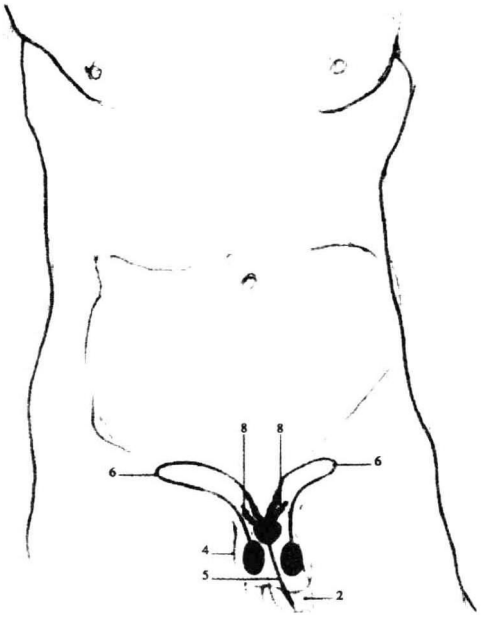
精子是在睾丸内产生的。睾丸是两个椭圆形的器官，藏在阴茎后面的袋形阴囊中。阴囊由皮肤、肌肉层和纤维质组成，保护睾丸。

左右两条输精管，是输送精子至精囊的管道。精囊产生的液体，与精子等混合而成精液。精液的成分中，精囊液占大部分。

前列腺位于膀胱之下，围绕尿道的上端。射精时，前列腺分泌的液体，也是构成精液的成分。

尿道约长八寸(二百毫米)，由膀胱伸出，开口于阴茎的终端。尿道的功能是将膀胱内的尿液和睾丸制造的精子排出体外。

阴茎由海绵状组织构成，尿道的大部分穿过其中。阴茎平时柔软下垂，但海



绵组织一旦充血，就转为坚挺。阴茎前端的膨大部分称为阴茎头（龟头），外面包着包皮。包皮可以割除。

男性生殖系统的疾病

男性生殖系统的疾病，多半与外生殖器有关，症状也因年龄不同而有别。但全都应请医生诊治。

男童常有包皮过紧或过长的毛病，包皮和阴茎头之间也会受感染。

成年男性尿道分泌异常，几乎全部是性传染病所致，特别是淋病。阴毛处长虱，也常由性交传染得来。精液带血可因性交频密而起，但也可能是患上了较严重的疾病，如结核病等。

睾丸肿胀，不论有没有疼痛，都可能因细菌或病毒感染而发炎，有时也可能是睾丸癌。

阴茎痒，多半起因于对避孕药物或内裤质料敏感。

六十岁以上的男性，患前列腺肥大症的现象很普遍。前列腺肥大会阻塞尿道，引起排尿困难、膀胱积尿等症状。

年纪较大的男性，也会染上阴茎头炎，而阴茎头痒或刺痛是糖尿病常见的症

状。阴茎头生疮，则可能是性病或癌症。遇到上述情况，应马上请医生诊治。

任何男性的外生殖器及其附近的皮肤，都可能出现皮疹。但这些皮疹也许是尿布疹、湿疹、癣，或因擦烂或阴虱寄生而起。

易患生殖系统疾病的男性

性交最易染上性病，虽然使用避孕套可减少染病机会，但有些病不经性交也能感染，如单纯疱疹和阴虱，只要与患者有亲密接触即会染上。睡在有阴虱的被褥上会染上阴虱。

男性生殖系统疾病的主要症状

阴茎、包皮及尿道疾患，包括疼痛和红肿。

排尿时有刺痛或排尿困难等。

紧急情况

睾丸扭转。患者多为青少年或儿童，有些婴儿也会患上。

包皮嵌顿，即软垂阴茎的包皮翻上之后，不能退回原位。

如何预防男性生殖系统疾病

经常保持阴茎和包皮清洁。性交频密的男性，应该每日翻阅包皮，用肥皂和温水清洗。

如果乱交，应在性交时使用避孕套，以防染上性病。

一旦发现外生殖器有任何异常症状，应立即请医生诊治。有多个性伴侣尤应特别注意。检查淋病或梅毒的方法，十分简单。

自行检查睾丸中是否有异常的肿块，可及早发现无痛的睾丸癌。检查的方法十分简单，可请教医生。每隔半年应检查一次，可于沐浴后进行。

切勿强行翻开幼童的包皮加以清洗。聚积于阴茎头颈部的乳酪状包皮垢是正常的分泌物，日后自会消失。

皮　肤

皮肤强韧而富弹性，是身体的最外层，具有保护作用，以防受感染和损伤。一般人身上约有皮肤十八平方尺（一点七平方），重量约为九磅（四点一公斤）。皮肤是由表皮（外层细胞）、真皮（含有血管）与皮下组织组成。

真皮的较深层有毛囊，毛发就由毛囊长出。毛发粗细不一，直径由五千分之一寸（零点零零五毫米）的胎毛，至一百二十五分之一寸（零点二毫米）的胡须不

等。长短的差别，则由二十五分之一寸（一毫米）左右，至最长达五尺（一点五米）不等。

各种皮肤病

皮肤除了具备多种重要功能外，还影响一个人的外貌。皮肤和人体其他器官一样，也会生严重的病变，一些较为轻微的毛病，如痤疮、头皮屑、牛皮癣等，也会使患者感到困扰万分。

某些皮肤病可能与遗传有关，如牛皮癣、鱼鳞癣和某几种湿疹。

皮肤与某些物质接触，可能产生异常的反应，如红肿、发痒或起水泡。

皮肤易受感染。单纯疱疹和疣是最常见的病毒感染。脓疱病是常见的细菌感染。真菌感染有足癣和念珠菌感染。

皮肤瘤多是良性的，但也有恶性的。如发现胎斑或痣及其周围的皮肤发生变化，应该请医生诊治。皮肤癌及早医治，大都可以治愈。

最常见的毛发脱落是男性的秃发，多与遗传有关，目前尚难根治。有些女性也有秃发的情形，但大都是暂时性的。女性毛发过多（即多毛症），有时是由于内分泌失调，但通常难以找出原因。

易患皮肤病的人

过敏症与遗传有关。

皮肤白皙、毛色浅淡的人，对阳光较为敏感。

常与化学物品接触的人，比如使用化学清洁剂的家庭妇女，从事漂染、化学、矿物油行业的工人。

皮肤病的主要症状

肿块。

皮疹。

皮肤疾患。

痒。

紧急情况

急性荨麻疹。如果舌与咽喉肿胀，应立即请医生诊治。

烧伤或汤伤。皮肤严重受损或大面积烧伤，不可随便脱去衣物，或自行治疗。应该用洁净干爽的敷料覆盖伤处，立即请医生诊治。

如何预防皮肤病

使用清洁剂、矿物油、颜料及其他化学物品时，应戴上手套。

即使戴了手套，工作完毕后，也应把双手洗干净。

切勿与他人共用毛巾或面巾。

皮肤白皙的人在阳光直射下应戴宽边遮阳帽，穿长袖衣服。

首次作日光浴，不可晒得太久。

皮肤与毛发 皮肤是身体的外层，其厚度不一，由五十分之一寸至五分之一寸（零点五至五毫米）不等。脚底和手掌的皮肤最厚，眼睑的皮肤最薄。

身体各部的皮肤多有汗腺，但数量不一。比如手掌和脚底，每平方寸（六百四十五平方毫米）约有汗腺三千，背部的只有五百。腋窝及阴部有特殊的汗腺。痛感、触感及冷热感，由皮肤中的感觉神经末梢传达至脑部。有些神经末梢形状与功能都很特殊，分布身体不同部位的皮肤。指尖和口唇有极多神经末梢，前臂和腹部的神经末梢则较少。皮肤上的毛发分布，疏密不一，颜色和生长的方式也不同，手掌与脚底则无毛。有些毛发的根部，有皮脂腺，分泌油脂，有保护作用；头皮有许多皮脂腺，面部尤其是鼻子两旁也有许多皮脂腺。

甲是最特殊的表皮，呈半透明状，下面血管密集的组织隐约可见。

身体各部的皮肤

1 足部
2 手部
3 眼睑
4 背部
5 腋窝
6 头发
7 头皮
8 鼻
9 指尖
10 唇
11 前臂
12 腹部
13 甲

骨骼系统 人体的主要骨头共有二百零六块。骨头是由充满矿物质的蛋白

质组成的坚韧组织，因此耐压耐拉，而且颇有弹性。骨头的形状与大小，随年龄的增长而起明显的变化。骨骼的成长决定一个成人的高矮。图中所见是成年人骨骼的主要结构。骨与骨之间以关节相连，关节有不同的形状，活动的方式也不尽相同，以适应各自的特殊功能。例如成年人头颅的关节合为一体，颅骨成一个坚实的外壳，保护脑部。四肢因须作大量活动，骨与骨之间以关节腔分隔。动关节主要由韧带支承，并由肌肉带动。脊柱有保护脊髓的作用。脊神经由脊柱两旁的小孔伸出。椎间盘是连结相邻两椎体的软骨组织，以腰部的为最大。

骨骼系统的结构

1 头颅
2 下颌骨
3 颈椎
4 锁骨
5 肩胛骨
6 肱骨
7 尺骨
8 桡骨
9 腕骨
10 掌骨
11 指骨
12 肋骨
13 胸骨
14 胸椎
15 腰椎
16 髂骨
17 骶骨
18 尾骨
19 股骨
20 胫骨
21 腓骨
22 跗骨
23 距骨

24 趾骨
25 腰椎间盘
26 三角肌

骨骼系统

人体整个骨骼系统，是人体其他部分的支架，并赋予人的体形。骨头还保护人体的重要器官，与肌肉配合作出运动。此外，较不显著的作用是造血，以及储藏和分配人体必要的矿物质，特别是钙质。骨头依形状可分为四类：长骨、短骨、扁骨和不规则骨。

长骨由骨干和两端较大的骨节。骨干是厚壁包着的骨密质管，中间充满黄色的骨髓，两端则由外包一薄层骨密质的海绵骨组成。臂骨、腿骨和肋骨都是长骨。

短骨是盒形结构，外面是一薄层骨密质，里面是海绵骨。手腕和足踝这两个须用力和作有限度运动的部位，就是由短骨构成的。

扁骨的结构与短骨大致相同，比如头颅骨和肩胛骨就是。

不属于长骨、短骨和扁骨的其他骨头，都叫做不规则骨。比如面部骨、脊椎骨等等。

海绵骨含有红色骨髓，可制造血球。儿童的长骨骨干中含有红色骨髓；成人的则有黄色骨髓，只在身体不适时才制造血球。

骨与骨间以关节相连。关节可分三类：不动关节、微动关节和动关节。不动关节以强韧的纤维组织将骨块连成一体，如头颅。微动关节由软骨盘连接骨块，如脊柱。动关节则由纤维囊连接骨块，囊内含滑液，如肘和膝。

骨骼系统的疾病

骨头和关节疼痛僵硬，是颇为常见的成人疾病。

根据一项统计，成年人患上骨关节炎的，为数不少。这种病是由于骨关节之间的软骨组织产生病变而起的。其次是背痛，而一般称为风湿的痛症也是常见的疾病。

易患骨骼系统疾病的人

医院的护士。护士工作时，因经常须弯腰护理病人，易生背痛，但是如果姿势正确，也可以减少患病的机会。

六十五岁以上的人，至少有百分之四十患有风湿或腰背痛。如果不及时治疗，可致患者残废。

煤矿工人、建筑工人等体力劳动者，常因受伤而致容易患上风湿。

骨骼系统疾病的主要症状

身体各部分的疼痛。

僵硬。

肿胀。

紧急情况

如果出现下列症状，应马上请医生诊治，不得延误。

受伤后出现瘀伤、疼痛不止、肿胀、变形等情形，可能是骨折。

关节痛。

背部下方疼痛，痛感延伸至臂部、大腿及小腿部分，可能是患上坐骨神经痛，或其他严重的背部疾病。

颈痛和肩痛。

发育中的儿童，如果四肢或关节剧痛，可能是患上关节炎或骨髓炎。

如何预防骨骼系统疾病

驾驶汽车时应扣上安全带，骑机器脚踏车应戴上安全帽，甚至骑脚踏车也应戴上轻便安全帽。

穿鞋子要舒适，鞋跟不可太高。

巨噬细胞保卫肺组织 大部分侵入人体的病原体，是可以致病的细菌或病毒。入侵物质不论在哪一部位出现，人体抗御机制都会立即起而抵抗。图中放大数千倍的微小白血球，正执行任务。图左下方的圆形入侵颗粒，正遭受一个长

形的巨噬细胞攻击，另一个圆形巨噬细胞在上方巡逻。在肺内，负责清除任务的巨噬细胞会吞噬细菌、花粉、灰尘和烟垢。

淋巴细胞对抗癌细胞 大圆形的淋巴细胞趋向一个入侵的癌细胞，试图把它毁灭。淋巴细胞可以破坏癌细胞的表面，但大概不能把它消灭。癌细胞受袭，产生许多水疱，水疱脱落后黏附在淋巴细胞上，为癌细胞筑成一道保护屏障。

消灭肠内的寄生虫 图示一群嗜曙红（嗜酸性）细胞在围攻一条寄生在肠内的扁虫。这些细胞产生一种化学物质，渗入扁虫体内，把它杀死。

免疫系统

人体免疫系统分布于身体各部分，由移动的白血球和广布于体内的组织淋巴细胞组成，因此是肉眼看不到的。

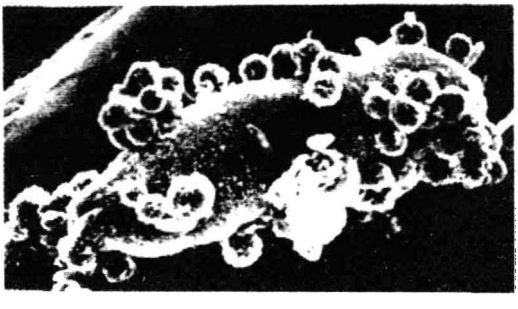
人类知道有免疫力这回事已有千百年之久。比如古代人已观察到天花或麻疹患者痊愈后，不会再感染这两种疾病，甚至在这些传染病流行时，也会安然无恙。

至于充分了解人体的免疫机能，则有赖近世显微镜的发明和分子生物学的研究发展。

免疫育精确地“识别”和“记住”侵入人体的病菌或“异物”的基本分子结构，作出反应，产生特效抗体，精确地与入侵物质的分子结合，中和其毒性或给它打上记号，这样，人体“清道夫”就会辨别出带有抗体的病菌异物，加以清除。

免疫系统中具有抗御功能的细胞，分布于骨髓、血液、脾脏、胸腺（在颈部）以及各淋巴腺（包括扁桃体、腺样增殖体，以及身体的其他淋巴组织）里面。

免疫系统制造的抗体有两种。一种具可溶性，能迅速发挥功能，以亚变种的形式存于血液、黏液类分泌物和其他体液中。另一种附于可移动的细胞（淋巴细



胞)上,必须到达发炎或异物侵入之处才能生效,因此反应较慢。

这两种抗体由两类不同的细胞产生。骨髓细胞(B 细胞)产生可溶性抗体,胸腺细胞(T 细胞)产生附于具抗御功能细胞的抗体。

在对某种入侵物质尚无免疫力的人体内,这两类细胞只有少数经常存在,遇到外来物质立刻与之结合。但这些细胞会分裂繁殖,形成大量完全相同的细胞,专门产生当时所需的抗体。同时又产生一些静止("记忆")细胞,存于身体组织中,以备再受同一种病菌或异物侵袭时,能立即大量繁殖,产生所需的抗体。

抗体可能直接对细菌或病毒起作用,予以消灭,也可能需要其他细胞或体液的活性物质帮助。

免疫系统的疾病

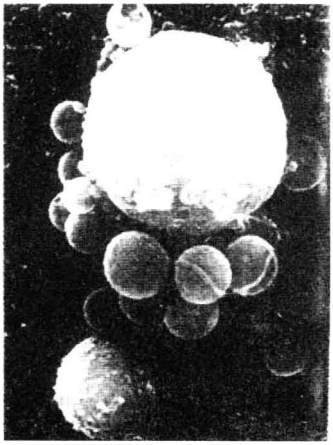
有些人会对灰尘、花粉或某些食物作出反应,产生引起过敏症症状的抗体。

有些人的免疫系统失去了辨别自身物质和外来物质的功能,产生抗体对付自己体内的组织,常引致该部组织慢性发炎。

免疫系统的缺陷可能是先天性或后天性的,大都与遗传有关。有这种缺陷的人会反覆受到细菌或病毒的感染。

保护肠道:在图上可见一些白色的变形细胞正向右下方移动,以消灭在那里可以引起肠道痢疾的细菌,这些变形细胞也可清除碎屑。在图上所见的是一些红血球,没有防御功能。

有些证据显示,健全有效的免疫系统,可能有防御某些癌症的功效。



易患免疫系统疾病的人

新生儿与婴儿。

老年人。

家族有遗传性免疫缺陷的人。

患有慢性病毒感染的人，其免疫功能因而较弱。

因患其他疾病或接受器官移植手术而必须服免疫力抑制药的人。

患有淋巴系统肿瘤的人，如白血病患者。

免疫系统疾病的主要症状

一再受到感染，引致严重腹泻、中耳炎、肺炎、口炎、喉痛，以及皮肤生脓疱。

第三篇 就医问题

医患要互相信任

病人与医生之间若要关系融洽，必须互相信任。病人一定要信任医生，医生也须感觉到病人对他的依赖，而且会听从他的劝告。

病人和医生要建立良好关系，需要时间、谅解，以及对双方面对的种种困难的了解。

病人在见医生之前，通常先要见诊所负责登记的接待人员，因此也应该和他们建立友好关系。

初到医生诊所登记须知

搬到一个新地方居住后，要尽快了解当地有些什么医生，不要等到家里有人病了，才去找医生。临事周章，一时之间找不到自己信任的医生。甚至药石乱投，都可能后患无穷。

搬家前，假如前里有人生病，正在接受治疗，一定要请诊治的医生将病况及病历用书面详细列明，以便交给新医生参考。如果移居外国，更必须把这些资料一并带去，以便新的医生得知详情。

首次到医生诊所办理登记，应尽量将有关资料详细告诉负责登记的人员。不要怕麻烦和觉得浪费时间，因为正确的资料对诊断非常有帮助。每次去看病都先要挂号，所以最好能跟接待人员建立良好关系，这样日后在各方面都会得到他们帮忙。

如果须经多次接触，才能跟新的医生和护士熟络及对他们建立起信心，这是人之常情，不必介怀。

如何选择医生

许多人选择医生时，对自己想要什么样的医生，早有定见。

举例来说，有的人认为医生一定要年轻，一定要是位女医生，或者一定要像自己从前的医生等等。要全部满足这些要求几乎不可能，而且有时或许根本无可选择。除医术高明外，选择医生还有两个重要的准则，就是要能给予病人信心，以及有事时很容易就能找到他。

搬到新地方居住时，应尽可能打听当地有哪些医生，而当地人对这些医生的医术和医德有什么评价。翻查电话簿，到药房询问，也能得到一些资料；还可向邻居和相熟的人打听，了解他们的医生是怎么样的人，诊所在什么地方，要找他看病是否容易，如果医生因事出门，对病人又有些什么妥善安排等等。

打定主意后，便应到心目中的医生诊所了解情况，询问有关诊所的资料，例如医生看病的时间，看病是否需要预约，什么时候打电话预约方便，以及打听清楚诊所有无其他医疗服务，例如产前检查等。为了方便病人，所有开业医生都备有名片，上面列明看病时间，诊所和住所的电话号码，以及医生不在时的联络办法，例如通过电话传呼机等资料。

请医生诊治

不少病人不管病情是否严重，一旦有点小毛病就去看医生，这也是人之常情。医生和护理人员大都十分愿意替患有微恙就担心的人看病，以便防患未然；而且这样总比那些对健康过于自信的人好，因为后者就医时，可能已病情沉重。

病人求诊的原因，可依病情缓急，分成四类：

1　并无紧急事故，仅为向医生报告康复进展，或取药复诊等。

2　病情紧急，比如首次发现可疑的严重微状，或别的理由，急须通知医生，因而提前或立即求诊。

3　家中小孩子或老人病重，无法前往诊所，因而请医生出诊。

4　紧急的严重事故，要求医生立刻放下其诊治工作，前往急救。例如病人遇到极其严重的意外、不省人事或大量出血，以致不能移动等。

医生和负责接待的人员，必须清楚知道病人求诊的原因，但病人往往未能恰当地说出确实的病情，可能夸大了，也可能少说了。

每位医生和每家诊所对这个问题处理方法各有不同，但记住以下各点会有帮助。

非紧急求诊

不管为了什么原因求诊，都要说出下列有关资料：

1 病人的姓名和住址，如果有电话，也要说出电话号码。

2 详细说明哪些部位不舒服，有什么主要症状，以及这些症状出现了多久。病人的一切资料，甚至与病情有关的私事，都须详细地告诉负责登记的护理人员。他们听从医生的吩咐，记录下这些资料，以助医生诊断和治疗。有关病人的资料，医务人员都会绝对保密。

3 病人的年龄，应当告诉医生和护理人员。

4 如果诊所里有多位医生应诊，应指明要看哪一位。

5 说出赴诊时可能遇到的困难，比如交通和看病时间等。

紧急或当天求诊

如果必须尽快或在当天内见到医生，应当清楚说明理由，以及怀疑自己有什么毛病。医生和负责登记预约的人员，对病人的恐惧焦虑，都能充分了解。

出诊

在什么情况之下需要出诊，每位医生的看法不同。不过病人如果病重，不能亲往诊所，医生也许会出诊。有些地方，比如香港，医生大都不愿意出诊，而且收费高昂；有些地方，出诊就很平常。有的医生还认为，倘若对病人背景多作些直接了解，通常有助于治疗。但出诊与否，要视个别医生而定，很难一概而论。相熟的医生，也许方便些，不相熟的，则多视实际情形及病情的轻重缓急而定。

请医生出诊，必须将症状及有关资料准确无误地告诉医生，以便他决定是否需要出诊。因此，打电话请医生出诊，应当事先准备怎样与医生或接电话的护士说得清清楚楚。

一定要亲自打电话求诊，切不可托邻居之类的人转告或留话叫别人代打，因为他们很可能一时大意，把整件事情忘记了，或者对你的说话有所误解，以致延长了求诊的时间，或将不正确的资料告诉了医生，引起危险。

打电话请医生时，应将姓名、地址和电话号码详细告诉医生，并且说明症状持续了多久，以及必须请医生出诊的理由。

急诊

需要请医生急诊与否，病人是不容易判断的。有时病情危急，一望即知，比如病人昏迷不醒，明显地需要立刻请医生来。但有些时候，也许应先打电话把详

情告诉医生，由他决定该如何应付。因此，不论谁打电话请医生急诊，都应该说明下列有关资料：

1 病人的姓名、住址和年龄。

2 紧急事故的实况。

3 紧急事故发生在什么地方，怎样到达那里。

有时医生可能叫救护车去，而不亲自出诊。有些情形下，他会认为病人情况尚佳，可以由人平安送抵诊所；但如有需要时，医生也可能立刻就去看病人。

无须通知医生，也可以直接打紧急求救电话叫救护车。但只能在病人情况确实危急，医院会立刻收容病人时，才可以这么办。

看 医 生

病人时常拿不定主意应该何时才去看医生。他们可能是担心没事找事，添医生麻烦，又生怕见了医生，听到不愿听的话。对这一类顾虑，医生早已是习以为常的了。

医生多半必须知道下列有关的资料：

1 症状什么时候开始。

2 症状在什么部位出现，严重程度如何。

3 有何事物会使病情好转或恶化。

医生也许想知道有关病人本身及其健康状况的更详细资料，特别是病人从前是否住过医院，是否看过别的医生。医生也许还要问到病人父母和家人的健康情况。许多人认为去看医生以前，先把这一类的资料简单扼要地写下来，会颇有帮助。

将这些私人资料告诉医生，不必犹疑，医生会绝对保密的。

检查和说明病情

医生取得所需的病人资料，并对资料进行了分析研究之后，便要为病人检查身体。因此病人去看医生时，最好穿上比较容易脱下的衣服。多数医生在检查完毕以后，会告诉病人患的是什么病，应该如何护理等等。不过有时医生还要把病人送到专科医生处或医院里，做进一步的检查。

在大多数情形下，这种进一步的检查是想查明病人是否患上较严重的疾病。

病人常常埋怨医生不将病情说清楚。医生这么做可能有几个原因：医生也许认为病人已经知道了，或者是医生自己也不能完全确定，仍需观察一个时期，

看病情有什么变化。只有很少数的情况是因为医生怀疑病人患了重病，以致三缄其口，故意隐瞒。如果医生没将病情告诉病人，病人应在医生处方时或采用别的方法诊断前，询问医生到底是怎么一回事。

挂号看病须知

约见医生，要尽可能在诊病时间内办理，而且越早越好。

每当约见时，尽可能通过诊所负责登记和预约的护理人员。

先将要向医生说的话提纲挈领地笔录下来，以免可能遗漏重要的事项。假如医生诊所使用录音电话，这样做就更有帮助。不习惯使用录音电话的人，可以先把电话挂上，把要说的话写下，然后再打过去对录音电话讲话。

如果家里有几个人同时要看病，应该预约不同的时间，这样医生才可以为每一个人准备好病历以作参考。

请医生出诊时，一定要讲清楚如何才可来到你家。假如住的是公寓式大厦，要说明是哪一座哪一层。

打电话约见医生时，不要因想尽早见到医生或为自己的求见找借口，而夸大或掩饰病情。医生还要替别的病人看病，因此很可能要根据你所说的话，作出重大决定。

带家人去看医生

带婴儿去看医生特别困难，因为他们会惊慌害怕，不懂说话，又什么都不明白。诊所的接待人员和护士，对这种情形多已司空见惯，知道该怎么做，也极愿意帮忙，因此不妨请他们协助；事实上，医护人员也想病人全都能顺顺利利地看病，不添麻烦。如果有需要，可请另一位家人陪同前去，以便随时帮忙。

学步年龄的儿童看病，也免不了猜疑和害怕。胁迫他、用糖果玩具哄骗他，说医生可能会弄得他有点不舒服，都只会使事情更糟。即使跟他说医生不会弄痛他，也只会增加他的疑心。因此父母最好实事求是，把看医生这件事讲清楚，也许对儿童有所帮助。

至于年龄较大的孩子，如果医生要单独问他问题，父母也不要担心，事后医生通常还要听取父母的说法。带上了年纪的老人家去看病，也会有类似的情形。

医生到病人家中诊病

尽可能让病人单独在安静温暖的房间里休息，以便病人可以脱掉衣服，给医

生检查。把电视机和收音机全部关掉，家里如有猫狗或其他宠物，也应该全部赶出房外。好奇的儿童和前来探访的人，在医生检查时，都不应留在房间里。

打电话请教医生

打电话问症，对病人和医生都十分方便，尤其是在周末或在晚上生了病，不便求诊，打电话就可省却不少麻烦。然而这样做也可能有问题，因为护理病人的工作，要由家人全力承担。因此在打电话前，最好先将要请教医生的问题，列成一表，逐项详询。有时还应该问问医生，如果过了一段时间病情仍不见好转，可不可以再打电话给他，以防万一。

医生证明书

医生签发的疾病证明书或病假信，可供必须上班工作的人士请病假之用。这种证明书的效用，每个地方不同。有些机构和公司为员工购买了医疗保险，那么医生的证明书便可作申领医药费之用。诸如此类的情形，应先查问清楚。医生大都会为病人签发证明书。

再服用同一药方

现代药物的效力很强，因此使用时必须十分小心。某些药物在购买时须出示医生的处方，也就是这个缘故。病人可能会觉得某一种药物对他特别有效，譬如说某种镇静剂，但这并不表示再次服用同样药物是明智之举。

病人常会要求不经医生复诊，而取得上次服用药物的处方，这固然可以节省时间，减少麻烦，但要注意重复处方必须由医生决定，绝不可由病人自作主张。

可能遇到的难题

尽管双方都希望能够和睦相处，但医生和病人之间的关系还是有可能出现问题的。这类人际关系的问题，常常可以解决。以下所列举的，是一些病人和医生间常会出现的困难和问题，可以作为参考。

再作诊断

要求医生对病情再作诊断，有时是很明智的做法，但是作出决定时切不可掉以轻心，因为这表示你不信任医生的原来诊断。经过审慎考虑后，假如决定要那样做，大多数病人觉得带同一位亲戚或朋友赴诊，代他向医生提出询问，会比较方便得体。当然，不管怎么样，病人自己心安总比医生的感受更加重要。

换医生

病人可能不想再看原来的医生，而想另换一位，此中原因甚多：他可能觉得很难约见自己那位医生；别的医生能提供更好的服务，如产前讲习班等；或者跟原来人员合不来；或者为了更加重大的理由，如认为医生不能对症下药，甚至作出错误的诊断等。这种种理由，都会促使病人另觅医生。

在同一诊所内换医生

有些诊所是采用合伙制的，同一诊所内有两位以上的医生应诊。如果不满意原来的那一位，可以向负责登记的人员打听，怎样在诊所内另换一位医生，这应当不会影响到医生与病人之间的关系。

换诊所

在没有生病，无须接受治疗的时候，要换医生是不会有困难的。首先要寻找一位适合的新医生，并且打听清楚，确知其为人及专长，然后决定更换与否。换医生是不必说明理由的。

但假如正在生病，需要接受治疗，换医生就可能要困难些，因为这样做通常表示病人对原来那位医生失去信心。有些情形下，更换医生也许是明智之举，而且每个病人都有这种权利。不过更换医生有些什么不良后果，也应该考虑清楚，不妨先跟亲戚朋友商量一下，再作决定。

选好了新医生，先要去看他，把正在接受治疗的详情告诉他，听听他的意见，还要看看他是否愿意接手治疗。如果一切满意，便要立即通知原来的医生，说自己决定到另一诊所求医，但可以不必说明理由，免致彼此难为情。

诊所的接待人员

诊所内负责替病人登记挂号、预约时间、转达要求的接待人员，职责重大，更有许多工作上的困难。他们必须经常将病人所留下的话，准确无误地尽快转告医生。他们同时还要在医生忙于诊治，无暇一一接听病人电话或抽空先见病人时，和颜悦色地婉转回复病人，以及诚恳体贴地叫病人耐心等候。不过病人往往都很烦躁，稍不称心如意，便动辄错怪接待人员。

病人应当平心静气，设法了解工作人员的处境，并且和他们合作，尽可能坦率、直接、简要地说明要看医生的原因，让他们视实际情形而作出安排。随便使性子是不理智的，而且抱恙在身，也无谓动气。

病人必须谨记：自己的健康和对疾病的忧虑，接待人员是会摆在首要地位

的；至于个人的方便，比如约见医生的时间，或交通上的困难等等，则要考虑到医生是否有空，以及其他病人的情况，从而作出妥善安排。医生并不是只替一个人看病的，为了争取时间而不理别人死活，并且大肆咆哮，除了伤身之外，还表现出自己的自私自利。当然，医务人员都会视乎病人的病情，作出适当处理。

看医生须知

病人应将所有需要医生解答的医疗问题，预先想好或用纸笔一一列明，以免临时遗忘。

病人应向医生说明前来求诊的主要原因。

病人应将心中的疑惧和担忧的事情，全部告诉医生；即使病人自己觉得是多么微不足道的琐碎事情，也不可遗漏，因为这些事情往往非常重要。

病人陈述的资料，要明白确实。不要夸大病情，也无须加以掩饰，一切都应由医生决定重要与否。

病人应随时准备宽衣，以便医生进行检查。病人作好一切准备，会使诊治更为顺利。

病人不必害怕启齿，要是听不懂医生用的医学名词，可以请他用通俗易懂的说法再解释一遍。

如果病人对某种疗法或药物（如青霉素）有过敏反应，一定要告诉医生。

滥用成瘾药物

一般说来，任何服之成瘾的东西就是毒品，但在医学上，绝大多数毒品是可以用来治病的。几乎任何一种可以引起情绪变化的东西，都可为人滥用，而大多数人总难免要服食这一类东西，比如为免打瞌睡，喝杯咖啡提神，以便赶工，整日劳累，来一杯酒松驰一下。然而若非毫无节制，好像酗酒或不停抽烟，倒也不算是成瘾。

说到滥用毒品，一般人想到的是上了海洛因瘾，嗅强力胶，吃迷幻药（麦角副酸二乙胺）或安非他明（苯丙胺），抽大麻等。经常为人滥用的毒品，大致上可以分为五大类：

兴奋剂 使人身心两方面都更活跃，并且能够阻止服食者入睡。兴奋剂有可卡因、安非他明（食欲抑制剂）等。

镇静剂 具有减轻焦虑、减少活动以及使人入睡的作用，服食过量，可以使

人失去知觉或昏迷不省人事。镇静剂包括海洛因、吗啡、巴比妥类安眠药与强效宁神剂等。

迷幻药 可使服食者产生幻觉，进入多姿多采的幻象世界。迷幻药主要是化学制剂，如麦角副酸二乙胺，或是从某些菌类提炼出来的。

大麻 主要具有镇静的功效，但是也能使人产生幻象。吸食大麻，多取大麻的干叶或枝脂。

溶剂 效用难以预料，多数具有镇静作用，但也能使人和引起幻觉。强力强、干洗剂和油漆稀释剂就是其中三个例子。

不少人往往同时服用多种药物，有时是故意这样做，如服食兴奋剂加强迷幻药的幻觉效果，或者用来缓解镇静剂的作用。胡乱混合镇静剂服用，再喝含有酒精的饮料，最为危险，可能迅速醉倒，造成意外，昏迷，甚至死亡。

所有易被滥用的药物都有一个共同点，就是能改变服用者的情绪或知觉，使人觉得较快乐、较轻松，或产生幻觉。初服这些药物的人，要找的正是这种变化。

成瘾的过程

多数年轻人天性好奇，凡是流行或可以到手的毒品，尤其是朋友叫他们尝试的，都想试一试。同伴的压力，生怕别人认为自己是胆小鬼，以及想向权威挑战和抗议的念头，都足以导致他们试吸毒品。冒险的成分对那些为追求刺激而开始吸毒的人，也极具吸引力。

事实上，初次试用毒品，效果可能不如预期那样美妙，甚至令人不快。吸毒后可能感到不适或惊恐，效力过后甚至会觉得很难受。想像中吸毒所得的快感没有了，代之而起的，可能是担心与贩毒和吸毒者搭上关系，害怕受检控或毒品所产生的不良后果。因此大部分年轻人一旦试过，都不愿意再尝试。

可是对某些人来说，不管年龄长幼，毒品似乎可以填补他们生活的空虚。大麻和镇静剂可以缓和焦虑，兴奋剂可以解除自我抑制，迷幻药可以消除无聊。许多人服用毒品，可能只是逢场作戏，与朋友一起松驰一下，或者

是一时兴起的行为，过一段时间就不会再服用。少数常吸毒的人却是丧失自尊，没有朋友，不思进取，对将来毫无美好的展望的。开始时毒品似乎可以弥补这些不足，使他们得以自我陶醉一番。

随后，可能渐渐服用效力更强的配方、更多样化的毒品，服用次数更频、分量更多，作静脉注射最后达到依赖成性、达到不可或缺的地步。

成瘾的过程，吸毒者是完全不察觉的。到少服一次，尝过不吃不行的滋味时，才知成了瘾。那时，身体和大脑已充分适应毒品（通常是海洛因、巴比妥类和酒精等）所产生的化学反应，没有毒品身体就不能发 挥“正常”功能。一、两次不服用就会出现脱瘾征状，令人感到极端不适，有时还可能致死。起初是激动不安，有流鼻涕、伤风之类的症状，很快转为头痛、肌肉痉挛、腹痛和呕吐，有时还会性欲亢进，甚至癫痫发作。服用海洛因成瘾极深的人，这种情况可能持续三昼夜之久。

一旦成瘾就极难戒除，因为瘾君子一方面渴求得到毒品，另一方面害怕脱瘾，还习惯了自己的生活方式，不想改变。他唯一关心的是如何取得更多毒品。许多瘾君子任由毒贩摆布，而非法供应的毒品费用不菲，所以常因弄钱买毒品而犯罪、卖淫、盗窃，还会诱人上瘾，以便为毒贩拉生意。

瘾君子的成瘾经过，并不都是这样的。到中年才成瘾或较晚成瘾的人，就较像年纪中的酒鬼一样，不大会诱别人成瘾或从事犯罪勾当。年纪较大的瘾君子通常较能自制，其中少数更会醒悟，戒除毒瘾。

真正受毒贩引诱而成瘾的人甚少。不过毒瘾会在不知不觉间慢慢形成，等到吸毒者想停止吸毒时才知道已经成瘾。

长期服食安眠药或宁神剂的人，停止服食这些药物后，可能出现脱瘾症状。同样，使用宁神剂或兴奋剂帮助他们度日处事的人，也会发现不服食药物就不能正常工作。所有习惯性使用药物的人，就是生理上不必依靠药物，都会在心理上对药物产生依赖性。

如何识别吸毒者

吸毒初期很难发现，症象多很轻微，吸毒者又会极力掩饰。妄下判断是一件危险的事情，因为看起来像是吸毒的症象，可能引人误解，但是及早作出判断非常重要。如果发现吸毒的证据，不论在任何阶段，都要直接或通过中间人与当事人商谈。中间人可以是他的家人、朋友或专业人员，比如医生、感化官、社会工作者等。

行为 吸毒者的初期症象通常是行为上的改变。在交朋友、对事对人的态度、衣着习惯、情绪心境、兴趣爱好、守时习惯，以及学习与工作表现等方面的改变，都可能显示一个人染上了这种不良习惯。

实物线索 药片、胶囊、药粉、种子、棕绿色“烟叶”或长得像大麻的植物、皮下注射器和自制香烟烟蒂，都是服用毒品的证据。可是，有时吸毒者以为是毒品的东西，未必是毒品，因为供应毒品的人有时会用枯枝干叶冒充大麻，用普通药片冒充兴奋剂或镇静剂，赚取较高的利润。

大麻草药燃烧冒出的烟有香气，有一点像篝火的味儿，可能依附在毛线衫和窗帘上，在不通风的房间内历久不散。

健康与外表 兴奋剂效力消失后，服食者除了感到不适及情绪低落之外，还可能会干咳，唇上轻微脱皮，以及觉得口渴。

滥用镇静剂可能导致脚步不稳，身体震颤，精神混乱，甚至昏迷。镇静剂中毒，往往很像醉酒。海洛因与吗啡除具镇定效果外，还会使眼睛的瞳孔缩成针头那样大小。

吸大麻后，人会变得懒懒散散和欲睡。有时眼睛发红，食欲增加。

服过迷幻药的人，看来好像迷迷惘惘的，或傻笑不已，自我陶醉，旁若无人。服食迷幻药的人，一般都能多多少少控制自己的行动，不加留心观察，很难知道服药者已进入幻觉的世界。至于服食迷幻药后产生可怕幻觉的人，看来就像做噩梦梦见妖魔鬼怪一样。

晚期证据 肘弯内侧如果针痕累累，就是自己注射毒品的证明，表示这个人毒瘾甚深。

一般说来，滥用毒品的人，逐渐会变为难以依赖，而且非常懒散。他可能废然忘我，不思饮食，看起来精神恍惚，行藏闪缩，遮遮掩掩的。

这一阶段的犯罪行为，往往是盗窃或以不正当手段弄钱购买毒品。

治疗与复康

要帮助滥用药物的人不致成瘾，最重要的是早作诊断。在尝试和偶尔滥用的阶段，吸毒的人往往可以自我纠正，或借一些简单的方法戒除陋习，比如与别人作坦白的商谈，结交新朋友，搬到别处居住，改换工作环境。滥用药物的时间越长，毒瘾便越深，治疗也就越难。同时，治疗工作必须交由专家处理。

要一个生理上依靠毒品的人骤然彻底戒毒，会使他极度不适，还可能引发危险的脱瘾症状。没有医生的指导，绝对不应强迫吸毒者戒毒。但对少数诚心戒

毒的瘾君子，可以让他逐步减少吸毒，以免引起太大的痛苦。

不管毒品是否能在生理上使人成瘾，心理上依靠毒品，始终是治疗工作的难题。惯常吸毒是一种征兆，表示吸毒者在开始吸毒前已经大有问题，吸毒是为了满足某种需要。因此光是停止吸毒并不足够。他会觉得没有毒品就活不下去，所以只有帮助他恢复自尊，采取积极的人生观，才能消除他对毒品的渴求，防止他再次成瘾。

戒毒的决心

要戒除吸毒的恶习，吸毒者一定要诚心希望自己能成功地戒除毒瘾。不幸的是，瘾君子多半只在找不到毒品，或吸毒致病时，才向人求助，度过了身处的困境后，又故态复萌。

此外，目前用以戒毒的药物治疗或心理治疗方法，成功率并不高。如果瘾君子营养不良、贫血、身体不适或患有精神病，只要肯合作，可以用药物治疗或做心理治疗。但医治毒瘾，通常是用也能成瘾但危害较小的药物，不过剂量有限，由医生指定。

少数到诊所求助的海洛因瘾君子，通常获配定量的美沙酮。美沙酮是代替海洛因的一种合成制剂，长期服食也能成瘾，但对健康危害较小，可以口服，而且可每隔二十四小时服一次，不像海洛因那样要每隔八小时服一次。因此，瘾君子仍可工作，过较正常的生活，不需去寻找毒品。不幸的是，服食美沙酮戒毒很难使人戒绝毒瘾，还可能使人永远依赖药物。

因此，最好的办法还是尽早识别年轻的吸毒者，在还没有成瘾时即予治疗。如需作药物治疗或心理治疗，可先去看医生，他可能介绍吸毒者去看专科医生或向当地的戒毒机构求助。

吸毒的方式

毒品的效应和作用的快慢，因服用的方式而异。服用方式通常有下列三种：

吞服 镇静剂、兴奋剂和麦角副酸二乙胺之类的迷幻药，多半制成药丸或胶囊剂，供人吞服。服后约需半小时或更久，才为胃吸收，但不一定全部吸收。毒品被胃吸收后，首先进入肝脏，可能在那里起化学变化，然后输往身体其他部分。这个延缓过程具有安全机制作用，但危险依然存在，因为可能仍有少许毒品留在胃里尚待吸收，这些过量的毒品，可能导致昏迷，甚至死亡。因此一旦怀疑某人还有酒精或毒品留在胃里，未被吸收，就应当赶快送往医院洗胃。

嗅和吸 通过鼻和肺吸入毒品，一般比吞服吸收得多，因毒品不必经肝脏，

便直接进入血流。可卡因粉通常用鼻吸入，安非他明有时用鼻吸入。溶剂可以嗅，也可以吸；不过吸食仍是把毒品吸入肺里最常见的方法，不管是烟草、大麻，还是鸦片。以这种方式吸毒，几乎立即会产生作用。

注射 注射毒品有两种方式：皮下注射和静脉注射。海洛因瘾君子往往先用皮下注射，但大多数不久就转作静脉注射。巴比妥类药物、吗啡、可卡因和安非他明，也都可以注射。

直接将毒品注入血液里，通常效力最强，因为整份剂量立即发挥作用。有些毒品吞服对健康危害不大，比如安非他明，如果注射则成瘾的可能对身体的损害，至少与海洛因不相上下。

因此，把毒品分成“硬性”和“软性”，实在毫无意义，一切视剂量大小和服用方式而定。在变成严重毒瘾的过程中，从吞服进至注射，与改用药力更强的制剂和增加剂量，危害同样大。最危险的是，瘾君子找不到用惯的毒品，就胡乱注射别的毒替代，也不管是否合适。这些代用品包括较适于吸食或口服的不纯海洛因和胶囊装的巴比妥类安眠药粉末，后者只能够部分溶解，而且具腐蚀性，又未经消毒。此外，注射这一类代用品时，瘾君子往往使用不清洁的水，粗心大意，可能导致败血病、传染性肝炎以及其他传染病。注射巴比妥类药物时，如不能注入静脉，会从皮下腐蚀皮肤，造成恶性溃疡。有些瘾君子似乎对注射比对毒品本身还要着迷；假如找不到惯用的毒品，便会注射任何别的东西，甚至注射水和空气。

兴奋剂

被人滥用的兴奋剂，主要是安非他明（及减肥者用以减低食欲的其他药物）、麻黄素、肾上腺素（及其他治哮喘有关药物），以及可卡因（过去用作局部麻醉药）。在极罕见的情况底下，人尽皆知的毒药士的宁，也被滥用；迷幻药麦角副酸二乙胺就可能混有此类成分，只是服用者多无所知。烟草的烟碱、咖啡、茶和可乐饮品的咖啡因，都是足以使人成瘾的兴奋剂。但这些东西通常不归入毒品之列，部分原因大概是已在广泛使用中，而且没有大害。

兴奋剂怎样发生作用 所有兴奋剂都具有类似肾上腺素的作用。肾上腺素是人体的一种激素，具有激发人体迅速行动的功能。兴奋剂能使人较活跃，减轻饥饿感，因为一旦发生紧急事件，进食就变得毫不重要，兴奋剂能使人心情开朗，许多人还会感到性欲亢进。服食者的警觉性会加强，又觉得精力充沛。

所有兴奋剂都能使人成瘾。这主要是因为药力消退后，服食的人会感到非常抑郁和疲倦，因此会再度服食，不仅是为了恢复原先的兴奋，也要用来驱除当

时的抑郁。

服食过量，结果会影响服食者的精神状态。他会对周围发生的事物毫无所知，也不知自己的行为有什么后果。这种精神错乱状态，有时会持续数天之久。因此在兴奋剂刺激之下，服食者可能发生意外事故，走上犯罪之途。青少年罪犯有时就使用兴奋剂来壮胆，以逞一时之勇。

不管是为了减肥，还是滥用，不断服食安非他明，药力不久就会减退；服食者已对这种药产生了所谓"耐受力"，这时可能要进而用较大的剂量，或较频密地服食，很快养成毒瘾。

可卡因是从拉丁美洲安第斯山脉中生长的古柯树树叶提炼出来的。安第斯山脉的土人以嚼古柯树树叶的方式服食，而毒贩却用它制成效力强得多的白色粉末，非法贩卖。可卡因通常都是用鼻吸入的，不过也可以注射。

吸入少量可卡因，跟别的兴奋剂一样，能使人产生舒适快乐的感觉。较大的剂量则有毒性作用，令人兴奋，精神混乱，有时可能引起痉挛，不过这种反应比较少见。

经常使用可卡因，可导致严重的身心失调，不能入睡，食欲不振，以致体重日减，增加暴力倾向，产生幻觉，尤其是触觉幻觉，如感到皮下有蚁虫爬行。长期嗅吸可卡因，可损伤鼻子，减少该处的血液供应。别的器官也会受到伤害，包括脑部。

怎样帮助子女戒毒

家长如怀疑十来岁的子女可能吸毒，不要急急去找医生或报警。除非碰到诸如吸毒过量、昏迷不醒，或服用迷幻药后行为狂乱之类的紧急情况，否则不必立即采取行为。通常有许多因素须加考虑，包括以下各项。

想办法通过一个挚友或近亲，取得子女的信任。

吸毒情况也许并不严重，采取过于严厉的措施，可能使子女更加沉迷。考虑采取行动时，须设法让当事人参与决策。

如要认识毒品的效应或了解吸毒者的抑郁状态，可以先向医生请教。

有些情况也许用不着请教医生。子女吸毒也许只是稍作尝试，且已事过境迁。如果仍然继续下去，也许和某一群朋友有关，让他离家到别处居住一段时间，可能会使他放弃恶习。

在较严重的情形中，吸毒已经成了瘾。如果子女年龄较大，根本很难阻止他

继续吸毒。因此最重要的还是及早发现，同时要在年轻子女染上恶习之前，与他们讨论吸毒的问题。

父母应把子女吸毒一事，看作子女生活出现严重问题的征象。子女吸毒也许是要弥补某些不足，比如缺乏自尊，没有真正的朋友，或在家庭、学校、工作、运动、业余爱好方面不如意。

镇静剂

在所有影响情绪心境的药物当中，以滥用镇静剂的危险性为最大。镇静剂能使服食者在生理上成瘾，服食过量还可以致命。

镇静剂可分为三大类：巴比妥类和其他安眠药及宁神剂；鸦片制剂（海洛因、吗啡、可卡因及美沙酮）；酒精。

镇静剂怎样发生作用 镇静剂有时称“抑制性药物”，作用跟“刺激性药物”（兴奋剂）相反，有宁神松弛的功效。然而，兴奋剂和镇静剂并不能完全互相抵销对方的作用；它们混合而起的麻醉作用是累积性的。若干年前流行的一种毒品制剂，因为兼含巴比妥类镇静剂和安非他明，所以使服用者更容易成瘾。许多人常因焦虑和难以安睡而经常服食安虑药或宁神剂，日久心理上就对它产生依赖。服食者还可能对药物产生耐受力，这样就须服较多剂量，但这还不算是成瘾。虽然依靠这些药物并非善策，但镇静剂确实可助人应付生活方面的压力。事实上，很少有病人因服食医生处方的巴比妥类药物、吗啡或海洛因而变成在生理上依赖这类毒品。

上述三类镇静剂都有很多共同的地方。分量适度能产生松弛作用，消除压力。许多人往往滥用巴比妥类药物和宁神剂，服食较大剂量，以求得到镇静效果，还时常与酒精饮料同服，增强药力。因此，在酒精和药物的双重影响下，往往会在路上或其他地方酿成意外。不慎使用过量而中毒昏迷，也是滥用毒品的主要危险之一。

所有镇静剂都能使人在生理上成瘾，只是程度深浅不同而已。在生理上对药物产生依赖，可在三个星期左右的时间内，以逐步减少服食次数的方法戒除，但须由医生经常监察情况。至于在心理上对药物的依赖，要戒除就没那么容易了。

年轻妇女染上了海洛因瘾，常致月经停止，但少数仍能怀孕。孕妇如上了海洛因或巴比妥类药物瘾，生出来的婴儿也会有这种毒瘾，假如在出生后一两个星期内，不进行逐步脱瘾的治疗，婴儿就很可能夭折。婴儿接受过这种治疗后，发

育一般都不成问题。

滥用海洛因，也有其他危险。比如分量过多引致呼吸衰竭，神志昏迷，又或因使用未经消毒的注射器和针头而招致各种感染。瘾君子共用针头，可传播传染性肝炎，甚至虐疾。有些海洛因瘾君子营养不良，居住环境极差，很难抵抗疾病感染和接受恶劣天气。

如果使用任何镇静剂过量，足以陷入昏迷，不省人事，必须作紧急护理。最重要的是确保昏迷病人的呼吸管道畅通无阻，使他能继续呼吸。如果在静脉注射过海洛因或巴比妥类药物后停止呼吸，就要赶快进行口对口人工呼吸抢救。

镇静剂的服用 巴比妥类药物与其他安眠药和宁神剂，差不多全是化学制剂，通常都是口服药片或彩色胶囊剂。不过有些镇静剂可以注射。

鸦片类制剂有海洛因、吗啡、可卡因、美沙酮，以及哌替啶和镇痛新（戊唑星）之类的强效止痛药。这些毒品中有些仍从罂粟化提炼出来，其他的则是效力相似的合成药物。

海洛因和吗啡，常制成白色、灰白色或米白色粉末，可在水中溶解，用以注射。这一类毒品也可以从鼻吸入，不过效力较弱。

生鸦片一般都用来吸食，但也可以嚼食。有些止咳药水或糖浆和止泻药可能含有鸦片成分。

虽然一般人都认为酒是促进社交的兴奋剂，但其实是一种镇静剂，只在饮者微有酒意之时似有刺激作用，可以帮助他解除约束。

迷幻药

迷幻药主要成分两类：化学合成剂和从植物提炼出来的制剂。

最出名的迷幻药麦角副酸二乙酸是非法制造的，但这种药最初是从长在裸麦和小麦上的菌类麦角提炼得来的。其他用化学合成方法制造的迷幻药有二甲色胺（DMT）、二甲氧基甲基苯异丙胺（STP），和俗称“天使尘”的苯环己哌啶（PCP）等。

主要的天然迷幻药有麦斯卡林（三甲氧苯乙胺），所见的通常都是干芽苞，来自美国西南部和墨西哥的摩根仙人掌；自墨西哥蘑菇提炼出来的裸盖姑素和脱磷酸裸盖菇素。此外，天然迷幻药还有许多种，如生长在英国的“魔菇”。

迷幻药怎样发生作用 所有迷幻药都能产生各种不同的效果，但其中没有一种反应是某一种迷幻药独有的。迷幻药多制成药片或胶囊剂。麦角副酸二乙胺药力特强，可制成微粒大小的丸。

服食迷幻药后，四十分钟内便会产生幻觉，药力可持续几个小时。典型的幻象混杂了光怪陆离的畸变现实形象，色彩鲜艳，瞬息万变，其间更兼有重重梦魇。实际上，这根本就是暂时的精神错乱。

迷幻药产生的幻觉，如果是“良性”的，倒能使服食者觉得兴奋刺激，自以为别有见地，充满创造力，甚至有顿然大悟之感。

“恶性”的幻觉则可能极其恐怖，服食者连番噩梦，终至惊恐莫名，可能需要急救。不过，救护车的闪光信号灯、慌乱的人群，以及人来人往的情景，都能使“恶性”幻觉更加骇人。遇到这种情形，最好把服食者带进宁静幽暗的房间，尝试跟他谈话，使他逐渐安定下来。如要医治，最好请医生到诊。倘若服食者狂性大发，就需要几个人合力把他制伏。幻觉一般不会持续超过四、五小时。过后服食者就会入睡。

服迷幻药最大的危险，就是酿成意外事故，特别是交通意外。有些服食者可能自以为会飞，于是从高楼大厦的窗口跳下；也有些自以为能踏水而行，因而遇溺。

人体很快就对迷幻药产生耐受力，以致迷幻效果一次比一次差。但如果几天不服，耐受力很快就会消失。服迷幻药不会真正成瘾，长期服食后停服也不会出现脱瘾症状。

可是在多次服食进入迷幻境界后，有些服食者可能患上持续的精神病。患过精神不稳定症的人，似乎更容易如此。

有些心理学家认为，迷幻药的影响与精神分裂症有关。服者有时为加强效果，兼服士的宁，结果可能酿成大灾。产生幻觉后几天甚至几星期内，幻觉的片段也许会重现，犹如影片中的倒叙镜头一样。这种情况在吸食大麻后也会出现。足以产生幻觉的麦角副酸二乙胺剂量很少，跟足以致命的剂量相差很大，因此，意外服食过量而致死的危险性不大。

大麻

印度大麻可制成两种大麻制剂：一种用大麻的干叶和干花头；另一种用大麻树脂，是大麻树液粉，比较浓缩。

贩卖大麻的人可把大麻制成惯见的深色纤

细条子私运各地，也有少量是炼成浸膏的。大麻的制剂能在多种油中溶解，比如沙拉油和煮食用的油，可用来滴在纸烟里吸食。大麻制成浸膏后，海关人员和警察难以发现。

大麻怎样发生作用 各种大麻的有效成分都是四氢大麻酚，但药力差别极大。有些用枝叶制成的细条，药力微至几乎没有麻醉作用，而最强效的大麻树脂，其四氢大麻酚含量可能比细条大百余倍。大麻的药力，因制剂和出产地的气候不同而异。

在英国等气候较寒冷的地方，只能种出药力甚微的大麻。这种大麻的药力，跟印度用大麻药制成的最淡制剂相等。大麻制剂中药力最强的，是以纯大麻树脂配制的。一些用花头、花茎、树叶与细枝制成的，其四氢大麻酚含量虽比不上纯大麻树脂制品，也有很强的药力。大麻的产地广布于非洲北部、中东、远东、中美洲和南美洲，毒贩透过多种途径，经海、陆、空把制品偷运至世界各地。

大麻通常用来吸食。吸食者有时把干大麻叶或大麻树脂粉混入香烟叶里，卷成粗大的烟卷，通常足供数人共用，还插上滤嘴，以防大麻烟熏热灼。初试大麻的人，很难估计大麻的药力。有些含四氢大麻酚不多的枝叶制品，会散发辛辣的热烟，而麻醉功效较强的大麻树脂粉，掺在香烟里，抽起来反而比较醇和。

四氢大麻酚吸食时吸收极快，但也有人将大麻制成糖果糕饼进服，这样吸收效果颇难预计，可能要待几个小时才产生作用。由于四氢大麻酚不能在水里溶解，人体难以排出或分解，作用比多数毒品持续较长时间。因此，吸食过一轮大麻后，副作用要好几天才能消散；一再吸食，作用就会逐渐增强。

一般人吸食大麻后，都会松弛下来，懒洋洋的。心情可能变得轻松愉快，越发和蔼可亲，偶尔也会感到恐惧焦虑，时空观念颠倒扭曲。吸食者的反应可能有点迟钝，显得笨手笨脚，通常还会失去现实感，茫然无视现实，孤僻离群，丧失个性。有些初试者，尤其是吸得分量多的，会产生幻觉。吸食大麻树脂所产生的作用，与麦角副酸二乙胺极其相似。

吸食大麻后最大的危险是易生意外，尤其是交通事故，因为吸食者的判断力、反应和驾驶技术都大受影响。吸食大麻后驾车跟酒后驾车同样危险。

吸食大麻不会真正成瘾，不再吸食大麻也不会产生脱瘾症状，但养成习惯后就很难戒除，而且会严重影响工作与学习能力。吸食大麻后恹恹欲睡之感不会加剧至不省人事，但大量吸食可能引起急性神经失常，包括精神混乱，觉得昏昏沉沉，或会作出无理性的行为，遇到这种情形，必须加以制止。这种症状叫做大

麻精神病，可能持续几天，要等四氢大麻酚的作用慢慢消散，才可复元。

经常吸食大麻，会使胃酸减少，还妨碍抗体产生，因而消弱对病菌感染的抵抗力。男性血液所含的性激素睾丸素也会减少。惯常吸食大麻的人，患肺癌和心脏病的可能性，跟经常吸烟的人同样大。

鼻吸溶剂

许多家庭用品，例如清洁剂、胶水、指甲油洗除剂、胶黏剂、油漆稀释液等，都含可供嗅吸的溶剂，包括苯、三氯乙烯和四氯化碳。所有这些产品都散发气味，大多数和酒精相仿，具有镇静作用，也有些具有麻醉作用，不过嗅吸者有时觉得刺激兴奋，偶尔还产生幻觉。

嗅吸溶剂经常引起生理和心理方面的毛病，影响正常生活。不良的副作用包括长期疼痛、复视、耳鸣、麻木和心生骇人的幻象。

不少溶剂其实是致毒剂，不但能使吸者“醉倒”，还会确实破坏身体组织，伤害脑、肝、肾等器官，并妨碍血细胞正常生产。有些溶剂极其危险，其中包括汽油、气雾器的推进剂和灭火器的灭火剂。足以起作用的有效剂量和中毒的分量相差极小，一不小心就要中毒。

鼻吸溶剂是最容易致命的毒品。若把溶剂放入纸袋或塑料袋内，罩着口鼻嗅吸，以求得到最大的功效，则更会有窒息的危险。

嗅吸溶剂日久也能养成恶习，与其他毒瘾一样，难以戒除。

运动员滥用的药物

有些运动员和体育家，为求取得更出色的成绩，往往滥用两种性质完全不同的药物：安非他明之类的兴奋剂，以及促进肌肉发育的类固醇。

兴奋剂能刺激身体，使服食者在服后几小时内能加倍发力，延续体力衰竭的过程。因此这类药物都在快要出场比赛时服食。运动员如果刺激过度，偶尔也会在比赛中死亡。

促进肌肉发育强健的类固醇，作用较慢，可助运动员在数星期或数月的训练期间，逐渐长出强壮的肌肉。因此这种药物要定时服食，在比赛前好一段日子便开始服食，至赛前几天或几个星期停服，以免查验出来。

世界所有认真可靠的体育机构，都禁止运动员使用兴奋剂和类固醇。使用这两种药物，不仅等同作弊，而且还可严重损害运动员的健康。

第四篇 药物常识

成药和医生处方药物的性质及效用简述

用来防治疾病的药片、栓剂、注射液或各种物质，不论是抗生素、止痛剂或其他类型，统称药物。

近百年来，科学家发明了许多化学药品，用以促进人体机能，从而发挥疗效。这些化合物往往药性极强，一方面可以促进某种机能，另一方面却可以干扰另一种机能。因此服用药物时，剂量一定要准确，选择药物的时候又必须权衡其利弊，以免药物的副作用损害人体。病人必须严格遵从医生的指示，按时定量服用。任何人都不应擅自服用医生开给他人的药物。

下面所列的药物，根据其主要作用所在，按人体结构系统分类。此外，每一类药物都编有号码，可按号码查阅适用的药物。比如药物常识 2. 列出用以治疗腹泻的药物；药物常识 20，列出用以刺激神经系统和减低食欲的药物。

详阅下文，即可进一步了解医生处方或药剂师介绍的药物的性质、功效、副作用，以及服用时应该注意的事项。假如医生给你开的药，据下文所述是用来治疗另一种病的，不要以为医生弄错了，应该向医生或药剂师询问究竟。

消 化 系 统

消化系统的药物，按照其治疗效用可分为四大类：治疗消化性溃疡的药物（消化性溃疡是由正常的消化液引起的溃疡，包括十二指肠溃疡、胃溃疡以及食道溃疡）；止泻药；治疗便秘的药；医治大肠、直肠和肛门疾患的药。

1 治二十指肠、胃和食道溃疡的药物

解酸剂

这一类药物中和在正常消化过程中由胃壁分泌出来的胃酸，即盐酸，以免胃酸再刺激溃疡，从而帮助溃疡痊愈。解酸剂有许多种，种种都很有效，患者一般各自习惯服用某一种。

常用制剂举例

各种氢氧化铝的混合制剂；

三硅酸镁；各种铋剂；碳酸氢钠（俗称小苏打）；各种起沫剂。

禁忌与副作用

碳酸氢钠中和胃酸的功效极佳，但不宜多用或长期使用，否则可能影响肾脏。铋剂往往会使粪便呈灰黑色。

购买

不必医生处方，可直接自药房购买。

解痉剂（胃肠）

消化性溃疡会引致胃肠肌痉挛，使患者疼痛不堪，并使胃的出口闭锁，以致溃疡恶化。胃肠用的解痉剂有解除这种痉挛之效。

常用制剂举例

通常包括颠茄类生物碱，如阿托品和东莨菪碱及相关的合成制剂。

许多解痉剂若与解酸剂合用，疗效更佳。

禁忌与副作用

必须按指定剂量服用。有效的剂量只会产生轻微的副作用。

但过量的颠茄、阿托品和类似的化合物是有毒的。

可使服者口干舌燥、心悸、便秘，并造成视觉障碍。

购买

是否需要医生处方，视药力强弱而定。可请药剂师提供意见。

促进溃疡愈合的药物

这是一类新发明的药物，大大改善了最近十年来治疗消化性溃疡的方法。患者服用后，病症消退，不但痊愈率大增，复发的机会也大减。

常用制剂举例

甲腈咪胍；哌吡氮平；生胃酮。

禁忌与副作用

上述制剂都是药力特强的化合物，只适宜短期或在某指定期内服用。这类药物可能会令服者觉得昏昏欲睡、头晕、出皮疹，甚至精神混乱。老人以及患有心脏病或肾病的人服用，更要小心。患哮喘或青光眼的人忌服。

购买

必须有医生处方才能买到。

2 治腹泻的药物

止泻剂

止泻剂可按其效用分为两类:减少水分丧失的制剂,含有白垩、白陶土等;减缓大肠蠕动的制剂,含有可卡因、鸦片等。腹泻通常都不是细菌引起的;不过若怀疑是细菌作祟,即应经医生诊断后服用适当的抗生素或制菌剂,否则可能会使腹泻延续较久。

常用制剂举例

白陶土;白垩;甲基纤维素;磷酸可卡因;鸦片;吗啡。

市面出售的止泻制剂可能混合上述其中几种药,有些还可能含有一种抗生素。

禁忌与副作用

任何腹泻都会导致患者失水,幼儿尤其容易失水过多,因此及早诊治,按医生的指示调理比采用药物治疗更为重要。在大多数腹泄病例中,患者如得到充分的水、休息以及适当的食物,往往比用药物治疗更快痊愈。患有慢性腹泻者若兼不断腹痛,又或慢性腹泻持续达两三星期以上,就应该及早请医生诊治,不要拖延下去。

购买

白陶土类制剂不需要医生处方,可在药房买到。其他制剂或需医生处方,视配方和药力而定。

3 治便秘的药物

治疗便秘的药物,常称作轻泻剂或滑肠药。此类药物可按其作用分类三种:有些可以增多粪便的量,有些刺激大肠蠕动,另一些则软化积存的粪便。

增多粪便量的药物

这一类药物只起间接的作用,但如果有效,是最可取的轻泻剂,对常患便秘和患有憩室炎的人、施过结肠造口术的人,以及许多需要长期治疗的患者,非常有用。

常用制剂举例

麸;甲基纤维素;萍婆及各种类似的制剂。

禁忌与副作用

极少副作用。如果肠道梗塞,不可使用。

购买

不需要医生处方，可以药房买到。

刺激肠道蠕动的药物

这一类药物的作用比较多变化，都不宜长期服用。

常用制剂举例

双醋苯啶；蓖麻油；波希鼠李皮制剂；二羟蒽醌；无花果；酚酞；番泻叶；泻盐（硫酸镁）。

禁忌与副作用

许多此类药物药性极强，服后立刻通便，但事后又可能再便秘，因此用于治疗长期便秘，没多大功效。不过，假如其他轻泻剂无效，就必须用这类药物。最好选用药性较温和的，例如双醋苯啶、二羟蒽醌、酚酞和番泻叶等。患者如觉腹痛，或是肠道梗塞，不可服用。

购买

可在药房买到，不用医生处方。

软化粪便的药物

这一类药物有软化粪便的作用，即使长期服用也很少不良后果。

常用制剂举例

湿润剂；液体石蜡；甘油栓剂。

禁忌与副作用

这类药可从肛门漏出，弄污衣服，引起不适。偶尔可妨碍肠道吸收维生素和其他营养物。应避免长期不断使用液体石蜡。

购买

不需医生处方即可在药房买到。

4 治结肠、直肠和肛门疾患的药物

这一类药物的主要用途，在于治疗溃疡性结肠炎、痔和肛痒，包括灌肠剂、栓剂和油膏，含有消炎止痛的药物、抗生素和类固醇物质。

常用制剂举例

安拿素；苯佐卡因；消毒剂；局部麻醉剂；氢化可的松；氢泼尼松。

禁忌与副作用

必须在医生指导下使用。

购买

这类药物大部分须有医生处方才可购买。

循 环 系 统

用于循环系统的药，效用分六种：一、影响心搏率和心脏节律，以促进心脏机能；

二、促使身体排出水分，以减轻心脏的负荷；

三、降低血压；

四、扩张血管，以增加输入心脏和其他器官的血量；

五、刺激心脏；

六、防止血凝。

5 影响心搏率和心脏节律的药物

减缓心搏率的药物

主要在发生充血性心力衰竭和心房纤维运动等情况下使用。

常用制剂举例

洋地黄；地高辛；异羟基洋地黄毒甙；洋地黄毒甙；毛花甙；乌本甙。

禁忌与副作用

时常引起恶心和呕吐；服后心搏率可能过慢。服用此类制剂时，应严格遵照医生的指示，与医生充分使用。

购买

需要医生处方才买到。

控制心脏节律的药物

这类药物主要用以防治突发的心律紊乱。诸如心房扑动和冠状动脉栓塞后发生的心律紊乱情形，有时是致命的。

常用制剂举例

奎尼丁；双异丙吡胺；阿托品；来多卡因；普鲁卡因醯胺；β－受体阻断剂；钙组断剂。

禁忌与副作用

服用此类药物必须严格遵从医生的指示，与医生充分合作。

购买

需要医生处方才能买到。

β－受体阻断剂

此类药物是近年才面世的新制品，种类繁多，应用极广。除了减缓心搏率和预防心律失常之外，还可用于心绞痛和甲状腺机能亢进症，又能降低血压和减低脉搏数。此外，也用以治疗偏头痛和控制某些情绪紧张的反应。其中一种（噻吗心安）可用于青光眼。基于不大清楚的原因，这类药物对治疗某些精神病也很有帮助。

常用制剂举例

心得安；甲氧乙心安；烯丙心安；烯丙氧心安；心得乐；噻吗心安；心得宁。

禁忌与副作用

若采用这类药物，不可突然停止服用。服用者应严格遵从医生的指示，与医生充分合作。

购买

需要医生处方才能买到。

6 促进水分排出的药物（利尿剂）

此类药物促使肾脏排出贮存在体内的水分，使尿量增加。治疗充血性心力衰竭、高血压，以及因其他疾病引起的水肿，非常有效。

常用制剂举例

苄氟噻嗪，氯噻嗪；双氢氯噻嗪及氨氯吡脒混合制剂；速尿；螺旋内酯甾酮；甲氯噻嗪；环戊氯噻嗪；氯噻酮。

禁忌与副作用

服用这类制剂时，必须兼服钾剂或氨氯吡脒之类的保钾剂。患有糖尿病、痛风或慢性肾病、前列腺疾患和肝病的人应谨慎服用。服用此药必须遵从医生的指示。

购买

需要医生处方才能买到。

7 降低血压的药物（抗高血压剂）

此类药物对心脏和动脉的许多不同部位产生作用，大多数有强烈的副作用，

医生必须小心衡量患者的病情使用。

常用制剂举例

利尿剂；苄氟噻嗪、氯噻嗪、双氢氯噻嗪及氨氯吡脒混合制剂、氯噻酮、甲氯噻嗪；血管扩张剂；肼苯哒嗪、敏乐定；肾上腺素能神经阻断剂；甲基多巴、可乐宁、利血平、胍乙啶、苄胍、异喹胍；β－受体阻断剂；α－受体阻断剂；苯苄胺、酚胺唑啉、美加明、哌唑嗪；钙阻断剂；硝苯吡啶、戊脉安。

禁忌与副作用

抗高血压剂可以引起心悸，使服用者在突然起立坐卧的时候感到头晕，甚至昏厥、情绪抑郁，以及排尿过多。最后一种情形尤其常见于年老的患者。通常只要改变剂量，即可消除这种副作用。事实上，抗高血压剂的副作用变化很大。为了减少这些不良作用，医生往往让患者服用少量多种不同的制剂。一般来说，副作用极少的利尿剂已足够把血压降低。如果用后无效，或须另服效力更强的抗高血压药。服用此类药物的病人必须遵从医生的指示，与医生充分合作。如发现有任何副作用，切勿擅自停止服药，应立即与医生磋商。高血压如果不加以控制，患者中风和罹患心脏病的可能性就会大为提高。

购买

需要医生处方才能买到。

8 扩张动脉以增加血液供应的药物（血管扩张剂）

此类药物在发生心绞痛时，用以扩张冠状动脉，能迅速奏效，消除患者的疼痛，使患者继续正常活动。老年人如因动脉粥样化，全身大小动脉管道变窄，以致供血不足，也可服用这类药物，以助臂、腿和脑的外周血液循环。

常用制剂举例

冠状动脉扩张剂；山梨醇、硝酸甘油、三硝基甲苯、硝苯吡啶、戊脉安；外周血管扩张剂；烟酸、肉桂苯哌嗪、奥比伦、苄唑啉；脑部血管扩张剂；氢麦角碱、环扁桃酯、萘呋胺脂。

禁忌与副作用

此类药物可使用服用者面红、头痛、头晕，甚至昏厥。必须严格遵照医生的指示服用。

购买

需要医生处方才能买到。

9 刺激心脏的药物

此类药物常在急救时使用，例如在进行外科手术时病人心脏衰竭，或病人心跳完全停止，即可用来刺激心脏。

常用制剂举例

肾上腺素类制剂，例如苯肾上腺素等。

禁忌与副作用

必须在医生的监督下使用。

购买

需要医生处方才能买到。

10 防止血液凝固的药物（抗凝血剂）

这类药物用以防止血液在动脉中凝固，或制止已凝固的血块继续扩大，以免血块截断较大范围的血液供应。

常用制剂举例

肝素（又名肝膦脂）；苄丙酮香豆素钠；苄丙酮香豆素；新抗凝；苯茚二酮。

禁忌与副作用

此类药物必须在医生严密监督下使用。注射或服过此类药物的患者，如发现任何异常的出血现象、瘀伤、关节或身体其他部位突然作痛，应立即通知医生。

购买

需要医生处方才能买到。

呼 吸 系 统

除了抗传染药用以影响呼吸系统的机能和治疗呼吸系统疾病的药物可分六大类：扩张支气管的药物；预防哮喘的药物；治疗过敏症的药物；刺激呼吸系统机能的药物；化痰止咳的药物。

11 扩张支气管的药物

哮喘发作的时候，患者的支气管因痉挛而收缩，以致呼吸不畅，肺部胀满。扩张支气管的药物把支气管扩张，使胀满的肺得以适当地排气，使患者迅速恢复正常。这类药物有注射剂、口服剂、喷雾剂和吸入剂几种。

常用制剂举例

最初常用的是肾上腺素和麻黄素。如今常用的更有效药物，有类似肾上腺

素(拟交感神经作用)的制剂,例如舒喘灵、间羟舒喘灵、异丙肾上腺素。其他制剂有氨茶碱、茶碱等等。

禁忌与副作用

这类药物可引心悸,使病人烦躁不安和头晕。病人如患有糖尿病、甲状腺疾病或心脏病,不可使用支气管扩张剂。使用这类药物的大忌是,在哮喘发作时使用过量的吸入剂。

正确来说,吸入剂只需使用一次,即应迅速见效。如吸入一次后无效,必须等待三十分钟才可再收入;二十四小时之内不可吸入超过八次。假使一天要吸入八次以上,应去请教医生。

购买

需要医生处方才能买到。

12 可治哮喘的药物

皮质类固醇

此类药物有助于扩张收缩了的支气管,使肺在哮喘发作时能适当排气。制剂有口服药片、注射剂、喷雾剂和吸入剂。其治疗哮喘的作用未明,主要用于服用其他药物无效的哮喘患者身上。

常用制剂举例

二丙酸氯地米松;氢泼尼松;倍他米松;地塞米松。

禁忌与副作用

任何皮质类固醇都不可长久服用。用后可能声嘶,口部可能会生鹅口疮。必须在医生的监督下服用。

购买

需要医生处方才能买到。

13 预防哮喘的药物

研究人员近年发明了一些可以预防哮喘发作的药物,其作用在于减低气管内膜细胞的敏感性。这类药物可大大减少哮喘发作的次数,不过一旦哮喘发作,就完全没有疗效。儿童服用,预防功效尤其显著,但必须长期使用。制剂有药片和吸入剂两种,售价颇贵。

常用制剂举例

色甘酸钠(只有吸入剂);色地廷。

禁忌与副作用

此类药物偶尔会引起支气管痉挛、咳嗽和喉部不适。如要停止服用，必须先请教医生。切忌突然停用。这一类药物不可在急性哮喘发作时使用。

购买

需要医生处方才能买到。

14 抗过敏症的药物

（抗组织胺剂）

人体组织与过敏原（引起过敏反应的物质）接触，产生组织胺，即引起各种过敏症状。这种药物的功效在于中和组织胺。

常用制剂举例

许多马来酸盐化合物（如吡啶马来酸盐）；异丙嗪；苯海拉明；苯内烯啶；右旋氯苯吡胺；抗感明；二苯环庚啶等。许多防晕船或晕车的药物都含有抗组织胺剂。

禁忌与副作用

服用抗组织胺剂常会使人觉得昏昏欲睡；与安眠药合用可增强安眠药的功效；服用这类药物后喝酒，则更易醉。如要驾车和操作机械，就不宜服用，以免因神志不清而发生意外。许多种治疗伤风咳嗽和晕动的混合制剂都含有此类药物，因而可能使服用者精神不振。

购买

不需医生处方，可到药房购买。

15 刺激呼吸机能的药物

此类药物只用于急救，以刺激伤患者的呼吸机能。这一类危急情况包括使用了过量麻醉药、服食过量药物自杀、窒息，以及初生婴儿无呼吸或呼吸微弱等情形。除了给予这类药物之外，医生还可让伤患者吸氧。

常用制剂举例

尼可刹米（可拉明）；美解眠。

16 止咳的药物

医生有时不大愿意给病人服食止咳药，因为咳嗽是一种自然的生理反应，能起保护作用，防止含有大量细菌的痰和其他异物通过呼吸系统落入肺部深处。不过市面有大量止咳药出售，购买并不需要医生处方。病人服食这类药物实际

上并没多大好处。

常用制剂举例

可待因混合剂；吗啉乙吗啡、司咳平和类似的可待因化合物；许多含有糖浆或甘油的甜浆剂。此外，药房出售的许多止咳制剂都含有支气管扩张剂和苯海拉明之类的抗组织胺药物。

禁忌与副作用

服用过多止咳药可能会使患者昏昏欲睡，并容易引起便秘，尤其不适用于婴儿。

购买

可往药房请教药剂师。

神 经 系 统

用于神经系统的药物很多。有些极有功效，有些虽有功效，但也产生不良的副作用，使用时必须小心衡量其利弊。

用于神经系统的药物，共有八种不同的功用：治失眠和抗焦虑；治精神分裂症和类似的严重精神病；抗忧郁；刺激神经系统和抑制食欲；消除恶心和头晕；镇痛；预防抽搐；抗肌肉僵使和震颤。

17 治失眠和抗焦虑的药物

安眠药

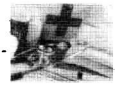
此类药物用于难以入睡的人。服用较轻的剂量，则可定神，减少焦虑。

常用制剂举例

现在一般使用的安眠药，有苯二氮草类制剂（如苯甲二氮草）和各种氯醛衍生物（如三氯乙磷酸）。若是儿童，则采用各种抗组织胺剂。至于从前常用的巴比妥类和若干相关的安眠药，由于容易上瘾和服用过量以致中毒，现已不用。

禁忌与副作用

可能的话，任何安眠药都不可长期服用。服用两三晚之后，最初的效用或会消减，这时服用者可能很想继续或加重剂量服用。不过，应避免这样做，因为这种情形表示服用者已有上瘾的趋势。服用者应定期去看医生。医生多避免让病人长期服食安眠药。停服安眠药常会引起反效果，患者可能一连数夜不能安睡，而且入睡后多梦。即使只是短期服用（三至七天），也可能出现这种情况，服用者不可不知。服用任何安眠药后，次日醒来可能仍觉得影响工作和驾车。老年人



以及患有严重心脏病、肾病和肝病的人，应避免服用此类药物，因为在这类病人身上，安眠药的作用难以预测，而且药物较易积集体内，产生不良后果。

购买

需要医生处方才能买到。

镇静剂、抗焦虑药和宁神剂

此类药物用以减少焦虑和松弛紧张情绪。近年来有许多此类药物面世，作用大都与安眠药相似，但剂量较轻，也同样有导致服用者上瘾的危险。此外，已有越来越多证据，显示此类药物的功用远不如害处大，因为服用者上瘾后，可能永远不能戒除。

常用制剂举例

苯二氮草类制剂；氨甲丙二酯；β－受体阻断剂。

禁忌与副作用

与安眠药相同。

购买

需要医生处方才能买到。

18 治严重精神病的药的（抗精神病药）

这一类药物使成千上万的患者受惠，他们得以跟健全的人一起过正常的生活，不需被关进精神病院里。抗精神病药的作用如今尚未确知。许多具有镇静的作用；除此之外似乎还有阻断某种脑电波传导的功效，从而有助于减少患者的反常行为，并防止幻觉的产生（幻觉是诸如精神分裂症等严重精神病的主要症状之一）。此类药物需要长期服用，虽然可能产生副作用，但极有疗效，因此还是值得使用。

常用制剂举例

吩噻嗪（硫代二苯胺）类制剂和有关的药物；各类锂盐；达哌啶醇；氟哌啶醇。

禁忌与副作用

服用此类药物后可能会觉得口干，面部和身体其他部分的肌肉也许会突然抽搐扭曲。老年人服后血压可能骤降，同时头晕，甚至昏厥。服用者必须由医生严密监察情况。患者的精神状况，可能使他无法适当地服食药物，必须用注射剂。

购买

需要医生的处方才能买到。

19 抗抑郁的药物

大多数抗抑郁剂的作用，在于改变患者情绪波动的频率和幅度，但其作用是如何产生的，至今尚未清楚。

这些药物主要可分为两大类。比较常用的是三环化合物，一元胺氧化酶抑制剂则比较少用，因为后者接触酪或巧克力等食物，可能产生不良的相互作用。三环化合物用以医治遗尿，颇见功效。

锂盐也有良好的抗躁郁症功效，可以抑止情绪波动。

常用制剂举例

三环化合物：阿米替林制剂、丙咪嗪、三甲丙咪嗪、普罗替林、多虑平、去甲阿密替林等制剂；一元胺氧化酶抑制剂：苯乙肼、异而肼等。

禁忌与副作用

这些药物大都需要服用二至三星期才能见效。必须在医生严密监察下服用。服后可能影响心脏、扰乱心律、降低血压。服用者还可能便秘，难以排尿，视觉模糊，觉得头晕、口干、昏昏欲睡。不过，如果开始时服用较少的剂量，逐渐增至正常剂量，让身体慢慢适应，不良的反应稍后就会消失。服用一元胺氧化酶抑制剂的人还须在饮食方面严格遵从医生的指示。

购买需要医生处方才能买到。

20 刺激神经系统及抑制食欲的药物

温和的兴奋剂，例如咖啡因，可用以振作精神，消除疲劳。想减轻体重的人有时可服苯丙胺类药物，例如安非他明，以抑制食欲。这类药用以治疗发作性睡病，非常有效。

常用制剂举例

咖啡因类：氯酯醒；苯丙胺类：右旋苯丙胺硫酸盐、氯苯咪吲哚。

禁忌与副作用

温和的兴奋剂并没有多少副作用。不过，正因为它们药性温和，功效也不大。苯丙胺类制剂则有许多危险的副作用，服用者可能上瘾，有时甚至抑郁得想要自杀。过于肥胖的人如要减轻体重，最好还是尽量避免使用抑制食欲的药物。

购买

咖啡因类药物不用医生处方即可买到，选择时可请教药剂师。食欲抑制药则需要医生处方才能买到。

21 消除恶心和止头晕的药物

此类药物可以有效地用来防止身体的平衡机制受到不必要的干扰，常用于晕动病、梅尼埃尔氏病、迷路炎（内耳炎），以及妊娠呕吐。

常用制剂举例

抗组织胺剂：苯苯海明、异丙嗪氯

苯硷制剂：吩噻嗪（硫代二苯胺）

类制剂：吐来抗；灭吐灵；仿东莨菪硷类制剂。

禁忌与副作用

用以消除恶心的剂量很小，没有多少副作用。如果剂量较大，就可能使服用者昏昏欲睡，因此若要驾车，切记这一点。孕妇呕吐，以妊娠期的最初三个月为甚。孕妇在这段期间服用的药，很可能影响胎儿，因此如要服食止呕药，应当请教医生。吩噻嗪和灭吐灵在幼儿和对这两种药敏感的人，可能引起不良反应。如果两者合用，引起反应的可能性更大。

购买

有些需要医生处方才能买到，其他则不用处方，可请教药剂师。

22 镇痛的药物

止痛剂

止痛药物主要分为两大类，一类是不会成瘾的（非麻醉性），一类是久用成瘾的（麻醉性）。

不会成瘾的止痛药，药性较温和，副作用较少，无大害处。不需要医生的处方，任何人都可从药房买到，于必要时服用。这些止痛制剂多半含有阿斯匹林、醋氨酚，或有关的化合物。

合成瘾的止痛药，药性强得多，危险性也较大，需要医生处方才能买到。这类药物必须谨慎服用，切勿长期服食。其中包括鸦片、海洛因、吗啡、可卡因等麻醉剂，以及其他多种同样会上瘾但没那么危险的止痛制剂。

另有一类特效止痛剂，专用于治疗偏头痛和神经痛。

常用制剂举例

不会成瘾的止痛药：阿斯匹林和水杨酸钠化合物（如狄斯匹林、可狄斯等）；

醋氨酚化合物(如扑热息痛和许多其他类似的片剂);甲灭酸化合物(如扑泾痛、美药灵等等)。

禁忌与副作用

所有阿斯匹林化合物都会刺激胃壁,可能引致胃出血。因此,应该选用中性的阿斯匹林制剂,如狄斯匹林便是,并宜于饭后服用或以牛奶送服。如果剂量过大,可能引起耳鸣和恶心。除医生处方外,切勿给十二岁以下的儿童服用阿斯匹林制剂。

购买

不需要医生处方,可请药剂师推荐合适的制剂。

常用制剂举例

成瘾的止痛药:右旋丙氧吩及有关的化合物;可待因衍化物;镇痛新(戊唑星)。这一类的药物如按照指定的剂量服用,成瘾性较低。

可待因,吗啡及其衍化物(如海洛因、二乙醚吗啡、美沙酮、二苯甲甲哌嗪、哌替啶、氢化吗啡酮、鸦片全碱、羟二氢可待因酮、苯丙苯哌酯、酒石酸左吗南)。服用这一类制剂极易上瘾。

禁忌与副作用

这类药物的止痛功效越大,副作用就越多,成瘾的可能性也越大。副作用包括使服用者昏昏欲睡、恶心、呕吐、便秘,同时压抑呼吸中枢功能。药力越强,产生副作用的可能性越大。必须在医生严密监察下服用。注意:不用医生处方也可买到的所谓可待因片剂,只含少量的可待因,并无害处。其镇痛功效纯粹来自其中的阿斯匹林或醋氨酚成分。

购买

需要医生处方才能买到。

止偏头痛药和止神经痛药

此类药物只能消除和减轻偏头痛和神经痛,对治疗其他痛症没有多大作用。如服用不成瘾的止痛药无效,可采用此类药物。

常用制剂举例

止偏头痛药:含有麦角的制剂(如咖啡因及酒石酸麦角胺复合制剂)。

预防偏头痛药:二甲麦角新碱;哌苯环庚吩;β-受体阻断剂。

禁忌与副作用

含有麦角碱的制剂，可能使服用者恶心、呕吐，或产生其他副作用。因此，应该只在服用普通止痛剂无效后才可使用此类药物。患肝病、肾病、心脏病、十二指肠溃疡或胃溃疡的人以及孕妇不可服用。如果手、脚的血液循环不良，也不可使用。又如患者身体有严重的局部感染，也应避免使用。

购买

许多成药不用医生处方即可买到。

23 预防抽搐的药物（抗惊厥剂）

此类药物不能根治癫痫，只能预防抽搐发作，因此要长期服用，而且剂量必须小心调校，以求取得最大的功效和尽量减少副作用。

常用制剂举例

苯巴比妥；苯妥英；扑癫酮；乙琥胺；丙基戊酸钠；琥珀醯亚胺；硫噻嗪；三甲双酮。

禁忌与副作用

服用此类药物必须由医生严密监察情况，患者必须与医生紧密合作。医生多会把剂量增至仅少于足生副使用的分量。副作用包括使服用者昏昏欲睡，平衡和视觉失常，精神混乱，出皮疹、头晕、头痛、恶心、贫血。切忌在抽搐发作时或发作后服食。

购买

需要医生处方才能买到。

24 抗肌肉僵硬和震颤的药物

抗柏金森氏病药

此类药物对脑中引起此病症状的，部位起作用，而不对肌肉起作用，但并不能根治柏金森氏病，仅能减轻症状，使患者没那么痛苦。

常用制剂举例

左旋多巴；金刚胺；抗胆碱能制剂（如盐酸苯海索、甲矿酸苄托品、开马君、甲哌噻吨、二环己丙醇）；抗组织胺剂（如苯海拉明、异丙嗪）。

禁忌与副使用

使用此类药物要权衡利弊，不可只求得到最大的功效而忽略可能引起的副作用，必须由医生严密监察。孕妇以及患有慢性肾病和某些眼疾的人忌服。副作用包括恶心、头晕、肠胃不适。

购买

需要医生处方才能买到。

微生物感染

引致人体生病的微生物有许多种，体积各不相同。并非所有微生物都可以用抗感染药治疗。

抗感染药可以分为两大类：

杀菌药或杀病毒药可以杀死这些微生物；制菌剂或制病毒剂则只能抑制微生物繁殖生长，需要人体的抗御机能把它们杀死。老年人和服用抑制免疫机能药物的人，身体的抗御机能或许无法杀灭入侵的微生物，因此制菌制和制病毒剂可能起不了作用。抗感染药可用以对抗五种不同的致病微生物，即细菌、霉菌、病毒、用显微镜才看得见的微小寄小虫，以及肉眼可见的各种大小寄生虫。上述五类抗感染药都可称为抗生素，但抗生素一般多指青霉素之类的抗菌剂而言。

25 抗细菌感染的药物

抗菌剂

近四十年来，研究人员发明了多种不同的抗菌剂，对于治疗从前认为是极严重的细菌感染疾病，非常有效，大大减低了脑膜炎、肺炎、淋病、梅毒和结核等病的危险性。对抗不同的细菌，须采用不同的药物。

青霉毒类、先锋霉素

（头霉素）

这是最大的一类，极少副作用，可以对付许多不同的细菌。

常用制剂举例

青霉素：苄青霉素（如羟氨苄青霉素）；耐青霉素酶青霉素（如邻氯青霉素；苄星青霉素；耐酸青霉素；广谱青霉素（如氨苄青霉素）。

先锋霉素：先锋霉素Ⅰ；先锋霉素Ⅳ；先锋霉素Ⅰ钠；头孢甲氧霉素钠；头孢羟唑。

禁忌与副作用

很少副作用。若不遵照医生的指示按时服完整个疗程的青霉素，很易使致细菌产生抗药力，削弱药物的功效。服后或会出皮疹。

购买

需要医生处方才能买到。

四环素类

此类药物与许多青霉素类制剂比较，能对抗较多不同的细菌。

常用制剂举例

四环素（如消色霉素、四环素偏磷酸盐）；氧四环素（如土霉素）；氯四环素（如金霉素）；去氧土霉素（如盐酸强力霉素）；二甲胺四环素（如美浓霉素）。

禁忌与副作用

常见的副作用包括服后生鹅口疮和腹泻（有时相当严重）。

幼儿服食，牙齿可能会变黄。

购买

需要医生处方才能买到。

治结核药

这一类药物必须服食多月，药力用至最强，才能生效。

常用制剂举例

链霉素；和福平；翼烟肼；乙胺丁醇。

禁忌与副作用

经常产生副作用，如出皮疹，视觉和听觉失常，恶心和腹泻。患者必须与医生紧密合作。

购买

需要医生处方才能买到。

其他特效抗菌剂

这一类抗生素只用于特殊的情况，如肾或膀胱受到感染，又如对某种抗生素会引起过敏反应或已不再见效。

常用制剂举例

红霉素；氯林肯霉素；矿氨；甲氧苄氨嘧啶；矿胺甲基异噁唑及甲氧苄氨嘧啶混合制剂；庆大霉素；新霉素；氯霉素；先锋霉素；螺旋霉素；氨基糖甙类制剂；尿道抗菌剂（如矿胺异噁唑）。

禁忌与副作用

服用这类药物可能会出皮疹，腹泻和觉得恶心。

购买

需要医生处方才能买到。

26 抗霉菌感染的药物(抗霉菌剂)

此类药物用于若干类常见霉菌引起的疾病,包括癣和念珠菌感染,有口服剂,也有外敷的制剂。

常用制剂举例

二性霉素;制霉菌素;灰黄霉素;杀念珠菌素;匹马菌素。

禁忌与副作用

口服制剂不适用于孕妇,以及患有肝病或肾病的人。

购买

需要医生处方才能买到。

27 抑制病毒生长繁殖的药物(抗病毒药)

受到病毒感染之后才用药物治疗,收效不大。干扰素可能有所帮助,但目前的研究还未发展至大量生产出售的阶段。至今,预防病毒感染的最佳办法,还是预先注射或服食对抗某种病毒的疫苗。此外,注射丙型球蛋白,也有短期的预防作用。

目前有四种抗病毒药物,用以治疗四种疾病,颇能抑制病毒生长繁殖。外用的碘甙有助治疗单纯疱疹和带状疱疹。阿糖腺甙可用于水痘和带状疱疹。

金刚胺可用于流行性感冒和带状疱疹。无环抗病毒素则可助治疗单纯疱疹和生殖器疱疹。

这类药物需要医生处方才能买到,而且要在医生监察下服用。

28 对抗用显微镜才看得见的微小寄生虫(微生虫)的药物

这些微生虫主要可引起四种疾病:虐疾、阿米巴病、莱什曼病和昏睡病,基本上都是热带特有的疾病,必须特别的治疗。治疗方法视发病的地区和感染程度的轻重而异。如果罹病人数众多,治疗就要花不少时间和金钱,因此在贫困的发展中国家,往往无法根治。这四种疾病各有一系列非常有效的药物可用以治疗。

抗虐剂

氯喹、氯胍、乙胺嘧啶、氨酚喹啉、奎宁等。

抗阿米巴病药

甲硝哒唑、安特醌胺糠酸酯、吐根碱等。

抗莱什曼病药

戊烷脒和葡萄锑钠。

抗昏睡病药

治疗这种疾病的药物，因致病微生物的类型而不同。

除上述四种感染病外，另有两种由微生虫引起的疾病，即梨形鞭毛虫病和滴虫性阴道炎。这两种病没什么大害，但在各地颇常见，两者都可用甲硝哒唑或矿甲硝咪唑治疗，疗程长短取决于实际的试验结果。药物有口服制剂和阴道栓剂两种，必须在医生监察下使用。副作用极少。

29 对抗肉眼可见的寄生虫的药物

研究人员发明了多种有效的药物，但患者多须经常接受试验，以便监察情况，同时必须是长时间治疗，并与医生紧密合作。正因为这样，这类疾病的医疗费用非常庞大，及需扑灭这类疾病的地区，往往无法负担。线虫病则例外，这种病在许多地区极普遍，为害却并不大。患者只须向任何药剂师查询，购买合适的药物服用，即可痊愈。

常用制剂举例

驱除线虫和蛔虫：哌嗪；扑蛲灵。

禁忌与副作用

极少副作用。

购买

可往任何药房购买。

常用制剂举例

驱除其他害虫（条虫、钩虫、鞭虫、拟圆虫、血吸虫、肝虫），对付各种寄生虫，要采用不同的疗法。适用的药物有苄酚宁羟萘酸盐、灭条灵、环吡异喹酮。

禁忌与副作用

孕妇或长期患病的人服用，必须特别小心。

购买

需要医生处方才能买到。

内分泌系统

人体内分泌系统的线体，分泌一类叫作激素的物质。激素进入血液内，流通全身，控制各种生理机能，比如能的转化、动脉博动的速率以及多种性欲和生殖

的机能。许多药物可助增加或减少运行体内的激素，它们大致可分为五类：治疗糖尿病的；抑制或刺激甲状腺机能的；仿肾上腺皮质机能的；影响性腺的；对脑垂体腺起作用的。

30 治疗糖尿病的药物

胰岛素是胰腺激素，其作用是管制人体运用葡萄糖。缺乏胰岛素，或胰岛素不能发挥其功能，就会造成糖尿病。

胰岛素

治疗糖尿病的基本方法，就是注射胰岛素，使病者体内的胰岛素量达到正常水平。因此，注射剂的分量非常重要，必须适中；目前已有多种效力长短不同的胰岛素。胰岛素必须注射，不能口服，因为消化液会把它破坏。

常用制剂举例

短效胰岛素：各种中性及普通胰岛素制剂：注射后三十至六十分钟开始生效，效力持续约七小时。半慢胰岛素、双相胰岛素和低精蛋白锌胰岛素；注射后半小时至一小时内生效；效力持续约二十四小时。

特慢精蛋白锌胰岛素；注射后四至八小时才生效；效力持续约三十六至四十八小时。

禁忌与副作用

使用胰岛素治疗糖尿病，必须由医生严密监察情况，患者要与医生充分合作。大多数严重的副作用，因不慎注射药物过量而起，以致血糖过低、出汗，产生类似酒醉的异常反应，甚至昏迷。假如注射分量错误，不出一小时甚至几分钟，就会出现上述症状。使用胰岛素的糖尿病患者及其家人，都必须清楚这种药物的危险性。如有疑问，应立刻请教医生。在错误的时间、空着肚子，或刚运动完毕注射胰岛素，都可能出毛病。患者发热，也可能影响所需要的胰岛素量；遇到这种情形，必须请教医生。

购买

需要医生处方才能买到。

其他治糖尿病的药物

这类药物能促进胰岛素的功能。用于成年后或因过胖才患上糖尿病的人，非常有效。

常用制剂举例

矿基尿素制剂:甲矿丁脲、优降糖、氯矿丙脲、双缩胍制剂;二甲双胍、降糖嘧啶。

禁忌与副作用

使用这类药物,虽然没有用胰岛素那么容易导致血糖量骤降而造成严重后果,但这种危险依然存在,因此,患者必须和医生紧密合作,以保安全。

购买

需要医生处方才能买到。

31 抑制或刺激甲状腺机能的药物

甲状腺激素控制心搏率以及心脏和身体组织所用的能量,是身心发育必不可少的物质。

甲状腺激素制剂

此类药物可从动物甲状腺提炼而成,又可以用化学物质制造,用于黏液水肿和矮呆病。

常用制剂举例

甲状腺浸膏;甲状腺素;三碘甲状腺氨酸。

禁忌与副作用

可使服用者面红、出汗、心悸、心绞痛。心脏病患者忌服。

购买

需要医生处方才能买到。

抗甲状腺剂

这类药物抑制甲状腺的机能,用于甲状腺机能亢进的病人。

常用制剂举例

碘剂;甲元平;硫尿嘧啶化合物。

32 仿肾上腺激素的药物

这些激素帮助人体利用各种必需的养料,应付感染,并使人在面对危机时作出正常的反应。

皮质类固醇

这些人工提炼的激素,用以治疗阿狄森氏病、某些慢性炎症(如风湿性关节炎、风湿性多肌痛和哮喘),以及多种皮肤病。

常用制剂举例

倍他米松;地塞米松;氢化可的松;氢泼尼松;氟羟氢化泼尼松。

禁忌与副作用

口服或注射用的皮质类固醇制剂，功效很强。如发生急性感染，可能需要增加剂量。若要停用，必须先请教医生。至于外敷制剂，只有少量透过皮肤进入体内，因此停用时不必先请教医生。使用这类药物，必须权衡利弊，因为它们可以引起多种严重的副作用，包括高血压、月形脸、糖尿病、骨头软化、十二脂肠溃疡和精神抑郁。患者必须与医生充分合作。如非必要，这类药物不用于年老或年幼的患者。

购买

需要医生处方才能买到。

33 影响性腺机能的药物

性激素控制人体制造卵子和精子的机能，并且影响月经周期和个人的性征。

避孕丸

女性的性激素包括雌激素和孕激素。雌激素促使子宫内膜发育，准备受孕。一旦受孕，孕激素就会改变雌激素造成的效果，帮助受精卵着床，发育成胎儿。这两种激素的相互作用，就控制了女性排卵和受孕的过程。可以单用一种或混合两种制成避孕丸，又可用来治疗女性更年期的不适、痛经、阴道炎、骨质疏松、子宫内膜异位，以及月经异常等病症。有时，这两种激素对抑制某种前列腺癌和乳癌也可能有效。

禁忌与副作用

英、美两国医学界的研究，显示有些口服避孕剂若长期服用，可能助长子宫颈癌和乳癌的生长。用口服避孕药的女性，应当请教医生或计划生育辅导机构，以便按年龄和生理情况选用一种安全可靠的制剂。有些从前按医生处方购买的制剂，如今为安全起见，可能已经不再发售，或已改变了配方。

各种避孕药物都可引致血液凝结成块，但可能性不大。服用较少的剂量，但可能性不大。服用较少的剂量，可以减低这种危险性，但太少又会减低避孕的功效。避孕药不会造成精神抑郁，也不会使服用者性欲消退。不良副作用，在年龄超过三十五岁、肥胖、吸烟、患糖尿病或血压高的女性较为常见。许多其他药物，如果与避孕药同时服用，可能产生相互作用。因此，使用避孕药的女性，如要服食其他药物，必须先告诉医生自己正在服用避孕药。

购买

需要医生处方才能买到。

其他性激素

雌激素还有其他的用途，如用来抑制泌乳，治疗原发性经闭和妇女更年期的各种不适，以及前列腺癌。

男性性激素都有男性化的作用，偶尔会使服用的人肌肉较为发达，声音变得比较低沉，出汗增多，毛发增生。

女性服用也会产生男性化作用，并会导致月经失调。用于儿童则可能会使服用者早熟。这些激素的医疗用途并不多，对治疗性无能和精子缺乏的情况无效。如果为了增强体育运动的能力而服用，对男性或女性运动员都有危险。

常用制剂举例

睾丸素；促蛋白合成类固醇；雌激素（如马雌激素）。

购买

需要医生处方才能买到。

34 促进脑垂体腺机能的药物

这些制剂自动物激素提炼出来，用以刺激脑垂体腺及其他内分泌腺。这类药物可治不育症，偶尔也可用于某些哮喘病例，助矮小的人增高，又可在分娩时使用。

常用制剂举例

促性腺激素，氯芪酚胺。

禁忌与副使用

用来治疗女性不育，可能造成双胞胎或三胞胎。

购买

需要医生处方才能买到。

人体细胞

科学研究人员，已制造出若干具有独特功效的药物，用以抑制癌细胞的增殖（细胞毒性药），以及抑制细胞的免疫机能（抑制免疫力药）。

35 抑制细胞活力和增殖的药物

细胞毒性药

此类药物减缓细胞分裂增殖的速率，必须长期服用才能奏效，而且具多种不良副作用，服用者必须与医生紧密合作。由于癌细胞比正常细胞增殖快得多，这

一类药物可用以抑制某些癌的增长和蔓延。不过，细胞毒性药也会影响正常的细胞，把它们破坏，造成许多不良副作用。用以治疗淋巴肉芽肿和少数癌症，患者常可彻底痊愈，尤其是年龄较轻的。

抑制免疫力药物

此类药物用以抑制人体细胞排斥消灭异己组织的机能。在施行器官移植手术后，可利用此类药物防止病人身体排斥移植组织，使手术成功。但这类药物也同时抑制人体抵抗细菌和病毒入侵的机能。因此，使用抑制免疫力药时，医生必须小心权衡利弊。此类药物要长期使用，而且不良作用颇多，服用者必须和医生充分合作。

食物和营养

某些矿物质和维生素，是人体不可缺少的养料，但在日常所吃的食物中可能含量不足。缺乏铁质常是引起贫血的主要原因；不过，因缺乏维生素而起的疾病，在富裕社会一般都很少见。缺乏维生素 A，可致罕见的夜盲症。缺乏维生素 B，可造成脚气病和糙皮病；这两种病也极少见。缺乏维生素 B_{12}，可导致恶性贫血。缺乏维生素 C，可造成坏血病。缺乏维生素 D，可引起佝偻病和骨结构不良。至于维生素 E，至今还没有证据显示治疗任何营养不良所致的疾病，或具其他实际用途。

36 补充营养的药物

铁剂

药用铁剂，可以口服，也可注射。

常用制剂举例

各种亚铁制剂（如硫酸铁）；其他铁剂（如山梨醇铁制剂）。

许多制剂还兼有叶酸和其他维生素，适合孕妇用。

禁忌与副作用

恶心、腹泻和便秘是常见的副作用。有时可能引致肠绞痛，但是情况一般都很轻微。服过铁剂后，粪便必呈灰色或黑色。适合成人的剂量，用于儿童是有害的；因此，铁剂必须放在小孩子拿不到

的地方。

购买

不用医生处方，可以请药剂师介绍合适的制剂。

维生素

各种维生素的副作用极少。药品制造厂多制成混合剂，作为补药出售。不过，除非的确或可能缺乏维生素（如怀孕期间）。

服用维生素制剂并没有多大效用。在富裕社会，一般人的食物都已有足够的营养，不必补充。

常用制剂举例

维生素 A：鱼肝油及其他类似制剂。

维生素 B_1：硫胺。

维生素 B_2：核黄素。

维生素 B_6：吡哆醇。

烟酸：烟酰胺（维生素 B_3）。

维生素 B_{12}：氰然胺。

维生素 C：抗坏血酸。

维生素 D 与钙：鱼肝油；骨化醇。

维生素 E：生育酚。

患脂肪痢、乳糜泻等削弱摄取养料机能疾病的人，可能要特别补充必需的矿物质和维生素。

禁忌与副作用

极少副作用。不过，服食过量维生素 A 和 D 很可能中毒。服食大量烟酸，可以引起头痛、面红和其他不良反应。

购买

不必医生处方，可在任何药房选购。

肌肉与关节

可治肌肉关节疾患的药物很多。这类药物并不能根治肌肉关节病，作用如何也没有人确知，不过它们的确能减少关节所受的破坏，还可减轻疼痛。

37 治肌肉关节疾患的药物

治风湿药或消炎药

这类药物不是抗生素，但能消炎，用以治疗风湿性关节炎、骨关节炎、痛风、多种滑膜炎等疾病。其消炎作用与止痛功效似乎并没有什么相互关系。

常用制剂举例

阿斯匹林和水杨酸盐；非类固醇消炎药：甲氧萘丙酸、异丁苯内酸、消炎痛制剂、苯丁唑酮；丁氮酮；许多皮质类固醇（参阅 378 页药物常识 32）；氯喹；治痛风用的消炎药（如秋水仙碱、苯矿唑酮、别嘌呤醇）；治风湿药；

金化合物、青霉胺。治疗严重的关节炎，有时可用抗代谢物。

禁忌与副作用

此类药物大都刺激胃部，可能造成胃出血和消化不良。老年人及患有哮喘、十二指肠溃疡、胃溃疡、肝病或贫血的人服用，必须加倍小心。最好避免长期服用。已使用多年的阿斯匹林之类制剂，可能比新近面世的制剂安全和有效。

购买

除阿斯匹林和山杨酸盐类制剂外，其他需要医生处方才能买到。

眼　睛

目前已制成多种滴眼剂，用以治疗不同的眼疾。要有效地给患者滴眼，可让他仰卧，微闭眼睛，把一两滴滴眼剂滴于眼的内角。等待一会儿，然后将下眼皮向下轻轻拉开，使药均匀分布于眼球表面。

38 治细菌和病毒感染的眼药

制剂有滴眼水和软膏。用滴眼水滴眼，泪水会把药物冲淡，因此有时可用软膏。

常用制剂举例

氯霉素：新霉素 B；庆大霉素；新霉素；矿胺醋醯；用以治疗眼部单纯疱疹的抗病毒滴眼剂有碘甙和阿糖腺甙。

禁忌与副作用

许多滴眼剂都含有皮质类固醇，这种物质可使潜伏的角膜溃疡或青光眼恶化。因此，切勿使用他人的滴眼剂，也不可使用自己以前用剩的滴眼剂滴眼。

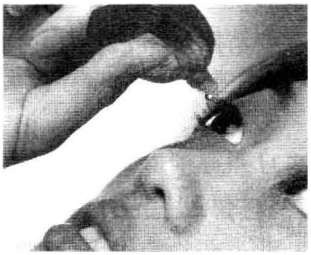
购买

需要医生处方才能买到。

39 治慢性眼炎、降低

眼内压，以及扩大或收缩瞳孔的药物（皮质类固醇）。

所有这些药物必须小心地加以适当使用，否则会损坏眼睛。



青光眼（眼内压增加）是导致成人失明的主要原因。

常用制剂举例

消炎药：皮质类固醇滴眼剂、倍他米松磷酸钠制剂。

治青光眼药：噻吗心安、毛果芸香碱、新斯的明、肾上腺素。

片剂：乙醚唑胺。

扩大或收缩瞳孔药：阿托品、后马托品、东莨菪碱、环戊醇胺酯、毛果芸香碱、乙醚胆碱、氯化氨甲醚胆龄。

禁忌与副作用

切勿使用医生开给他人的滴眼剂；自己以前患眼疾时用剩的滴眼剂也不可再用。

购买

需要医生处方才能买到。

耳、鼻、口、喉

40 对耳起局部作用的药物

这些药物大致可以分为三类：治疗外耳道局部性湿疹（外耳炎）的；治疗中耳炎的；清除耳垢的。

用以治疗外耳道湿疹或慢性中耳炎的药，大多数是皮质类固醇、抗生素，或两者的混合制剂。

常用制剂举例

醋酸铝（如倍人米松磷酸钠制剂、布罗夫氏溶液）；醋酸氢化可的松和硫酸新霉素复合制剂；制霉菌素；消色霉素。清除耳垢的药物；橄榄油；重碳酸盐滴耳剂。

禁忌与副作用

有些溶解耳垢的制剂会引起不适，功效也不大。上述两种除耳垢药都不会出现这种情形。如用滴耳剂后觉得疼痛、不适，或症状恶化，就要立刻停止使用，并请教医生。药剂滴入外耳道后，听觉可能会迟钝一时，但不久就会恢复正常。

要清除耳垢，必须由合格的医生来做。任何可以放进外耳道的物件，包括棉签，都可能弄穿鼓膜，导致失聪或严重感染。

购买

许多制剂需要医生处方才能买到。

41 对鼻起局部作用的药物

此类药物的作用，通常在于消减鼻黏膜肿胀和过敏反应，用以治疗鼻炎、鼻息肉、枯草热等病。如连续使用超过七天，可能有害，而且鼻黏膜常常会在药力过后再次充血肿胀，使患者必须再用滴鼻剂。许多这类滴鼻剂都含有抗生素或抗组织胺剂。

常用制剂举例

皮质类固醇（如倍他米松磷酸钠制剂）；色甘酸盐；减充血剂和制菌剂。

禁忌与副作用

此类滴鼻制剂，不可连续使用超过十四天，只可选用水基制剂，切勿用油基制剂，因为万一油质落入肺部，很可能造成脂质性肺炎。

购买

少数制剂不用医生处方也可买到。

42 对口腔喉部起局部作用的药物

这一类药物的作用，一般在于减轻患处的疼痛，或使患处麻木，让患者可以进食。有些制剂含有抗生素，另一些含有皮质类固醇，其他则兼备两者的功效。

常用制剂举例

苯佐卡因；水杨酸盐；苯酚；麝香草酚；抗生素或皮质类固醇制剂（如保治灵、得果定、丙酮缩去炎松、洗必泰、使立消等等）；十六烷基吡啶；抗传染药（如制霉菌素）。

禁忌与副作用

这一类药物很少副作用，但是功效就大有差异，往往因人而异。

购买

许多制剂不用医生处方也可买到。

皮　肤

有些用于皮肤病的药物，作用在于消炎、止养和抗菌。又有些局部直接作用于患处，可用以治疗牛皮癣、疣、痤疮（粉刺）等皮肤疾患。使用任何皮肤药，都可能产生两种副作用：制剂的有效成分可能透过皮肤被人体吸收，造成较广泛的影响，波及身体其他部分；使用者可能对制剂有全面性的过敏反应，出皮疹或起其他生理反应。如敷上任何涂剂后，皮肤病恶化，应立即停用，并请教医生。乳剂一般都比油膏安全。

43　对皮肤起局部作用的药物

消炎涂剂

此类制剂除可消炎外，又可止痒，广泛用以治疗湿疹。消炎剂往往含有抗生素，以便对抗细菌感染。

常用制剂举例

皮质类固醇制剂（如醋酸可的松、二丙酸氯地米松）；醋酸铝；高锰酸盐；硝酸银；氧化锌；水杨酸氧化锌糊。

禁忌与副作用

若用后引起不良反应，使病情恶化，应立即停用，告诉医生。

购买

许多制剂需要医生处方才能买到。

止痒剂

这类药物用来止痒。

常用制剂举例

炉甘石制剂和局部麻醉剂（如沙夫卡因、克罗他米、盐酸丙胺卡因制剂）。另有些止痒剂是口服的（如酒石酸异丁嗪）。

禁忌与副作用

极少副作用。

购买

不需医生处方也可买到。

治牛皮癣和湿疹的药物

在上述的消炎制剂中，许多用于治疗牛皮癣和湿疹都非常见效。有时涂敷之后，可盖上一个塑料罩，以增强功效。

其他常用制剂举例

煤焦油制剂;二羟基蒽酚(可能使皮肤变色);鱼石脂;含有水杨酸和尿素的乳剂。口服药:抗癣灵。

禁忌与副作用

如用后病情恶化,必须立即停止使用,并告诉医生。

购买

许多制剂要医生处方才能买到。

除疣和鸡眼的药物

此类药物有腐蚀作用,能把皮肤溶解,因此敷涂过后可能形成一个溃疡伤口。溃疡愈合后,患处的皮肤即恢复正常。

常用制剂举例

鬼臼树脂;水杨酸。

禁忌与副作用

把药物涂在纱布敷料上,敷在疣或鸡眼上。小心不要让药沾及健康的皮肤。

购买

不需医生处方也可买到。

治痤疮的药物

消除痤疮的最有效办法,往往是服食抗生素,多晒阳光,以及注意饮食。当然,外敷药物也有帮助,不过功效没那么大。

常用制剂举例

含有间苯二酚硫、苯甲醯、维生素 A 酸或氧化铝的制剂,和多种含有抗生素和皮质类固醇的混合制剂。

禁忌与副作用

如用后病情恶化,应立即停用,并告诉医生。

购买

许多制剂都不需医生处方,可往药房购买。有些则需要医生处方才能买到。

护肤药物

这类药物包括防日炙的乳剂。最有效的防日炙剂,可以隔绝日光中的紫外线,有些还可以防止皮肤晒黑。硅酮乳剂(二甲聚硅氧烷)涂在皮肤上,有防水的功效,可以避免化学物质损害皮肤,引起不适,此外,也有许多化妆用的面霜,可以遮盖脸上的瑕疵。

禁忌与副作用

极少副作用。

购买

可请药剂师推荐合适的制剂，不需医生处方。

消毒洗涤剂和洗发剂

常用制剂举例

溴化十六烷基三甲铵和类似的制剂（如洗必泰、六氯酚制剂、氯苄烷胺、氯二甲酚、硫柳汞）。药用酒精以及酒精肥皂可用来消除头皮屑。

禁忌与副作用

极少副作用。

购买

不需医生处方，可往药房选购。

抗传染药

这类药物都是抗生素制剂，可分四种：一、抗菌剂，用以治疗脓疱病及其他兼有细菌感染微状的皮肤病；二、抗霉菌剂，可治疗各种癣病；三、抗病毒药；可治单纯疱疹；四、杀寄生虫剂，可以灭虫和治疥疮。

常用制剂举例

抗菌的涂剂和浮制；煌绿与晶紫；卡斯太拉尼氏涂剂（含硷性品红、酚、硼酸、丙酮和间苯二酚的制剂）；氯霉素；金霉素；氯碘喹啉；硫酸弗氏霉素；褐毒酸钠；新霉素；甲矿灭脓；呋喃西林、红汞。（注意：在患处涂上有色的涂剂，很可能看不见在皮肤上出现的重要变化。）

抗霉菌剂：苯甲酯；怀特菲耳德氏软膏（即苯甲酸水杨酸软膏）；匹马菌素；宛氏菌素。

抗病毒药；碘甙。

杀寄生虫剂：苯甲酸苄酯。

禁忌与副作用

上述各种制剂，可能引起皮肤敏感。在皮肤破损的地方涂敷药物必须小心，因为药物很易在该处大量渗入体内，运行全身。灭虱的时候，除患者之外，其家人或经常，跟他接触的人也最好同时接受检查，如有需要则同时接受治疗。否则，患者很容易再受到感染。

购买

抗菌剂需要医生处方才能买到。

家庭药箱

在家中急救和护理轻微损伤必备

设置家庭药箱，目的主要在于应付可以自疗的小病和护理轻伤。不过，也应备有急救用品，以便家人受重伤或突染重病，在医生未到或未及送院救治时，可以应急。参阅第四部分急救常识。

这种紧急情形，可能随时发生。因此应在一张纸上，写上熟识的医生的电话号码，以及设有急救部的最近一家医院的地址，贴在药箱内，以备急用。

此外，不妨在药箱中存放一份家人的简单病历，列出各人对什么药物、食物有过敏反应，正在服用什么药物，以及曾经患过什么病。

药箱应放在何处

许多人都把药箱放在浴室的橱柜中。这实在极不妥当，因为浴室一般比较潮湿，而且室温可能大幅度升降，有些药物容易因此变坏。

急救疗伤的用品，最好放在可以紧盖起来的塑料或金属盒内，置于客厅最高的一个橱架上，或大人的卧室里。把急救用品放在轻便的盒内，旅行或度假时可方便携带备用。

药箱必须放在小孩子拿不到的地方。如果要放在壁橱内，壁橱应有一个孩子不会开启的安全门栓或门锁，而家中的成人都必须知道钥匙放在哪里。

药物的有效期

即使把药箱和包敷料置于干爽和通风良好的地方，它们也不会无限期地保持功效。某些药物，包括抗晕动病药和消毒软膏，有效期大约为二至五年。有效期往往在包装上列明。

如果药物的有效期超过三年，比如用锡箔密封的溶性阿斯匹林，包装上就不会注明有效期。其他止痛药，例如非溶性阿斯匹林和扑热息痛片，如果没有和密封的瓶子装载，放在不干爽的地方，一年后即会变坏，发出酸得像醋的气味。盛有止咳甜浆剂的瓶也必须紧紧盖好。一般说来，家庭常用药物的有效期多半约为一年。

瓶装的悬液状成药，例如治日炙的炉甘石涂剂、治腹泻的白陶土及吗啡混合制剂等，假如药粉沉淀后猛摇仍然不能恢复悬液状态，即表示已经无效。甚至普

通的药性胶布，大约两年后也会丧失功效。

事实上，最佳的守则是：如有疑问，应立即弃掉，尤其是曾经用以治疗某种疾病的剩余药物，更不宜保留，应该倒入抽水马桶中冲走，切不可转送给别人服用。

药箱应备的药物

一般家庭中，最常见的损伤或不适是割伤、擦伤、扎刺、头痛、咳嗽、消化不良、日炙、昆虫咬伤、胃部不适等。家庭药箱如有右表所列的物品，即可自行。护理上述那些轻微损伤或不适。假如再加添一些其他药物，又可以治疗多几种小毛病，例如牙痛、一时的便秘、腹泻、肌肉扯伤、晕动病等等。

基本备用品

胶布

数卷不同宽度的胶布，用以固定包扎伤口的敷料。

消毒膏

用于轻微割伤或擦伤，涂于伤口，以敷料包盖。若是烧伤或烫伤，就不要在伤口涂软膏。

消毒剂或用锡箔密封的消毒棉块

用以清洗伤口。

绷带

用来盖住绒布敷料。两卷一寸（二十五毫米）宽的已够一般使用。另备一卷绉布绷带，以便包扎手、足等形状较特别的部位。

炉甘石涂剂

用于昆虫咬伤，蜜蜂、黄蜂蜇伤，荨麻诊和日炙。

防水胶布

一盒大小规格具备的防水胶布，用于轻微割伤或擦伤。

止痛药

阿斯匹林会刺激胃壁；溶性阿斯匹林或扑热息痛片则不会。

安全别针

大小俱备，用以固定绷带。

剪刀

钝头剪刀，用以剪开绷带和敷料。

碳酸氢钠（小苏打）

用以治消化不良。此药不可常用，因为药力过后，胃部可能产生更多胃酸。

消毒绒布敷料

宜大小俱备;两卷大和四卷中的已足够一般使用。

体温计

为免损坏,最好装在金属或塑料套中。正常体温是华氏九十八点四度(摄氏三十七度)。

镊子

钝头镊子一把,用以拔除竹、木之类的破片或棘刺。

洗眼杯

用以盛温水洗眼,清除眼中沙尘或污垢。

有用的附加用品

棉花

用以清洗伤口,或包敷扭伤的足踝,敷上后用绷带固定。

白陶土与吗啡混合剂或盐酸苯乙哌啶制剂

用以止泻。

冬青油软膏

可减轻伤肌的疼痛和痉挛。

镁乳或双醋苯啶制剂

治便秘和胃灼热。

丁香油

涂在牙肉上可以暂止牙痛。

消毒眼垫

用以遮盖受到感染的眼睛。

消毒手指敷料

可作指套用,以包扎伤指。

消毒脱脂纱布

干用可敷盖小伤口,蘸消毒剂用可清洗伤口。

抗晕动病药

出发前半小时或接说明服食。

第五篇 家庭处治

乳腺脓肿

哺乳期间，乳头的皮肤可能破裂，如果细菌通过裂口进入乳房会引起腺脓肿。如不加治疗，即会蔓延扩大，更加疼痛。此病并不常见。

症状

乳房渐觉疼痛，最后可能剧痛。

乳房某部位一触即痛，而且变硬。

乳房一触即痛，部位可能呈现红色。

发热。

延续时间

如加以治疗，可在二至下天内痊愈。

成因

细菌自乳头破裂处进入乳房，引起感染。

在家护理

戴上合适奶罩，使乳房得到适当承托。

服食适量止痛药。

何时去看医生

发现乳房疼痛。

医生会如何处理

断定应否停止授乳，并教患者挤出乳汁。

用抗生素治疗。

性生素常治不好脓肿，这时就需要动小手术治疗。患者全身麻醉，在乳房上切一小口（只会留下微小疤痕），放出脓液。此时或须停止哺乳。

预防方法

应经常保持乳房清洁。

预后

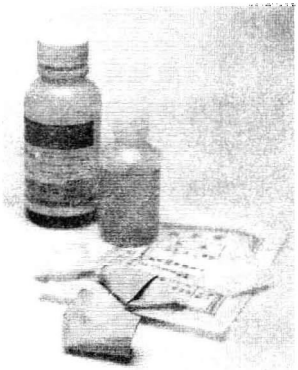
治疗后通常都能消除脓肿，但有时也会复发。

乳房胀满

妇女分娩后三四天，乳房乳汁分泌渐多，以致发胀难受。这种不舒适的感觉，几乎每个产妇都体验过。有时乳房胀得厉害，会使婴儿不能正常吮吸乳汁。

症状

乳房一触即痛，而且有坚硬的感觉。



在家或产科病房护理

用手指轻轻按压乳晕一带，即乳头四周呈粉红或褐色的部位，挤出少量乳汁。助产士会教你如何做。

何时去看医生或助产士

如果胀满的乳房有碍哺乳。

医生或助产士会如何处理

检查乳房，观察产妇哺乳情况，并指导产妇如何助婴儿正确吮吸，以及如何挤出乳汁。

预防方法

无。

支气管扩张症

支气管扩张症，即支气管和细支气管（肺中通气管）扩大。这种疾病可能是先天性的，但最普通的成因还是由疾病或感染引起的；比如支气管炎会使肺组织面积缩减，支气管因而变弱及扩宽。

任何减少空气进入肺部的感染，都可能引起支气管扩张症，如百日咳、肺炎、肺结核、支气管炎等，都与这种疾病有关。有时更直接因有实物梗阻，以致进入肺部的空气减少；比如气管生瘤，或诸如花生米之类的异物误坠入气管，都会阻碍空气流通。

造成支气管扩张症的支气管感染，往往会在支气管中形成脓液，并引起严重

咳嗽。细菌感染多以抗生素治疗，脓液则可用物理治疗法导出。

细支气管炎

细支气管发炎是未满十八个月大的婴儿在冬天常患的病。此病十分严重，使患者的气管充满黏液和脓细胞。

症状

起初常常只是伤风或咳嗽，然后感染蔓延至肺部深处的细支气管。

数小时内即会呼吸短促，有时还有喘鸣。

婴儿呼吸越来越急促困难，吸气时下部的肋骨及上腹部显著下陷。

烦躁不安。

难以喂食，婴儿甚至连流质食物也不愿意吃。

婴儿的肤色可能变得很苍白，甚至发绀。

延续时间

一至二周。

成因

很多不同病毒，都可以在婴儿中引起这种严重的感染。这一类感染，多数只停留在普通伤风的阶段，只在极少数的病例中，病毒才会蔓延，引起细支气管炎。

在家护理

保持大致稳定的室内温度，不可让卧室在晚上变得过冷。

经常给患病的婴儿喂少量食物；如婴儿不肯吃固体食物，可以只喂流质食物。

何时去看医生

未满周岁的婴儿如有上述任何症状，应该立即请医生诊治。

较大的婴儿以及学步幼儿，如果吸气时肋骨下陷，或呼吸急促有杂音，也应立刻去看医生。

医生会如何处理

除非病情轻微，否则医生会将婴儿立即送入医院，因为他在那里可以得到专门的护理；如有必要，更可以立刻吸氧。

预后

如能及早彻底治疗，预后良好。

树状的肺 人的肺好像一棵树，黄色的气管就是树干。这主干分支成为主要的支气管，支气管再分为嫩枝似的细支气管。细支气管再分支，终端是一簇簇的微细气囊，称为肺泡。肺泡为微血管供氧，吸纳其二氧化碳。

支气管炎

肺部中较大的支气管发炎，分为急性支气管炎与慢性支气管炎两种。

急性支气管炎

症状

呼吸有喘鸣声。

持久的咳嗽。

痰可能含脓，以至呈黄色或略带绿色。

全身不适，食欲不振，头痛，发热。

延续时间

大多可于七至二十一天内痊愈。如患者是平时身体健康的成人，则病况多属轻微，不会恶化。

成因

多种不同的病菌、病毒和细菌，侵入气管的内壁，引起发炎。气管内壁因而肿胀，以致气管变窄。此外，气管又大量分泌黏液（痰）和其他物质，使病情更恶劣。这种种刺激都会引起咳嗽，而病菌毒素则使全身感觉不适。

出麻疹常会并发急性支气管炎。

并发病

婴儿和老年人如患上急性支气管炎，多较为严重，因为病变在他们肺中蔓延，会导致肺炎。

在家护理

在暖和的环境中卧床休息两三天。

多喝热饮料，服食适量止痛药物。

何时去看医生

如病情严重，或呼吸越来越困难，或呼吸时胸部疼痛。

如果患者是婴儿或老年人。

医生会如何处理

嘱咐患者减少体力活动，多作休息，以减低感染蔓延至肺部引起肺炎的可能。

如有肺炎并发之症，即以抗生素治疗。

让患者服食止咳药。

预防方法

避免吸烟，少去烟雾弥漫的场所。

老年人、婴儿等容易患上急性支气管炎的人，晚上睡觉时，卧室温度不宜过低，并且要避免接触正患伤风或气管感染病的人。

预后

通常并无后患。

慢性支气管炎

保持气管畅通无阻的正常机制受到破坏，就会引起这种支气管内壁的病变，使支气管变窄。慢性支气管炎进展缓慢，渐渐破坏肺部的微细肺泡，余下的肺泡，许多就膨胀起来（肺气肿），以填补受到破坏的部分，这些肺泡随即丧失为血供氧的功能。病变妨碍血液在肺部流通，加重循环系统的负担，还可能导致心力衰竭。慢性支气管炎会引起极大痛苦，甚至死亡，而且目前仍非常普遍。患者多为四十岁以上的人，其中以男性较女性为多，而在灰尘弥漫环境中工作的人，更加容易罹患。

症状

长期咳嗽，咳时有痰，痰通常呈白色，并且带很多泡沫。

呼吸有喘鸣声。

呼吸浅促越来越严重。初时仅于体力活动后如此，日久则甚至坐卧休息时也会呼吸浅促。

急性支气管炎反复发作。

全身不适，隐约感到胸痛。

成因

尚未彻底查明所有成因，但以下两种则已确知：

空气污染，特别是含有工厂及家用火炉排出的二氧化硫的空气。

吸烟者患慢性支气管炎的可能性较大，而所受的损害也较严重。

并发病

肺气肿、心力衰竭、肺炎。

在家护理

在温暖的房间里休息。

不要突然从温暖的地方走进寒冷的环境。

何时去看医生

如果持续咳嗽两三个星期。

如果一到冬天便常常咳嗽。

医生会如何处理

给患者服食止咳药，吸入蒸气，或以抗生素治疗。

预防方法

不要到烟雾弥漫或多尘的地方去。

切勿吸烟。

预后

一旦患上慢性支气管炎，就难以根治，但戒烟可减轻病情。

布鲁氏菌病

布鲁氏菌病主要是侵害牛、猪、羊等牲畜的病，但有时人类也会受到感染。布鲁氏菌病又称为波状热、流产热等，由一种称为流产布鲁氏菌的杆菌引起，母牛受到感染后，往往会流产。与带菌的牛只接触的人，如可能接触分娩中或流产牛只的农夫或兽医，以及在屠场工作的人，也很可能感染布鲁氏菌。如果喝了从带菌母牛身上挤出来的未经消毒的牛奶，也可能染上这种病。除了上述几类人以外，其他人绝少会患上此病。

症状

一再发热。

头痛。

淌汗。

怠倦疲弱，没精打采。

关节痛。

潜伏期

七至二十一天。

延续时间

六个星期左右，如不加治疗，可能持续更久。

成因

流产布鲁氏菌感染。

并发病

通常并无并发病，但在极罕见的情况下，可能会使睾丸、肺或心脏受到感染。

在家护理

不宜。

何时去看医生

常与牛羊等牲畜接触的人，如果身体出现上述任何症状，便应去看医生。

医生会如何处理

为患者验血，以作诊断。

给患者服食抗生素一段时间。

在一个短时期内连续为患者注射抗生素。

预防方法

首先要提防牲畜受布鲁氏菌感染。可以给母牛作防疫注射，但人类无此必要。

法律规定，染病牲畜须人道毁灭。

切勿喝未经消毒的牛奶或羊奶。

预后

治疗后多能在数周内完全康复。

若不加治疗，可能一再复发，持续多年；患者会长期感到不适和怠倦，情绪低

落，精神不振。

瘀　伤

瘀伤是皮肤表面或皮层下的组织变了色，多由外伤引起。血液自破损的血管流出，渗入四周的组织，使之变色。有些人较易受瘀伤，这与血液循环状况及血管不够健全有关。

症状

瘀伤通常呈蓝、紫或黑色，逐渐转为黄色，最后自行消退。

瘀伤处可能轻微肿胀。

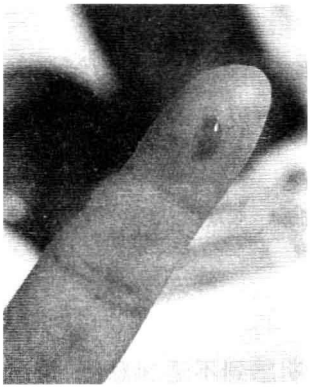
瘀伤可能痛，也可能不痛。如果伤处就在骨头之上，则较为疼痛，因为充血的组织在该部位绷得较紧。

延续时间

瘀血被重新吸入循环系统后，瘀伤就会消退。小瘀伤在两三天内即消退，面积较大的瘀伤则需两三个星期才消退。老年紫癜引起的手背瘀伤，可能会持续一个月以上不散。

成因

瘀伤多因身体某部位受到打击、碰撞或强大压力而起。血液从受伤血管处向外渗透，因为受地心引力影响，血多往下渗。例如外伤在足踝，可能在脚趾附近造成瘀痕；眉部受伤则可能导致眼皮青肿。



有几种血液疾病，会使患者身体在没受过任何外伤的情况下出现瘀伤。

老年人的皮肤和身体组织由于失去弹性，皮内的微血管较易破裂。这种情形称为紫癜。手背和足背的瘀伤消退，多较其他部位的慢，因为四肢末端的积血，要较长时间才能被吸回血流。

并发病

如果瘀伤处被割破擦损，皮肤裂开，就可能受到感染，引致溃疡。脚下部和足部的血液循环最差，因此最容受感染。

如果伤者是老年人，即使只是轻微擦破脚部瘀伤，也可能形成慢性溃疡。

在家护理

碰伤后立刻以冰袋冷敷伤处，可防瘀伤扩大，减少积血。

瘀伤一旦形成，就无法使它快些消散；按摩伤处只有使情况更糟。但如果瘀伤在腿的下部，血液循环又差，可以将腿高搁休息，有助积血较快被吸回血流。

何时去看医生

如果瘀伤部位剧痛，或在受伤二十四小时后，感到伤处活动困难。

如并无任何外伤，身上却出现瘀伤。

若老年人或血液循环不良的人小腿出现瘀伤。

医生会如何处理

以X射线为伤者检查伤势。严重瘀伤可能连带有骨裂或韧带拉伤，必须治疗。

为伤者验血，以断定血液是否有毛病，然后对症治疗。

预防方法

采取所有普通安全措施，防止意外。老年人尤须格外小心。家中东西不可乱放，例如地毯必须铺平，电线不可四处拖曳，以免绊倒。

预后

除非尚有其他疾病，否则瘀伤会完全消散。

血栓闭塞性血管炎

这是一种严重的进行性小动脉闭塞病，多发生于腿部及足部，手和手臂也常会受到影响。患者以四十岁以下、烟瘾大的男性为多。患者的动脉和静脉局部发炎及梗塞，虽然会长出新血管，但此病仍会在数年之内间歇复发。

症状

休息及劳动时，腿部和足部都可能感到疼痛。

足部冰冷，可能变色，呈红色或青色。

足部麻木。

足部感到灼热发麻。

双足及足趾变色。

腿部静脉经常发炎疼痛(血栓性静脉炎)。

延续时间

如不加治疗,症状会持续,还会恶化。

成因

尚未确知,但多与吸烟大多有关。

并发病

坏疽,可能要切除坏肢。

在家护理

停止吸烟。

保持正常体重。

对双足善加护理:经常小心修剪趾甲,穿合适的鞋子。

何时去看医生

如上述任何症状出现,表示腿部及足部血液循环不佳。

已知患上此病者,如果血液循环有任何突变,或皮肤出现溃疡、变色。

医生会如何处理

安排用超声波或X射线检查患者的血液循环;将造影药液注射入患者血流,以显示动脉情况。

给患者一般的医护指导,如劝导戒烟。

如果已生坏疽,或开始有坏疽现象,医生会提议为患者施手术,切除控制动脉的神经,以改善血液循环。这种手术称为交感神经截断术。

预防方法

戒烟,因为吸烟是目前已知与此病有关的唯一因素。

预后

如不加以治疗,后果堪虞。足部及足趾可能发生溃疡,终至形成坏疽,必须施截肢术切除。若能戒烟并加以治疗,病情通常都会好转。

拇囊炎

拇趾关节肿胀,但并无大碍。患者尤以中年妇女为多,通常双足都会发病。

症状

拇趾关节逐渐肿胀，患处皮肤变硬、发红、一触即痛。

穿上鞋时，患处更痛。

拇趾朝其他脚趾内弯。

延续时间

如不加治疗，拇囊炎不会消退。

成因

几乎全是因鞋不合穿而起的。儿童和青少年如果所穿的鞋不合适，特别容易罹患此病，因为他们的足部骨骼较成年人更易变形，而且即使拇趾弯也不大觉得疼痛。

在家护理

穿比较宽松的鞋；到药房买护垫垫住患处。

何时去看医生

如自行治疗未能减轻不适。

如果患处发炎程度加深，而且越来越痛。

医生会如何处理

送患者进医院施外科手术。

叫患者转看手足科医生。

预防方法

鞋一定要宽紧适中，年轻人更要注意这点。

如果拇趾关节开始发炎或者肿胀，应该立即以护垫垫住患处，同时要注意穿合脚的鞋。

预后

自行小心护理、动手术或经手足科医生治疗，多能减轻发炎肿胀，或彻底痊愈。

黏液囊炎

黏液囊是一个装有少量润滑液的囊，用以减轻皮肤或肌腱与骨骼之间的摩

擦。如果黏液囊发炎，囊中就会产生过多润滑液，妨碍正常润滑作用。黏液囊炎多发生于膝盖骨（俗称女仆膝病）以及手肘（俗称学生肘）处。

症状

患处肿胀，一触即痛，且有灼热感。

延续时间

由数日至多月不等。

成因

髌前囊炎（女仆膝病）多因常跪地工作而起。

肘黏液囊炎（学生肘）是长期弯曲手肘写字所致。中年人若患此病，可能连带有痛风。

在家护理

尽量少用发炎的关节。有时黏液囊炎也可以不药而愈。

何时去看医生

如果肿胀持续两星期以上，或越来越严重。

如果黏液囊变得疼痛，触摸时感觉灼热，或影响到正常活动。

医生会如何处理

局部麻醉患处，然后用一支细注射针抽出多余的润滑液。

抽出润滑液后，在空囊中注射类固醇药物，以减低复发的机会。

如果受到感染，就用抗生素治疗。

将患者送进医院施手术，切除黏液囊。这是一项小手术，只须局部麻醉。

预防方法

尽量避免做需要长期弯肘或跪地的工作。

假如不得不长期跪地，就跪在乳胶软垫上，以减轻双膝所受的压力。

预后

经过治疗预后一般良好。

胼　胝

如果人体某部分长期受到不正常的压力或摩擦，该处皮肤就会变厚，形成胼

胝。胼胝最常生于脚底骨头贴地的部位。几乎所有病例，都是因脚有毛病而引起的，例如脚趾受力不均匀，或走路时脚内弯等。

症状

患处皮肤厚化、变硬，稍微凸起，失去感觉。

延续时间

受压或摩擦不停止，胼胝不会消退。

成因

鞋不合脚，造成压力。

在家护理

应穿合适的鞋。在鞋底加上垫子，可以帮助减轻压力及痛楚。

何时去看医生

如果胼胝相当疼痛。

医生会如何处理

检查患者有没有引起胼胝的足患，指示患者去找适当的医生治疗。

叫患者看手足科医生，把厚皮削去一部分。

指导患者如何预防胼胝。

预防方法

从小开始，就应穿合脚的鞋。

预后

只要穿上合适的鞋，胼胝就会完全消退。

癌

癌不是单独一种病症，而是可以影响身体任何器官的病变，其中每种病变都有不同的症状，以及不同的康复机会。

癌是人体某部细胞异常生长的病变。人体是由数以亿万计的微小细胞构成的，这些细胞各具特殊功能，各司其职。细胞的正常生长繁殖，都依循一定规律；一旦患上癌症，病变那个部位的细胞生长就会失去控制，繁殖得极快，如用显微镜观察，可知其与正常细胞不同。因为这些癌细胞反常增长，所以往往造成肿胀，甚至溃疡。

正常细胞严守本分，经常留在本身应处的地方，绝不越出所在器官的范围之外。癌细胞却不受限制，肆意侵害其邻近组织。

这种过度生长并不限于附近组织，有些癌细胞还渗入血管和淋巴管，从而蔓延到其他较远的器官，比如肺部、肝脏、骨骼、淋巴腺等，造成新的癌变区域。这种移动和“拓殖”的过程，称为转移（病变从原发部位转移至继发部位），而新的癌变则称为转移生长物。

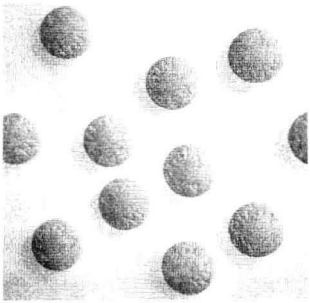
由于这种不受控制的癌细胞异常活动，人体能量被滥用而浪费掉，如果不加抑制，就会耗尽身体的储备，终致死亡。不过，用现代治疗法可以治愈的癌症，达百分之三十以上。

哪些人易患癌症？

虽然任何年龄的人都可能患上癌症，但癌症患者似乎以年纪较大的为多。满四十岁后，患癌症的机会即与年俱增。根据一项统计，每一千个四十岁的人中，只有三个患癌，六十岁的每千人中有九个，而八十岁的就每千人中有十八个之多。

年纪越大，细胞就越容易发生癌变，目前仍未确知其成因。但从现代医学界对癌症所作的种种研究来看，相信在不久的将来，这个问题就可得到答案。

医学界的研究范围，包括细胞因吸烟所受的刺激；某些食物引起的有害化学反应；日常饮食中欠缺食物纤维；过度曝晒于阳光下，尤其在酷热天气中；工厂使用橡胶和石绵等物料所引起的有害反应等。



虽然癌症患者以中年人及老年人为多，但有几种癌症，如白血病（血癌）、脑癌、骨癌等，则儿童也会罹患。

患癌的机会，男女大致相等，但男女各有些器官较容易患上癌症。例如，乳癌主要发生在女性身上，而男性患肺癌的却比女性多，因为男性烟瘾较大，开始吸烟时一般也较年轻。

癌症早期症状一览表

下列各种症状，可能是癌症的早期征兆。如果发现任何一种，应该立刻延医诊断。及早确认能增加治愈的机会。

咳出血来。

小便带血。

大便带血。

排便习惯改变，或便秘或腹泻。

阴道有带血的排出物。

两次月经之间、性交后或更年期后阴道出血。

长期咳嗽。

乳房有硬块。

颈部有硬块。

皮肤上出现经久不愈的疮（溃疡），尤以常接触到阳光的双手和面部为然。

不知何故，常感疲劳。

无端体重减轻。

不知何故，消化不良。

根据西方国家的一项统计，每四个因病致死的人中，有一人死于癌症，二人死于心脏病和中风，其余一人则死于别的疾病。

虽然各种癌症的确切性质和成因仍未确知，但是已有线索可追寻其中几种癌症的成因。

遗传趋向 尽管不少人有此想法，但癌症并非遗传病；然而，也许有些致癌的因素，是会一代传一代的。例如有些家族特别容易患上一种罕见的肠息肉，而这种病又会转变为癌症，因此必须尽早加以治疗。家中有烟瘾大的人，罹患肺癌的机会也较高。

容易致癌的职业 某些安全设备欠佳的化工厂和矿场，会使职工易患皮肤癌、膀胱癌和肺癌。

各种化学物质 食物、饮用水或空气所含的某些化学成分，可能刺激人体一些细胞，使其产生癌变，不过这个问题尚未证实。酗酒、生吃为某些尚未辨明物质污染的食物、饮用水受到放射性和化学性物质污染、工厂或住所的空气受污染等，都有致癌之虞。

吸烟 医学界现已公认吸烟与肺癌的确有关联。一些易患癌症的人，在二三十年烟龄内，抽了成千上万根香烟，吸入的烟会刺激支气管细胞变为癌性。

传染 在某些情况之下，动物也可因传染而患上癌症。中非洲有些儿童会受一种病毒传染，以致颈部生癌；也可能有一些致癌病毒，与某几种白血病和子宫颈癌有关。不过，癌症并不是传染病。

痣和疣 皮肤上的痣和疣多半是无害的，但有些可能会变形变色，甚至变成癌性。

一些有关癌症的名词

如前所述，癌不是单独一种病症，因此有多个不同的名词，用来描述癌。“赘瘤”指无由细胞形成的新生物；“肿瘤”是一个相类的名词，意指组织细胞大量增生，形成大得可见到或可触摸到的肿块；“恶性”指细胞肆意增生，侵害附近组织，并转移至身体其他部位。赘瘤和肿瘤分为良性（非癌性）和恶性（癌性）两类，但有些良性肿瘤，过了一段时间可能变为恶性，因此为了防患未然，有时良性瘤也须施手术割除。

有些癌症命名跟发生病变的细胞有关，比如肠道、支气管、腺体等管壁细胞的癌变，称为癌瘤；而生于肌肉、韧带和骨头纤维组织的，则称为肉瘤。

最易生癌的器官

人体最易生癌的器官是胃和肠，占癌症总数百分之二十四，其余顺次为肺（百分之十六），乳房（百分之十五），膀胱、肾脏和前列腺（百分之十三），皮肤（百分之九），如卵巢、子宫、子宫颈等女性生殖器官（百分之十九），身体其他器官和组织共占百分之十四。

目前，人体某些器官的患癌率正不断增加，这些器官包括肺、肠、前列腺、胰、乳房、卵巢和膀胱。

生于胃、口、唇、舌和子宫颈等处的癌，却逐渐减少。这种增多减少现象，医学界至今尚无圆满解释。

癌的症状与生长部位

癌的症状有很多种，须视原发部位而定，也须视其对附近组织及转移生长物所产生的影响而定。

癌变开始时，其体积甚小，可能并无任何症状；但是癌逐渐扩大，就会影响到所在器官的操作，以致出现局部症状，比如长期咳嗽，无缘无故消化不良，便秘或腹泻，腹痛，小便刺痛或排尿困难等。如肠癌或膀胱癌扩大至该器官表面，发生溃疡，会引起大小便带血，或带黏液状排出物。如果癌变的位置接近皮肤表层，如皮肤癌及乳癌之类，就可触摸到明显的硬块，这些硬块日后恶化，会成为溃疡。

妇女应每日检查乳房最少一次，如有硬块，就可及早发觉。

癌症早期，多无全身性症状，但是如果病情恶化，就会出现食欲不振、体重减

轻、极度疲倦等症状。

癌症的其他症状，有疼痛（但并不一定是早期症状）、黄疸、情绪及精神起落无定、癫痫式抽搐发作等。

怎样探测及检查癌症

虽然迄今尚无可靠的医学检验方法，可以探测出所有早期癌症，但定期作全身检查，对及早发现癌症确有帮助。例如医生可以检查乳房的异样硬块，加以诊断。乳房和肺部可借助X射线检查，以断定是否生癌。还可以化验粪便中的血丝、唾液和小便，看看是否有癌细胞。此外，至少每三年一次子宫颈涂片检查，可以查出子宫颈有没有生癌。

一旦有所怀疑，即须寻找可能生癌的部位。找出癌变所在后，可切出该处一小片组织，利用活组织检验法检验，以确定是否有癌细胞。此外可用X射线检查怀疑生癌的器官，并用电脑加以分析和诊断；而只要癌肿长大到肉眼可见，就可用放射性药物和造影剂显现出来。

现有的治癌方法

治癌的目标，是在癌变未转移至身体其他部位，未形成转移新生物前，先将癌的原发部位切除或消减。

因为对癌的性质和成因尚无全面认识，所以也没有任何特效药可以治癌。因此，治癌的各种方法可以说仍十分不完善，兹略作介绍如下：

施外科手术切除 切除原发部位的癌肿，同时割除附近组织和淋巴腺，因为癌细胞可能已蔓延至这些部分。乳癌、肠癌、肺癌、肾癌、卵巢癌、子宫癌、睾丸癌、骨癌及皮肤癌，都可以施手术切除，但脑癌则无法开刀切除。

施行手术时，外科医生难可看到及触摸到肿瘤，但无法确知微细的癌细胞蔓延至多远，唯有希望能在癌大规模转移前及时割除，然后以放射疗法或化学疗法杀死余下的癌细胞。手术切除的效果一般都很好。

放射疗法 X射线和其他射线能消灭细胞，而不会伤害到正常细胞。因为反常及快速生长的癌细胞，极易感受轻微的放射效应，而较稳定的正常细胞则不受影响，所以放射线可以用来治癌。

某些蔓延面积很广的乳癌和皮肤癌，放射疗法是唯一的治疗方法。在施手术或化学疗法后，也有时会用放射疗法来加强治疗效果。使用有潜在危险的放射疗法仪器，必须由专家操作，并且计算一定要准确。

化学疗法 有些药物可以消灭癌细胞，而不致伤害正常细胞，这类药物统称

性药细胞毒，可以口服，也可以注射或滴注；但如使用过量，就会连正常细胞也消灭掉，危及病人生命。因此使用这些药物时，必须格外小心。

细胞毒性药治疗淋巴肉芽肿（主要影响淋巴结和脾）、某几种白血病和男女生殖器官的某些罕见癌症，甚有疗效。有时即使难以根治，也有助止痛，以及减轻某些恼人的症状。

非正统疗法 非正统的治疗方法也有许多，比如顺势疗法（给病人服食微量药物，这些药物能使健康的人也产生类似该种病症的症状），自然疗法（不使用药物，仅以特定饮食和运动治病），以及信仰疗法（依靠祈祷及信心的力量治病）。有些人在遍试各种治疗后仍无起色，就会去寻求偏方神药，虽然偶尔会有奇迹出现，患者得以康复，但其功效常可一不可再，因此绝不是治癌的灵丹妙药，而且治愈的病例也没有医学根据。

在某些罕见的病例中，人体本身能战胜和消灭癌细胞，使癌症不药而愈。这种难以解释的现象，大多数医生也遇见过，而且不止一次，因此越来越多人相信，癌症虽然仍是致命的病症，不过再不如过去所想象那样，是人类“无法战胜的死亡”。

无论采取何种疗法，总以尽早治疗最有效，就是说在癌变尚未蔓延时彻底加以治疗。因此，为了防患未然，定期检查身体，及早发现癌变，就更加重要。

肺癌、乳癌、肠癌、子宫颈癌、睾丸癌、皮肤癌、膀胱癌和血癌（白血病），可通过检查身体得知。定期验尿和验痰可发现其中有没有癌细胞。吸烟者应定期做胸部X射线检查，看有没有肺癌。

治癌的进展

以目前的先进医学知识和医疗技术来看，癌症再也不是绝症。现在每三个癌症患者中，就有一个在治疗后能活五年或更长时间（这是现行的治愈定义）。对治愈癌症的展望，是越来越乐观的。

某些癌症较其他癌症容易治疗和受到控制。根据英国一项统计，下列癌症的治愈率都很高：

皮肤癌：九成患者可治愈；

子宫癌：几乎一半患者可治愈；

膀胱癌：接近一半患者可治愈；

乳癌：三分之一患者可治愈；

血癌（例如白血病和淋巴肉芽肿）：三分之一患者可治愈；

前列腺癌:四分之一患者可治愈;

肠癌:四分之一患者可治愈。

一九八一年,伦敦的帝国癌症研究基金会宣称,有好几种癌症的治疗获得重进展,尤其是儿童患的癌症。新治疗法加上疗效更佳的药物,可使七成半白血病儿童患者免于死亡,十年前只有一成儿童患者得救。但肺癌、脑癌、骨癌、胃癌、胰癌、肝囊癌、肾癌等癌症,治愈率依然极低,医学界正继续研究,寻求治疗方法。

末期癌症患者的护理

虽然很多癌症患者最终不免一死,但是在患病的末期,仍有一些办法可以尽量减轻患者的苦痛和不适。如果有适当的药物和妥善护理,疼痛、呕吐、大小便失禁、失眠等症状,都可受到控制。

对待末期癌症患者,应该采取积极态度,鼓励他们尽量过正常生活。有些患者还能回家度过最后的日子;在家中他们仍然有医生、看护和社会工作者的照顾,更可得到亲朋戚友的安慰和鼓励。但如果条件不容许,医院或专门的疗养院,都可以照顾这些患者。

怎样预防癌症

要预防癌症,最重要的还是靠自己。有一些防癌办法,如能小心奉行,也可大大减少患上各种癌症的危险。

举例来说,戒烟可减少患肺癌的可能;多吃高纤维的食物,可以提供大量粗纤维,患肠癌的可能性也随之降低。(有些专家认为,乳制品一类刺激性少的食物或可致癌症。)

每个人都应当留心自己的身体状况,如果发现有体重无缘无故减轻,痣突然变大等现象,都可能是癌症的症状,应该立刻去看医生。总之,一有疑虑,应即查明。

神经衰弱性心脏病

患者虽自诉有心悸、气促、胸闷等与心脏有关的症状,经过各种检查,却查不出心脏有何病变,这是极为常见的事。对这种症状至今还没有统一的病名,有"心脏神经机能病"、"神经性循环衰弱"等。不过,一般说来,心脏神经机能病主要指精神性原因引起的,而神经性循环衰弱多指某些疾病变化引起的。

症状

心悸、胸痛、气促，很容易疲乏。

又可能有呼吸困难、手足发冷、头痛、失眠、盗汗等症状。

成因

精神紧张，多愁善感，对疾病和死亡的恐惧、不安。不是人人都会患上此病，与个人性格和体质有关。

在家护理

日常生活避免精神紧张。

若与经历过的不安和恐惧等心理因素有关，要主动请教专科医生（精神科），听从医嘱。家人的关怀和帮助也很重要。

何时去看医生

发现上述症状时。

医生会如何处理

先听取患者自诉感觉，进行胸部X射线摄影、心电图、心回波图（用超声波反射波获得图像）等有关检查，以确定心脏有没有病变。

检查后若发现心脏没有病变，为减轻症状，可服用镇静药物。

预后

有症状持续不断的例子，但一般是没有生命危险的，也不会严重影响日常生活。

心 肌 病

这是一组心肌病变，可导致心脏逐渐衰弱，心律不整、终致心力衰竭，但冠状动脉则大致正常。任何年龄的人，甚至儿童，都可患上此病。

症状

呼吸浅促。

咳嗽。

心绞痛。

延续时间

心肌病是一种进行性疾病，通常延续数年。

成因

心肌病的成因一般都不明确，不过其中有些可能是遗传的，另外一些则与其他疾病有关。

酗酒。

何时去看医生

如果无缘无故呼吸浅促、咳嗽，或从事体力劳动时引起心绞痛。

医生会如何处理

根据不同的症状，给患者服食各种药物，也可能送患者往医院作特别检查，诊断疾病的确切性质，这样或须施行麻醉，切取一点心肌样本，在显微镜下仔细观察。

有时可能要施行心肌手术，以缓和症状。

预防方法

如家族中有人会患心肌病，或有某种遗传病，打算生育的人就应该小心考虑怀孕所冒的危险。

预后

一旦出现症状，心肌病已颇严重；但在接受治疗之后，可将病情控制数年之久。预后则因心肌病的类别而不同。

腕管症候簇

自腕通至手的神经之一，在穿过腕小管时受压迫而引起的复合症状。腕小管是手腕中一个空腔，弯曲手指的腱也从这里经过。神经受到压力时会引起疼痛，并使手失去部分功能。在严重的病例中，可使拇指根部的小肌肉变得软弱无力。患者多为中年及老年女性，尤其是打字员、钢琴家、家庭主妇等常用手指工作的人，特别容易患上。

症状

患手的拇指、食指及中指疼痛、刺痛、麻木。在晚上或身处极暖和的环境中时，疼痛会加剧。

疼痛和刺痛可能延至前臂。

做缝纫等精细工作时，手指笨拙不灵。

延续时间

症状可能在一段时间中渐渐加剧，这段时间自数星期至数年不等。

病症会一直持续下去，直到施小手术割治后，才会痊愈。

成因

穿越腕小管的腱渐变粗厚，压迫神经。

因其他病症而引致腕小管的空腔缩小，如手腕骨关节炎、黏液水肿、风温性关节炎、妊娠等。

在家护理

避免做会引起疼痛的动作。如晚上疼痛加剧，可用冷敷法敷患处或将手臂伸出床外垂下。

何时去看医生

一旦发现上述症状。

医生会如何处理

给患者服止痛药。

在患者手腕上注射肾上腺皮质素。

如果试用上述方法治疗无效，可能考虑将患者送往医院施手术，减轻腕小管神经所受的压力。

预防方法

无。

预后

良好。施手术后无不良后果。

软骨撕裂

因突然扭动引致膝部一块软骨撕裂的损伤。膝部有两块软骨，稳固而有弹性，位于膝关节中骨头连接处之间，具有减震作用。足球员之类的运动员，以及矿工等须蹲下工作的人，特别容易撕裂软骨。

症状

关节突然扭动后，膝部疼痛。

膝部肿胀。

膝关节有时会卡住，不能完全伸直。

成因

膝关节弯曲，小腿及脚掌立定在地上时，突然扭动膝部。

延续时间

除非将撕裂的软骨切除，否则膝部可能受到更严重的损害。

在家护理

受伤的膝部不可再受压力。

何时去看医生

若有上述症状，立即诊治。

医生会如何处理

叫患者休息。

送患者入医院，开刀切除撕裂的软骨。

预后

经适当治疗后，膝部通常都会痊愈，情况令人满意；但运动员的技能可能会受到影响。

伤愈后十至二十年，膝部可能会患骨关节炎。

猝倒症

因精神受到刺激而突然倒下。

症状

头向前倾，下巴松垂，双膝弯曲，患者可能不支倒地，但神志一直保持清醒。

延续时间

发作为时可达两分钟。

成因

狂喜、悲伤或忿怒等强烈情绪，都可能干扰到脑中控制肌肉的部分，引发猝倒症。患有发作性睡病的人，特别易患此症。

并发病

除了可能因跌倒而受伤外，并无其他并发病。

在家护理

不宜，但发作时可助患者免于跌伤。

何时去看医生

如有猝倒症发作。

医生会如何处理

送病人入医院检查，以确定是否患上猝倒症。

给患者服食减少发作率的药物。

预后

猝倒症并非严重疾病，但无法根治。患者多于青春期初次发病，终其一生都难以治愈。

白 内 障

白内障是眼球的水晶体混浊不清，但不会产生疼痛。通常双眼都会受到影响，而以其中一眼较为严重。大多数六十五岁以上的人，多多少少有点白内障，但大都不大严重，对正常生活影响也不大。

症状

视觉变得模糊不清，尤以远望时为甚，通常其中一眼的病情会比较严重。发病初期，阅读、缝纫等较费眼力的工作，多未受影响。

延续时间

治疗白内障只有施手术割除，滴眼剂、药物或眼镜，都治不了白内障，而且此病也不会自行消失。有些白内障病情恶化十分缓慢，患者到八九十岁，视力才会出现问题；有些病情不断慢慢恶化。另外有少数患者的病情，在数月间迅速恶化，原因不明。

成因

最普遍的成因是年老。年纪渐长，为眼球水晶体供血的机能渐衰，水晶体的透明度就会日减。

糖尿病可引起白内障。虹膜炎、青光眼或视网膜脱离等眼疾，也可能引致白内障，但可能性不大。

在家护理

白内障只能施手术割治，并无其他简易疗法；而施手术的日期则越晚越好。原因是两眼的水晶体如其一尚能视物无大碍，即使另一因白内障几近于盲，也总比其中一眼没有水晶体好。应当等到视力较好的那只眼睛也视物不清，以致影响日常生活时，才开刀割治。

何时去看医生

如视觉模糊不清。

医生会如何处理

为患者检查视力。给患者双眼（可戴上眼镜）轮流辨认视力测验图上大小不一的字母或数字，测知患者可以看到最小的字是哪一行。医生也会用检眼镜查看患者双眼。

如证实是患上白内障，但其中一眼视力尚佳，医生或会告诉患者暂时无须治疗，到发现该眼看东西模糊不清时才复诊。医生也可能安排患者在六个月或一年后，再作检查。如果医生介绍患者去看眼科专家，专家也大多会说暂时不用开刀，只须经常检查病情的变化就行。

但如果视力较佳的那只眼睛也看不清楚，影响到日常生活，眼科专家大都会提议开刀，把白内障割除。施手术割除后，患者须配戴特别眼镜或隐形眼镜，可能要经过一至两个月的调整，才能完全适应。

预防方法

白内障通常无法预防，但糖尿病患者如任由病况恶化，不加控制，就会加速并发眼疾，导致白内障。

预后

虽然年纪老迈多会发生白内障，但是每一千个七十五岁以上的人中，仅有十五人要因此去看医生，而且其中只有少数几个必须割治。割除白内障后，预后大都非常良好。

猫 抓 热

一种影响身体各系统的罕见疾病。被猫咬伤、抓伤皮肤表面，或被荆棘擦损

皮肤，都可能引起猫抓热。

症状

在受伤数日后，伤处出现一个含脓小水疱。

受伤二至六个星期之后，伤处变得肿胀疼痛。

与受伤部位相连的淋巴腺可能会发炎、肿胀含脓，有时会有严重脓肿。

体温可能稍微上升，还有头痛、寒颤、疲倦及浑身不适的感觉。

有时手部和足部分出现皮疹。

延续时间

症状可持续两星期至数月之久。如淋巴腺有严重脓肿，则可能需要一段长时间才能康复。

成因

猫抓热的确切成因尚未清楚，但可能与一种病毒有关。

在家护理

跟普通发热一样护理，卧床休息，吃易消化的清淡食物，多喝水。

何时去看医生

若伤处出现含脓的水疱，并且肿胀疼痛。

医生会如何处理

普通医生多不能诊断猫抓热这种病，会送患者进医院检查。

医院医生或需切取一点水疱组织，在实验室显微镜下详细检查。

可能需要导出淋巴腺脓肿中的脓液。

预后

猫抓热通常会在四个星期内自行痊愈。

蜂窝组织炎

这是皮肤和皮下组织的蔓延性发炎。糖尿病患者特别容易罹此病。

症状

皮肤因为肿胀而变红、灼热、触痛、紧绷得发亮。

皮肤发炎处可能出水疱。

自患处至最接近的淋巴腺，可能出现发炎红腺（淋巴管炎），例如沿着腿或臂向上延伸。

最接近的淋巴腺或会肿胀，有触痛感。

患者不久即会感到发热及不适。

成因

最常见的成因是细菌感染。细菌自皮肤伤处或一个看不见的刺孔进入皮肤，迅速扩散。

昆虫咬伤带来毒素。

化学中毒。

并发病

可能并发疖和痈。有时感染或会蔓延至血液或骨头。

在家护理

让患处休息，将患处置于比身体其他部位较高之处，以减少蔓延的危险。

何时去看医生

因为蜂窝组织炎的成因难以断定，所以最好还是去看医生。

医生会如何处理

确定患者并非患上其他更严重的病症。

如断定是由细菌感染引起，就给患者注射或服食抗生素；抗生素应能迅速控制病情。

预防方法

意外感染是不易预防的。在肮脏的地方，较易染上蜂窝组织炎。

预后

越早治疗，越快康复。

感染治愈后，发炎最厉害的一处干燥皮肤可能剥脱，但是没有什么害处。

不会留下疤痕。

子宫颈癌

生于子宫颈的恶性瘤，称为子宫颈癌。这种疾病较为少见，以往患者多为三十五岁以上的妇女，现在也有见于年轻女性，原因不明，但经常服食避孕丸或有

可能是原因之一。

症状

两次月经之间，阴道出血。

性交后阴道出血。

更年期后阴道出血。

阴道有不正常排出物，可能呈褐色，有恶臭。

延续时间

如不予治疗，病情不会好转。

成因

男女杂交，尤其是性交时男方没有避孕套，会增加患子宫颈癌的机会。

妇女十八岁前有性行为，也会增加患子宫颈癌的机会。

并发病

癌变可从子宫颈蔓延到其他器官。

在家护理

不宜。

何时去看医生

不论是更年期之前或之后，阴道如有不正常出血或排出物。

医生会如何处理

为患者作骨盆器官检查，并以金属窥器检查子宫颈。

作子宫颈涂片检查，以确定不是患上子宫颈癌。

烧灼糜烂部位，过程快速无痛。

预防方法

无。

预后

多数病例能自行复元，其余的用烧灼方法也可治愈患处。

颈肋症候簇

有些人天生多了一条肋骨，位于正常胸腔之上颈根处。这条肋骨称为颈肋，

通常不会引起问题。

但少数人的颈肋则会压迫颈部神经，引起手臂内侧疼痛，特别是在用手提携重物，或感到疲倦时。有时手部也会感到轻微麻木或软弱无力；又波及眼部，引致眼睑下垂，瞳孔收缩。

如果出现这些症状，应立即去看医生。医生会叫患者去照 X 射线，检查有无颈肋；不过在大多数情况下，这些症状都是颈椎关节强硬或腕管症候簇引起的。

手臂疼痛也可能是颈部肌肉压着神经所致。不过，如果断定是患上颈肋症候簇，而且症状十分严重，医生就多会建议患者将颈肋切除。手术后多可彻底痊愈。

子宫颈涂片检查

这是检查子宫颈组织中有无癌前期细胞的方法。癌前期细胞如果不予治疗，日后就可能变成癌细胞。这种检查方法可在医生诊所或计划生育组织的诊所进行，只需几秒钟，而且毫无痛楚。医生会取出少许子宫颈组织作为样本，放在显微镜下检查，如发现有癌前期细胞，便会转请妇科医生从速治疗。

女性自有性行为开始，就应定期去作子宫颈涂片的妇科检查。医生会视实际情形，决定检查次数。

子宫颈涂片检查查不出子宫癌。因此即使新近的涂片检查显示并无异样，但如发现阴道有不正常排出物或出血，也一定要去看医生，因为这可能是子宫癌的症状。

颈椎关节强硬

此病会引起颈部那段脊柱疼痛，颈项活动受到限制。患者多为四十岁以上的人。有时连带有颈部椎关节脱出。

征状

后颈或肩胛疼痛，尤以作某些姿势时为甚，例如躺在床上用几个枕头垫高头部。

手指或手可能疼痛、刺痛或麻木。

延续时间

如加以治疗，可于两三个月内痊愈。

成因

年纪渐大，脊柱关节免不了会退化，所以如果颈部受伤，或受其他因素影响，例如睡觉时枕头垫得过高，就会引致颈椎关节痛。

并发病

转头或向上望时，可能引致输往脑部的血液放慢，造成短暂头晕或一时性黑蒙。

在家护理

服食适量止痛药。

何时去看医生

如果服食止痛药后，患者头部或肩膊仍然不能止痛。

如手或手指疼痛、麻木或无力。

如果头部转动或仰望时，出现短暂头晕或一时性黑蒙。

医生会如何处理

详询患者会否受伤，或是否因换了新车或新家具而改变惯常的坐姿。

检查患者头部，测试上臂的反射作用及感觉，然后安排 X 射线检查。

如病情轻微，医生会给患者服食止痛药，或加上物理治疗。

如病情严重，则叫患者佩戴适当的颈圈，固定颈椎位置。

预防方法

避免做出会拉伤颈部和上背部的姿势。

预后

八成患者可根治，其余二成则可能在两年内复发。

颈神经症候簇

由颈部至肩、臂、手，出现瘾痛、麻木、发冷，有重压感、乏力感等症状的总称。

成因

起因于颈椎及其周围组织的，多基于颈部脊椎病发、颈部椎间盘病变之类的疾病，中年以上者易患此病。

起因于胸廓出口的，有胸廓出口症候簇（神经和血管在胸廓出口一带受压所

致)。

假如是肌原性、自律神经失调性的,常见于工作时要操作针孔机器的人,以及更年期的妇女。

在家护理

减少颈项活动。

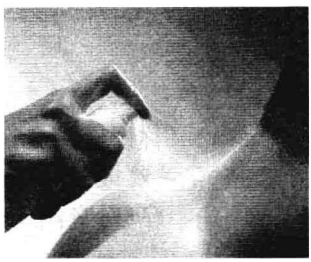
睡觉时把枕头垫在头后处。

保持安静

何时去看医生

发现上述症状时,要尽快诊治。

医生会如何处理



对起因于颈椎及其周围组织病变的,可采用牵引疗法和戴固定颈椎的颈圈。这些治疗无效时,可动手术治疗。

如起因于胸廓出口症候簇,可用运动疗法,促使患者在日常生活中注意保持正确的姿势。这个疗法无效时,也可动手术治疗。

如果是肌原性的话,患部宜少活动,对压痛点作局部麻醉注射。如果是自律神经失调的,就要服用药物。

预防方法

由年龄增长导致的,无根本预防方法,要避免颈部运动过分。

属肌原性的,注意勿过分疲劳。属自律神经失调的,无预防方法。

预后

由病变导致的,即使症状改善,骨骼本身的变化不会改善。肌原性的,患部减少活动和通过治疗,能在较短的期间(几个星期)内治愈。自律神经性的,则视实际情形而定。

唇 破 裂

嘴唇疼痛、发炎、粗糙和裂开,通常是气候严寒及冷风吹袭所致,用润唇膏就可治愈。

有时唇破裂会跟疼痛红肿的单纯疱疹混淆。在别的情况下，口角可能长时期破裂或者生疮，这通常都是疣或溃疡，不过也可能会是癌。如果嘴唇肿胀，颜色鲜红，上下唇会合处破损，则称为唇干裂，其成因通常是缺乏维生素 B，或其他营养性疾病，尤其是伴随有眼痛，及口角出现向外扩散的灰白色皮肤皱纹（口角炎）。要是唇皱裂经久不愈，且引起不适，最好还是去看医生。

唇 干 裂

唇干裂是嘴唇及口角处干裂，出现鳞屑的现象，相信是缺乏维生素 B 所致。肉类、角、乳类制品以及蔬菜，都含有维生素 B，服用大量维生素 B 常可使病情好转。

红 斑

红斑又称樱桃状血管瘤或德摩根氏斑，俗名老年斑，是老年人胸背常出现的小丘疹，呈鲜红或紫色，通常约宽八分之一时（三毫米），内有一些微细的血管。红斑不痛不痒，对身体也无害处，更不会像传说般演变成癌。

症状

红斑不曾引致不适，但刺破后容易出血。

成因

不明。

在家护理

患处破损出血，可用清洁纱布轻按患处止血。

何时去看医生

虽无碍健康，但若不安心，可去看医生。

医生会如何处理

告诉患者不必担心，说明此病无害。

预后

随着年龄的增长，红斑会渐多，但不会变大。

水　痘

水痘是一种传染病，由水痘带状疱疹病毒引起。这种病毒也可引起带状疱疹。水痘患者大多是儿童，偶尔也有成人。此病每两三年流行一次，在学校或儿童集中的地方迅速散播开来。出过一次水痘后，可终生免疫。但病毒也会在体内潜伏，日后可能引起带状疱疹。儿童多半出过水痘，但也有些接触过病毒后，不但没有出水痘的症状，反而获得免疫能力。

症状

胸背首先会出现非常刺痒的皮疹，继而蔓延至四肢、面部及头部。开始时患处出现许多凸起的红点，迅速形成水疱，然后水疱溃破或萎缩，干后结痂。

皮疹约在四天内陆续出现，因此患者身上可能同时有各个阶段的皮疹病变。

轻微发热。

患者在一两天内，可能感到十分不过，尤其是成年人。

潜伏期

十二至十四天。

延续时间

水疱干后结痂，大致需时五天，再过两周后，痂皮逐渐脱落，回复正常。

从出现皮疹前四天，到全部水疱结痂这一段时间内，患者最易将水痘传染给别人。

成因

一种滤过性病毒，和患者密切接触即受感染。

并发病

水疱会受细菌感染，发炎化脓。

肺炎是较少见的并发病，后果严重。患者以成年人居多。

在家护理

水痘患者多半不必看医生，在家里经适当的护理后，可自行痊愈。

保持皮肤清洁干爽。

每天淋浴一次，浴后要将皮肤轻轻拭干。

在患处涂上炉甘石乳剂，每天两次，可减轻皮疹的刺痒。

不要压挤水痘，否则结痂后会留下小麻点。

大量喝水。患者若食欲不振，不必勉强进食，可吃流质食物。

休息。

按规定剂量服用止痛药物，可退热及舒缓不适状况。

一般说来，不必将病童和其他孩子隔离开来，因为病毒在潜伏期中，即病毒还未出现皮疹时，可能早已传染给其他孩子。何况童年时代出水痘总比成年后为佳。不过，未满六个月大的婴儿和妊娠后期的妇女，应尽量避免受到传染。假如孕妇在分娩前数天内患上水痘，新生儿也可能患上水痘，病情会颇严重。

妊娠期患上水痘，不会影响胎儿。

老年人不可与水痘患者密切接触，否则可能受到感染，患上带状疱疹。

何时去看医生

病童发高热、呕吐或剧烈咳嗽。

眼睛本身（不仅是眼睑上）也出现水痘。

皮疹受细菌感染发炎。

医生会如何处理

如果皮肤、肺部或耳朵都已受细菌感染，则给以抗生素治疗。

预防方法

水痘无免疫的接种疫苗。唯一的预防措施就是避免与患者接触。但不要过分担忧孩子得病，顺其自然好了。

成人因其他疾病，正在服用抑制自然免疫功能的药物（如类固醇）时，如果和水痘病人接触，可能要注射抗体来增加抵抗力。

预后

水痘可完全痊愈。除非用手指压挤患处引致发炎，否则不会留下疤痕。

冻　疮

冻疮常长在脚趾、手指和小腿上面。患处皮肤变作紫红色，并肿起来。身体上其他部位也会生冻疮，例如穿上紧身裤子在户外工作的人，臀部容易生冻疮。妇女的小腿过胖，在严寒的气温中，血液循环不佳，也常会生冻疮。严重的冻疮可使皮肤溃烂。

症状

疼痛。

患处发炎，大小约一至二时（二十五至五十毫米）宽。

肿胀。

发痒。

有灼热的感觉。

延续时间

停止暴露于严寒中后，冻疮大都在二至三星期内痊愈。如不加护理，则可持续很长时间。

成因

暴露于严寒中。

在家护理

必须避免再受冻。宜戴手套，穿厚裤子及适当的鞋袜，保持四肢温暖干爽。

不可搔抓患处。

何时去看医生

若穿上足够的衣物也防不了生冻疮，或生了冻疮三个星期还未痊愈，就要请医生治疗。

医生会如何处理

给患者冻疮药膏，以减轻不适。

有几种罕见的疾病也会出现类似冻疮的症状，医生会检查患处，加以确定。

少数病人的血液循环不良，可能要施行交感神经切断术，把控制血管收缩的神经切断。这种手术可以治疗脚趾上的冻疮，但是对小腿上的冻疮无效。

预防方法

天气严寒时应穿足够的衣物，包括有衬裹的靴子及厚裤。如果卧室有中央暖气设备，则很少会生冻疮。

保持足部干爽。

预后

身体若能保持温暖，冻疮可十足痊愈。

如腿部的冻疮溃烂，可留下疤痕。

衣原体感染

衣原体是一类微小的细菌，可以引起多种炎症。衣原体是近年才发现的，现在其重要性已逐渐为人所认识。这一类疾病诊断较困难，但可用抗生素治疗。衣原体感染引起的疾病，有下列几种：

沙眼，最常见的眼疾。若不加治疗，病况严重者，可引致失明。

婴儿肺炎。

单纯性尿道炎，性病之一，比淋病更为普遍。患者日益增多。

输卵管炎，可能导致不育。

陵睾炎，位于睾丸旁边的附睾感染发炎。

花柳性淋巴肉芽肿，也是性病之一。男女患者腹股沟部位的淋巴腺肿大。

莱特尔氏病。患者同时患有关节炎、结膜炎和尿道炎。

鹦鹉热。这是一种肺炎，从鹦鹉等鸟类传染而来。

褐 黄 斑

褐黄斑是女性面部出现的褐黄色斑块。怀孕妇女多有褐黄斑，所以也称为妊娠面斑。医学上又称为黑斑病。

症状

有些妇女怀孕时，或服用含有雌激素及孕激素的避孕丸后，面部出现褐黄的斑块。

延续时间

这种症状通常是暂时性的。分娩或停服避孕药后三四个月，便会逐渐消失。斑块若因香水而起，停用香水后，也会自然消失。不过也会有褐黄斑持久不散的。

成因

妊娠期内，激素大增，刺激皮肤黑色素。

避孕药物中的孕激素，也会刺激黑色素增加。

很多香水中的佛手柑油，含有一种酮，可以使皮肤色素细胞在阳光照射下，产生强烈的反应。

在家护理

这种现象是短期的，可用化妆品遮盖斑块。

何时去看医生

患者感到焦虑不安，或褐黄斑成因不明确。

医生会如何处理

诊断这种色素沉着是否由其他不寻常的疾病所引起。

预防方法

化妆品或香水若引起皮肤色素沉着，应停止使用。

预后

褐黄斑会在三四个月内慢慢消散，极少持久不退。

霍　乱

霍乱是一种急性传染病，可在世界各地流行。病原体是霍乱弧菌，藏于患者和带菌者的粪便中。在卫生情况欠佳时，霍乱可藉苍蝇和污水四处传播。每逢地震或洪水泛滥等天灾之后，霍乱疫症就迅速蔓延开去。

症状

严重水泻。患者无腹痛，但情况严重。

呕吐不止，但没有恶心现象。

严重脱水，使体重骤减及肌肉痉挛。

潜伏期

六至四十八小时。

延续时间

二至七日。

成因

饮用水和未经煮熟的食物，特别是蔬菜水果，受到带菌者污染，疫菌滋生。

在家护理

若不能马上找到医生或送院治疗，先让患者躺下休息。

给患者喝大量葡萄糖水及冷饮料，如柠檬水、薏米水等。

何时去看医生

怀疑染上霍乱，应该立即去看医生。

医生会如何处理

安排静脉滴注大量盐水，补充失去的盐分和水分。如能及时有效治疗，患者可迅速恢复健康。

给患者注射或口服抗生素，但这是次要的，治疗主要还是补充腹泻失去的水分。

预防方法

前往霍乱疫区旅行之前，应接受防疫注射，功效约可持续六个月。但即使接受了防疫注射，仍有可能染上霍乱。

防疫注射分两次进行，中间相隔约十天。

在霍乱流行地区，水应煮沸后才饮用，所有食物都应该煮到熟透。

注意个人卫生及保持公众地方清洁，是防止霍乱的最佳方法。

预后

若及时补充肠道中失去的大量水分，患者可完全痊愈，致死的机会很少。

洪水泛滥或地震等天灾之后，霍乱会突然流行起来。在疫症蔓延早期，如果医院不能应付大量病人，则死亡率可高达百分之六十。

眼部血管疾患

视网膜上的血管因出血或血凝块而阻塞，可能影响视力。高血压或糖尿病患者较易患上。

症状

眼睛内血液循环受阻，一只眼可能突然失明，但毫无痛楚。若是动脉阻塞，极可能突然完全失明；若静脉阻塞，则可能局部失明。

视网膜中央的血液不足或有出血现象，患者视力会逐渐衰退，对阅读、编织等稍费眼力的细致工作，都感到困难。

高血压或糖尿病患者，眼部也可能出现不显著的轻微出血。

延续时间

康复的时间及程度，视乎视网膜受损的范围大小而异。视力在数星期或数

月内可有苦干改进。

成因

视网膜轻微出血，可能是高血压或糖尿病的普通症状之一。动脉粥样化，或静脉被硬化的小动脉缠压，都会产生小血块，引起血管阻塞。

何时去看医生

发觉视力突然减退，应该立即去看医生，以便找出原因。

医生会如何处理

用视力表检查视力，检查视野，再用检眼镜检查眼睛的结构。此外，也要量血压及化验小便是否有尿糖。

视觉突然丧失者，医生多会立刻送患者进医院转请眼科医生诊治。

视网膜动脉发生阻塞，医生可能使用大量类固醇（可的松），以防另一只眼睛受损。如静脉出了毛病，医生将作进一步检查及治疗，预防变成慢性青光眼。

预防方法

切勿吸烟。事实证明，吸烟会引起血管硬化，眼部血液循环疾患的根本原因，多半与大量吸烟有关。

患有高血压或糖尿病（或其他重病）者，应该继续复诊，观察病况变化。

预后

即使受损的一眼失去全部或部分视力，患者仍可逐渐习惯使用完好的眼睛。

如果中部视觉受损害，不致全失明，还可看见道路行走，病人却无法阅读，只能担当些不需有良好视力的工作。

肝 硬 化

肝硬化是一种慢性病，常跟嗜酒有关。肝脏细胞受到损害以后，就会为瘢痕组织似的硬块状纤维组织所替代。这种病如果能及时医治，未受损害的肝是能够回复正常状态的。肝硬化患者以男性较多，症状通常在三十岁之后出现，至四十岁后逐渐恶化。

症状

病发之初，可能没有明显症状，患者看来仍健康，并无任何不适。

通常肤色苍白，看似蒙上“污垢”。

慵倦无力，感到不适。

贫血。

手指和足部有刺痛麻木的感觉。

皮肤现出微血管扩张形成的蛛状痣。

男性患者乳房可能胀大，因为男人的身体本来都含有小量雌激素，在正常情况下，这些雌激素为肝细胞所抑制，起不了作用；但肝硬化患者因肝脏遭受破坏，不能抑制雌激素，于是引致乳房不正常地胀大。

睾丸萎缩。

失去性欲。

食欲不振，体重减轻。

延续时间

除非患者完全戒酒，否则由嗜酒引起的肝硬化不会痊愈。如果在戒酒后一年半内没有并发病出现，当可正常地安享余年，但不能喝酒。

如果患者不肯戒酒，肝脏便会继续受到破坏，终致死亡。

成因

大多数病例因酗酒而起。

其他原因造成的肝硬化，也可因喝酒而恶化。

麻醉剂、洗涤济和某些药物等化学物品造成的损害。

B 型肝炎病毒感染。

比较少见的成因包括心力衰竭、胆管阻塞，以及因其他物质和感染引起的肝细胞中毒。

并发病

痔。

腹水，即腹腔中积聚液体。

肝癌。

在家护理

不宜；一定要看医生。

何时去看医生

如果酗酒，或经常接触工业用化学溶剂。

如果出现上述症状。

医生会如何处理

验血以断定肝脏受损的程度；如病症与喝酒无关，也要验血断定致病原因。

视成因而定，叫病人转看专科医生，或向精神病医生或戒酒互助会求助。

劝告患者戒酒，以免肝脏继续受到破坏，并建议患者注意饮食，多吃含有丰富维生素的食物，以及充分休息。

预防方法

避免喝酒过多，或接触可能损害肝脏的物质。

如果是酗酒者，应及早去看医生。

间歇性跛行

步行时腿部肌肉痉挛。

症状

小腿肌肉紧绷，突然剧痛。这种痛症显然与步行有关，往往在走了某一段距离的路后发作。休息可以舒缓痉挛和疼痛。

延续时间

病情大都会越来越严重，治疗也只能减轻。

成因

供应血液给腿部的主要动脉粥样化。病发往往从腹部的动脉开始，向下蔓延到足部。

给小腿供血的动脉形成血栓（血凝固）。

并发病

一般治疗因腿患受到限制，有时还可能引致足部坏疽。

在家护理

让腿部休息。如果在户外走路时发作，应即停步，待疼痛减弱后才可放慢脚步继续走。

何时去看医生

一有这种疼痛，就应去看医生。

医生会如何处理

确定引起症状的原因是动脉广泛有毛病及变得狭窄，还是动脉仅为一细小血栓所堵塞。

安排患者接受 X 射线检查，以及在医院接受其他检验。

如有必要，施手术切除受到阻塞的一段动脉，植入人造血管来替代。

预防方法

戒烟。这是最重要的预防方法。

避免饮食过量，因为部分多余的食物会变成脂肪沉积在动脉中。如果能保持符合本身体高和性别的理想体重，就表示饮食没有过量。

预后

现有的治疗方法只能减轻症状，不能根治。

裂腭与兔唇

这是一种唇及腭的先天性畸形。这种畸形大都十分明显，但轻微的畸形病倒，就只有在婴孩张口啼哭，露出上腭时，才可以看到。这种畸形往往是遗传性的。

症状

婴儿吮吸母乳或奶瓶时有困难。（如有必要，可在出生后即用匙子喂哺。）

说话别有一套特征。

成因

大多数病例成因不明。

孕妇在怀孕头三四个星期内服食某些药物，可能造成这种先天性畸形。

在家护理

不宜，应该去看医生。

医生会如何处理

建议患者转整形外科医生，做一次或一系列手术，矫正畸形。

安排患童接受言语矫正治疗。

预后

在大多数病例中，手术十分成功。

连续阵发偏头痛

这是一种严重的头痛，每晚复发达数星期或数月之久，然后多年不再复发。此病患者以男性较多见，比女性患者多四倍。

头痛常在入睡后两三小时开始，先是一只眼后面剧痛，把患者痛醒。头痛是持续的，而不像偏头痛那样阵阵抽动。患者眼睛充满泪水，鼻先是阻塞，继而流鼻涕，面颊可能肿胀。

这些症状会持续一两小时。连续阵发偏头痛不像偏头痛，不会引起恶心和呕吐。

这种头痛可因精神紧张或喝酒而发作，成因可能是脑部血液循环暂时发生轻微障碍。

如果患者去看医生，医生会给患者服食含有麦角的止痛药，以帮助脑部的血液循环恢复正常。晚上睡前服下这种药物，可预防头痛发作。

尾骨疼痛

症状

脊柱的末段疼痛，或坐下时疼痛，或坐下后疼痛加剧。

延续时间

如果尾骨是由受伤引起的，疼痛可能持续几个星期。

成因

通常是尾骨受伤所致。最常见的情况是突然跌坐在硬物之上，把尾骨弄伤。患者以女性较多，因为在女性身体结构中，尾骨所受的保护较少。

在家护理

服食止痛药。

何时去看医生

如果疼痛剧烈或持续不消，行动受到影响。

如果服食止痛药无效。

医生会如何处理

检查患处，可能包括检查直肠，以确定不是尾骨骨折或其他疾病。

教患者采取正确坐姿。

安排患者作 X 射线检查，看尾骨有无骨折；如有骨折则可能要施手术治疗。

预后

如果是因伤而引起，但没有骨折，尾骨痛通常都会不药而愈。

乳 糜 泻

乳糜泻是一种罕见的疾病，患者不能自肠道中吸收必需要养料。此病有遗传性，患者多为婴儿，不过如果病情轻微，可能一直要到成年之后才会发觉。

婴儿患者的症状

患婴断奶之后，在六至十八个月大这段期间，发育几乎完全停顿。

患婴精神不振，身体虚弱消瘦，肌肉无力，腹部膨胀。

粪便异常松软，量多，颜色灰白，有恶臭。

成人患者的症状

无故腹泻

粪便呈灰白色，量多，带有泡沫，多油脂，会浮在水面。

经常有肠气，腹部膨胀。

身体瘦弱无力。

延续时间

儿童患者的症状可持续至青春期。在青春期，症状会消失，但日后可能复发。

成因

乳糜泻是患者肠胃不能抵受质（是小麦、大麦、裸麦和燕麦所含的一种蛋白质）引起的，所以要到婴儿开始吃面粉制成的食物时才会发病。

并发病

如果不加治疗，儿童的生长与发育都可能受到影响，而且容易染上各种感染病。

由于缺乏维生素和矿物质，可能导致贫血、舌头和口腔溃疡，骨头细小，容易

出血。

何时去看医生

如果症状持续数星期。

医生会如何处理

为患者做各种试验，以确定是否患上乳糜泻。

指导患者吃适当的食物，包括不含泻质的特制食品和各种必需的维生素。可用米、玉蜀黍或黄豆粉替代面粉。

建议患者的父母及家中其他儿童也接受检查，看看他们是否也不能抵受泻质。

预后

如果不再进食含有泻质的食物，病人就自然会恢复健康。

单纯疱疹

疱疹是人类最常见的传染病之一。疱疹病毒有两种，一型单纯疱疹病毒可以引起口、面和眼的感染，二型单纯疱疹病毒则会引起生殖器疱疹。超过半数成年人的血液，含有一型单纯疱疹病毒的抗体，换句话说，这些人受过此种病毒感染；不过，只有少数人记得自己出过疱疹。这种病毒潜伏在感觉神经细胞内，有时可以数年不会引起微状，但是一旦受到刺激，如发热、行经、受寒、日炙等，就会起活化作用。这种病有原发（第一次发作）与继发（复发）之别。成年人如果在童年没有受过感染，就可能随时染到。

原发单纯疱疹

六个月至五岁大的儿童，最易受到感染。

症状

受到感染的儿童通常会持续三四天发热和不适，但不出皮疹。这种情况大都当作伤风治疗，只有验血才能发现是单纯疱疹病毒作祟。

有些儿童会在嘴唇、口腔两边的黏膜、齿龈和舌头上出现水疱、疮和出血的溃疡。

女童患者的外阴和阴道，也可能受到感染。

在成年人中，特别是当护士、牙医和医生的，指甲周围的皮肤也会受到感染，

十分疼痛，情形很像指头疽，但不会化脓。

延续时间

疼痛不适的时间，可持续七至十天；溃疡可于三个星期内痊愈。

成因

单纯疱疹病毒感染。

成年人的生殖器原发疱疹，可能是一种从性交传染得来的性病。

在家护理

口腔有疱疹者应该用稀释的漱口剂频频漱口。

啜饮冰水。

如果嘴唇破裂，可涂些滋润的乳霜。

何时去看医生

如果患童出特应性温疹，应立刻去看医生，因为这种温疹会迅速蔓延开来。

如果患童病况恶化，昏昏欲睡。

医生会如何处理

给患者开含有抗生素的软膏，因患处常有继发性的细菌感染。

可能需要验血，以确定感染的成因。

如果患童十分不适，昏昏欲睡，应查明是否患有其他病症。

预防方法

成人患者应避免和儿童接触。

如果要接触别人身上怀疑患有疱疹的部位，应带上保护手套，以减低手指受到感染的机会。

预后

绝大部分患者可以完全康复，只有极少数人可能并发脑膜炎和脑炎。

这种病可能一再复发，称为复发单纯疱疹。

复发单纯疱疹

单纯疱疹常常在同一部位复发，最常见的部位是嘴唇及面部，但身体任何部分的皮肤都可能受到感染。

症状

大都突然发作。在典型的水疱出现前数小时，会有刺痒烧灼的感觉。水疱

会破裂结痂，还会因受细菌感染而引起疼痛。

延续时间

在三至五天内患处会结痂，通常在十四天内完全痊愈。

成因

由造成原发单纯疱疹的同一种病毒引起。这种病毒潜伏在人体的感觉神经细胞内，一受到某种刺激，例如感染、日晒、寒冷、行经或损伤，就会再起活化作用。

并发病

并发病很罕见，但可能引起眼睛的疱疹性溃疡及脑炎。疱疹病毒还可通过直接接触或性交传给他人，或在分娩时传给婴儿。

在家护理

涂抹酒精、凡士林或含有抗生素的乳剂，虽可使患处舒服一点，甚或使疱疹面积缩小，但不可能彻底治好。

何时去看医生

如果疱疹靠近眼部，应及早去看医生，以免发生并发病。

如果频频复发，也应诊治，因为患者可能有其他潜在疾病。

医生会如何处理

当确定不是患上其他疾病后，医生可能给患者口服并外用抗病毒药，一发现有起水疱的迹象，立刻按时服用。

预防方法

没有什么预防办法。但由于水疱内含有病毒，要避免和有水疱或水疱已破裂的疱疹患者接触。

预后

每次发作后都会消退，但可能常常复发。

溃疡性结肠炎

大肠慢性发炎，引起溃疡。

症状

初起时，不时会有带血的腹泻，这种腹泻可能突如其来，并且十分严重，但通常都比较轻微，同时连带下腹痉挛，常感内急，以及粪便带有黏液和血。

如果受影响的范围大，病况严重，每天可能腹泻达十至二十次之多；有时只泻出水、血和脓。

可能还会发热、不适、食欲不振、体重减轻，以及贫血。

成因

成因不明，不过家中其他成员有时也可能患上同一病症。

并发病

病变范围可能只局限于直肠，称为直肠炎，病况十分轻微，并发病也很少。

病变也可能蔓延至整段结肠。

常常引起出血。

溃疡可能使肠壁穿孔，造成腹膜炎，患者会突然感到严重腹痛。如有这种情况，应该立即去看医生。

可能引起非癌性瘤生长。

可能引起关节炎、眼睛发炎，及多种皮肤病。

如果患者的结肠炎始终不愈，病变蔓延至整段结肠，并持续十年以上，患肠癌的可能性就会极高（几乎是普通人的二百倍），而一半以上的患者，在患结肠炎三、四十年后也会患肠癌。如果得到适当治疗，这种危险性就会减低。

在家护理

病况轻微的患者仍可照常饮食，但忌吃生冷水果和粗糙的蔬菜纤维。

避免紧张和焦虑。

剧烈发作时，卧床休息。

服食适量的止泻药物，以减缓大肠蠕动。

何时去看医生

如症状严重及迅速恶化，或腹泻一再复发，或持续达两三个星期以上。

如果粪便有血或脓。

医生会如何处理

用钡灌肠剂为患者作 X 射线检查，及用乙状结肠镜（一种有照明装置的检查

设备)观察肠内情况,以确定是否患上这种病,以及病变的程度。

给患者服食药物,以减少发作的次数。这些药物包括类固醇制剂,有片剂、栓剂或灌肠剂,灌肠剂可以由患者自己灌入,留在大肠中一夜。

建议患者吃适当的食物,好让肠道休息,从而减少腹泻。

严重或久病的患者,可能要输血,以对抗贫血和帮助康复。

有些患者可能要接受回肠造口术。这种手术把整段结肠切除,在腹壁上开口,将小肠(回肠)引出来;排泄物从腹部的孔口流入固定在表皮上的特制塑料袋内,这种袋用过后即可弃掉。

预后

约有百分之十的患者,初次发作就极其严重,出现出血、肠穿孔及感染等严重并发病。

其余的患者可能时好时坏,长期不愈。

六十岁以上的人甚少患此病,一旦患上,病情都十分严重,而且会致命。

结肠蠕动迟缓

患者的大肠对满反应迟钝,蠕动缓慢,因而排便困难,以致大量黏软如油灰的粪便积聚在大肠之中。

症状

便秘,但粪便软而不硬。

排便困难。肠道不断受到刺激,分泌液体,以致可能发生水泻。

肠气可引起腹内及直肠的痛性痉挛。

延续时间

此病可能持续一生,虽然并无大害,却使患者非常烦恼,而且也难以治愈。

老年人更可能长期患上此病。

成因

年老体弱的病人若需长期卧床,不能上厕所,便很容易造成便秘,引起此病。

长期卧床行动不便的病人,无法利用厕所或便桶,要在床上使用便盆,可能因而抑制了正常的排便功能。

在家护理

服用轻泻剂。

让大肠习惯定时排便，例如在每天早餐后半小时；尽量使用厕所或便桶。

吃大量粗糙食物，例如水果和蔬菜。

经常运动会有帮助。

腹痛时俯卧在床上，可助排出肠气。

何时去看医生

如果用上述的护理方法未能奏效。

医生会如何处理

指导患者吃适当的食物和多做运动。必要时可用栓剂或灌肠剂帮助通便。

安排护理人员替病人进行灌肠，或用手指挖出大便。

预防方法

适当饮食和经常运动。

预后

通常终生难以根治。结肠造口术

这种手术把结肠（大肠）的一部分自腹壁的一个切口引出来，以造成一个人工肛门。引出的结肠切开后，接在腹壁的皮肤上，造成一个新的粪便出口。在出口周围装一个特制的塑料或橡胶袋，便可接存粪便；装载了粪便后，这个袋便可除下弃掉，换上新的。

如果肠道下段阻塞、有坏疽、发炎或因生癌而切除，就要施行结肠造口术。虽然大多数结肠造口是永久性的，但有时在肠的病变部分已切除或消炎之后，也可把造口缝合，让肠道和肛门恢复正常功能。

必须强调一点是，即使结肠造口或回肠造口是永久性的，患者若调节得当，仍可带着粪袋从事各种活动，包括行房，并不会造成太大不便。

感　　冒

一种十分容易传染的病毒感染，虽然一年四季都有，在冬季却特别多见。感冒可以由很多种不同的病毒引起，这些病毒经常在改变，因此对某一种免疫力，并不能保证以后不受感染。尽管如此，经过多年，人还是会产生一点抵抗力，因此成年人没有儿童那么容易染上感冒。下述的各类人对感冒的抵抗力特别弱：年老体弱者、婴儿和幼童、有病在身或持续发热三天以上的人。感冒病毒侵袭整段上呼吸道，使鼻窦、咽、喉，特别是鼻部之内的黏膜肿胀发炎。

感冒患者的鼻涕，呼出、咳出和打喷嚏时喷出的空气都含有大量病毒，使患者附近的人极易受到感染。

症状

喉痛、头痛、前额有胀满之感。

流鼻涕；起初鼻涕清澈稀薄，其后变浓，呈黄绿色，堵塞鼻孔。经常打喷嚏。

干咳，喉头发痒。

食欲不振。

虽然患者可能感到时冷时热，但体温仍维持正常，或仅稍微上升。

整个人无精打采。

延续时间

潜伏期约为两天。

症状通常持续至少三天，在其后三至七天内逐渐减退。

此后，流鼻涕和鼻孔阻塞等情况可能再持续达三个星期。

成因

许多种不同的病毒。

风寒和弄湿身体，不直接引起感冒，但如患慢性疾病、疲倦、精神上受到压力或者抑郁，身体的抵抗力就会减弱，因而较易受到感染。

并发病

感冒可导致鼻窦、肺、耳等部位发炎。

在家护理

设法降低患者体温；患者虽然可能感到寒冷，事实上可能在发热。

不可穿大多衣服或多盖一两张毯子，室内温度不可太高，不可坐在火炉旁边，应当尽量让身体散去多余的热。婴儿易发高热，他的房间应适度暖和，尽量少穿衣服，以防脱水和惊厥。

用温水替婴儿或儿童揩抹身体，可降低体温，以及减轻病情。

感冒患者须知

药物或滴鼻剂可以减轻不适感。

不用医生处方即可购置的治感冒成药，一般都十分安全；但有些可能不适用

于患糖尿病、高血压、心脏病、甲状腺病或胃溃疡的人。

如果正在服食其他药物，在服感冒成药之前，应当先问一下医生或药剂师。

带痰的咳嗽表示感冒已近痊愈。

吸收朝温的空气或水蒸气，可减轻感冒的病情。

治感冒的成药可能引起不良的副作用。比如有些药会加强酒精的作用，饮酒再加服药，驾车更易闯祸。

药物并不能治愈感冒或加速其痊愈。

不一定要吃润喉的糖浆剂预防咳嗽。

并没有确证显示维生素 C 能预防或治疗感冒。

多喝饮料，特别是冷饮，以补充失去的水分并助降低体温。少吃食物并不要紧，但如果身体失去过多水分，患者会更不舒服；若是婴儿就可能很危险。因此，应在喂奶时间之外给婴儿患者多喝水或调淡了的果汁，使婴儿在二十四小时内至少有三次小便。

服食适当止痛退热药，以助降低体温。

润喉的糖浆剂和止咳药可以减轻干咳和喉头发痒的症状。

吸入蒸气会有帮助。如用沸水制造蒸气给儿童患者吸入，要特别小心，避免烫伤。

不要吸烟，又应避开香烟的烟雾。

不要用滴鼻剂，这些药物虽有即时缓和鼻塞的功效，但药力消失后，鼻塞可能更趋严重。

在空气清新的地方散散步，可能会减轻症状。

多睡觉或多在床上休息，有助康复。

何时去看医生

感冒会自行痊愈，医生并不能够治愈感冒。抗生素（如青霉素）也不能治感冒，只可用于治疗感冒的并发病。但若有下列情况，就应去看医生：

患者有慢性肺病，如肺气肿等。

咳出的痰呈黄或绿色。

发热超过三天。

耳痛或耳朵流出分泌物。

颈部僵硬，不能低头。

儿童患者若出现下列情况，应该去看医生：

如果已尽量少穿衣服、用温水揩身和大量喝水仍未能降低体温。

如果患童啼哭不已。

如果患童倦睡，反应迟钝。

如果患童呕吐两次以上。

如果呼吸困难或呼吸有杂音。

医生会如何处理

检查是否有并发病，特别是肺部感染，如果是儿童，会检查耳部，看看有没有发炎。

如果有并发病，会给患者服抗生素。

预防方法

经常运动。

戒烟。

早些时，非医学界人士一直认为经常服食大量维生素 C 就可以预防感冒，但至今在医学上仍未能证明真正有效。

预后

如无并发病，痊愈后不会有后患。

并发病

因其他疾病而诱发的疾患。例如糖尿病可以导致肾脏受损，这肾脏损伤就是糖尿病的并发症。

强迫行为

这是极端夸张地表现一种正常行为。患者会无缘无故不断重复某些动作或念头；患者虽然可能知道自己有这种反常表现，却无法加以控制。

症状

不断重复某一种动作，以致影响日常生活。

患者在想其他问题时，总给另一个想法或意念三番四次打断思潮。虽然可以凭意志把它压抑下去，但很快又曾不由自主地想起来。

延续时间

可能持续数星期至数年，必须加以适当治疗，才能改正这种行为表现。

成因

常因精神受压力而起。患者大多是过分小心谨慎、极注意小节的人，其中女性比男性多五倍。

小小的自信人人都会有，但医学界至今仍然不知为什么会不断作出这种极端的强迫行为。

何时去看医生

如果日常生活受到干扰。首先向医生报告这种不正常行为的，往往都是患者的亲戚朋友。

医生会如何处理

与患者讨论其病情；开始治疗时，可能给患者服食宁神剂。

转请精神病科医生诊治。

预防方法

无。

预后

病情轻微的，多半可以自行痊愈；严重的病例比较少见，任何治疗方法都可能无效。

精神混乱

精神混乱患者以老年人为多。患者不能弄清楚自己的处境，因此感到迷惘和胡涂。有时，精神混乱可能与记忆缺失有关。肉体和精神上的疾病都会引起这种情形。

症状

认不出本来熟悉的人或地方。

完成不了简单的工作。

答非所问，做非所求。

常伴有其他疾病的症状，例如发高热或全身感到不适。

精神混乱可能忽然发作，也可能逐渐形成。

延续时间

如果是由肉体方面的病变引起的，多会突然发作，只延续很短时间。

因精神病而起的精神混乱，可能持续数星期以至数月。

如果精神混乱因老年衰退的痴呆则起，则会越来越严重，此后也不会好转。

成因

老年人如逐渐形成精神混乱，可能是老年衰退的痴呆引起的；但如果精神混乱突然发作，就可能有下列成因：

头部受伤。

发高热。

癫痫抽搐发作。

服食过量药物，例如巴比妥类和迷幻药（麦角副酸二乙醯胺）。

精神病，如抑郁症和精神分裂症。

在家护理

患者的家属和朋友应保持镇静，在可以范围内通知医生。如果精神混乱发生时，患者身处陌生的环境，或和陌生人在一起，病况就更加显著。

患者若发高热，应替患者脱去多余的衣服，并给患者服溶性阿斯匹林（如果患者曾有胃病，则不可服食）。

何时去看医生

除非患者早已患此病，否则如有上述症状出现就应诊治。

如果症状突然出现，并可能是头部损伤、注射过量胰岛素或服食过量药物所致，应立刻诊治。

先天性胆管闭锁

由于胎内发生感染、炎症、循环系统障碍，婴儿生下来可能患胆管闭锁症。

症状

严重黄疸，皮肤呈黄绿色。

大都在胎粪排泄将近完毕的时候，出现灰白色粪便。

肝脏肿大。

延续时间

出生后两个月之内，黄疸严重，如不治疗，在六个月大至三岁之间，会因肝硬

化而死亡。

何时去看医生

新生儿的黄疸不好转，反而渐趋严重，就要尽快诊治。

医生会如何处理

最迟得在出生后两个月之内动手术。

预后

手术能治愈的比率只占百分之十五。

先天性髋关节脱位

这种关节脱位是在婴儿出生前或出生时形成的，一般在产后的例行检查中发现。万一未能及早发现，婴儿长大后就会残废；不过，即使这样，也可能治愈。

女婴患者比男婴多五倍，在三分之二的病例中，只有一侧髋关节脱位。

症状

只有在检查新生儿时忽略了这种毛病，没有加以治疗，日后才会出现症状。到患者开始学走路时就会发生问题：较晚开始学步，而且走起路来颠簸摇摆不定。

成因

这种病可能是遗传的。

也可能因难产而起。

何时去看医生。

如怀疑有此毛病，应该立刻诊治。

医生会如何处理

推按患者的髋关节，仔细听听有没有发出咔嗒之声，有则差不多可以肯定是髋关节脱了位。

把患者送去医院接受 X 射线检查以确定诊断，或转请骨科专家诊治。

如果已经断定是髋关节脱位，而患者未足六个月大，就用夹板将双腿尽量隔开，三至六个月后才除下夹板。通常只要如此，就可以使髋节关正常发育。

如果患者已超过六个月大，可能要用不同的治疗方法，也许要施手术。

预后

如果在婴儿出生时或未满六个月大就发现这种毛病，加以治疗，则预后良好。

先天性心脏病

在每一百个婴儿当中，大概就有一个的心脏是天生构造异常的。有些患者病情轻微，并不影响日常生活；另一些则可能病况严重，以致不能过正常生活。在这两个极端之间，又有多种轻重不一的先天性心脏病。

症状

有时并无症状，只是在例行体格检查中才发现心脏异常。

体力劳动后呼吸浅促。

发育不良。

容易疲倦。

皮肤发绀。

延续时间

若不加治疗，症状不会消退。

成因

大多数病例的成因不明。

母亲在怀孕期内会患德国麻疹，或服食过某些药物。

染色体不大正常。

并发病

轻微的心脏异常容易引致感染；严重的则可能影响心脏供血的效能，以致呼吸越来越浅促，造成心力衰竭。

何时去看医生

如果患童在休息、啼哭或体力活动时皮肤变成紫蓝色。

如果体力活动后呼吸过度浅促。

医生会如何处理

送患者到医院接受 X 射线检查和心电图检查。

安排患者到心脏专科部门接受各种检查。

某些患者可能要施手术来改进健康状况;另一些患者若不动手术,就无法生存。

预防方法

妇女如能依照下面的指示做,便能减低其子女患上先天性心脏病的机会:

怀孕期间尽量保持身体健康。

孕妇应当尽量避免服药,特别在妊娠初期。

在准备受孕或怀孕期间,都不可吸烟。

受孕前应接受预防德国麻疹的疫苗注射。(妊娠期间不可接受这种防疫注射。)

先天性心脏病的患者在接受手术或拔牙时,都必须服食抗生素。

预后

视心脏异常的情况和治疗的方法而不同。

一般来说,随着年龄的增长,心脏的劳损会逐渐加重。

有些情形可于手术后彻底痊愈,另一些则只能动手术加以改善。

先天性巨结肠

大肠的一部分发生障碍,粪便和气体贮留,结果导致便秘、腹胀。这是先天性的疾病,没有预防方法。

症状

持续便秘。在新生儿时,胎粪排泄迟,不灌肠则不能自行排出粪便。

腹部膨胀,变得异常大,营养不良。

呕吐。便秘严重时,会有呕吐现象。

腹泻。便秘长期持续下去,会引起大肠炎,经常腹泻。

延续时间

不动手术,则持续便秘,腹部膨胀等情形也不会转好。

成因

缺乏使肠道蠕动以排出粪便的神经节细胞。神经节细胞位于直肠近肛门之处,一旦缺乏,下段的肠不活动了,粪便和气体便贮留在大肠上段,腹部因而胀大。

在家护理

多喝果汁、砂糖水，多吃水果、蔬菜等。

如有需要，可灌肠。

何时去看医生

不灌肠则不能自然排泄粪便，腹部异常胀大，或者有呕吐现象发生，应即诊治。

医生会如何处理

用X射线检查腹部，确诊是否患上巨结肠。诊断是此症后，要割除缺乏神经节细胞的那一部分直肠。

结 膜 炎

结膜是覆盖眼白及眼睑内表层的薄膜。结膜发炎是眼睛发红和产生黏性分泌物的最常见成因，有时并会传染。

症状

症状通常逐渐出现。

眼睛好像入了沙一样，刺痒不适。

双眼充血发红。

眼多黏性分泌物（眼屎），早上睡醒尤多。

延续时间

如果不加治疗，结膜炎可能持续两三星期；若经适当治疗，则会较快痊愈。

成因

最常见的是细菌或病毒感染。

受到香烟烟雾、化妆品、某些治眼成药等等的刺激。

结膜炎有时可能是严重眼疾的征象。

偶尔也可能是过敏症的征象。

如患者是婴儿，则可能是泪管闭锁引起的。

在家护理

千万不要用眼罩盖住发红刺痒的眼睛，因为这样容易受到更严重的感染，后果可能不堪设想。

如果眼睛太多眼屎，可以用温水冲洗。

婴儿患者如果泪管闭锁，可按摩下眼睑近鼻子处，以疏通泪管。

何时去看医生

如果眼睛太多眼屎，觉得好像入了沙似的，并且发红，两三天仍不恢复正常。

如果患者最近到过热带国家，一发现有结膜炎的症状，便应立即去看医生，因为可能是由沙眼病毒引起的，也只有这种结膜炎可能影响视力。

如果眼睛剧痛，应尽快去看医生，因为可能患上更严重的眼疾。

医生会如何处理

检查患者的眼睛，以求取得正确诊断，并确定眼中没有任何异物；然后可能给患者开滴眼剂或敷眼的软膏，每日使用多次。

如果治疗后情况没有好转，医生可能建议患者暂停使用药物，只用温水洗眼；一两天后，医生会取病眼分泌物的样本去化验；如果有需要，就改变治疗方法。

如果医生怀疑患者可能有其他更严重的眼疾，就会转请眼科专家治疗。

预防方法

如果眼睛容易感到疼痛，应避免接触香烟烟雾之类的刺激性物质，也不要在眼睛周围一带涂化妆品。

不可使用不须医生处方即可买到的搽眼软膏、滴眼剂和洗眼剂，因为这些成药可能刺激眼睛。

眼睛的炎症可通过直接接触传染，因此在滴眼或搽上软膏后，应当洗手。患者应该只用自己的毛巾，别人也不应使用他的毛巾。

预后

单独一次结膜炎，经过治疗后很快就会痊愈；即使不加治疗，短期内也会自行消退。

视力绝不会因而受影响，除非是患上热带眼疾沙眼。

有时结膜炎可能持续不消退，治疗也无效，变成慢性结膜炎。这往往是一种过敏反应，极少由严重疾病引起。

便　秘

粪便停留在直肠内数天，就会变干硬化，不易排出。很多人认为，每天必须

大便一次，一天没有大便就是便秘。事实上，排便的频率并没有一定的标准，有些人每天大便三次，有些人每三天才大便一次，其余多半介乎两者之间，这样都属正常，至于婴儿，即使一星期才大便一次，仍属正常现象，而且十分常见，很少会引起什么问题。有时肛门周围的皮肤会撕裂，可用指尖在肛管内涂少许滋润的软膏，例如凡士林之类，以助裂口愈合。

症状

排便困难，或多天才排便一次。

老年人或虚弱的病人长期无法排便，可能引起假腹泻：干硬的粪便阻塞和刺激直肠，使直肠产生水状分泌物，自肛门漏出，弄污床单被褥。

延续时间

如果不把饮食习惯适当地改变，便秘可能会持续一生。

成因

患病或发热的人，常因食量减少而引起便秘。病人如长期卧床，或要在床上使用便盆，不能用便桶或上厕所大便，更易便秘。

食物缺乏流质和粗糙物质。

较罕见的成因有肠道狭窄、肠癌、肠梗阻等。此外，肛裂也可导致便秘；肛裂本身通常都因排出干硬的粪便而起，在痊愈前，排便时肛门定会非常疼痛，致使患者不愿大便，因而便秘。

在家护理

患者应该多喝水，多吃蔬菜、水果和含有大量纤维质的食物。全麦面包和全麦面粉含有大量纤维质，有用力保持大便畅通。

轻泻剂虽有助排便，一旦排便习惯恢复正常，就不宜继续服食。

有些天然物质可在肠道中吸收水分，使粪便柔软成大块，容易排出，不会引起疼痛。市面上有这类结块剂出售，可补充粗糙食物之不足。

婴儿如果便秘，可在奶中加少量糖，以软化粪便。每一瓶奶加一茶匙糖左右就足够；加糖太多会引起腹泻。

如果患者因便秘而紧张苦恼，可将婴儿用甘油栓剂或一块约半吋（十三毫米）长的肥皂塞入直肠，以催促粪便排出。

老年人应保持定期大便的习惯。如有需要，可定期服食结块剂或轻泻剂，直至大便习惯恢复正常为止；也可采用甘油或肥皂栓剂。

如果情况继续下去，应去看医生。

何时去看医生

如排便习惯有任何变化，持续两三星期仍不恢复正常。

如便秘严重，自行处理无效，或连带有腹痛。

如果发生大便失禁或粪块嵌塞。

医生会如何处理

指导患者进适当的食物，以及如何使用轻泻剂或栓剂。

有时可能需要灌肠，但定期灌肠并无清除“毒素”的作用。

预防方法

食物应含有大量纤维质。

预后

如果饮食改善得当，预后良好。

四头肌挛缩

大腿的四头肌挛缩，不能端坐。多见于幼儿。

症状

步行时，患足总是歪向外侧。

不能端坐，坐时往往臀部轻抬或两膝分开。

俯卧并弯曲膝关节至某一角度时，会产生臀部抬高的“臀突现象”。

成因

主要是婴、幼儿时期作大腿肌肉注射所致。先天性患者极少。

基于上述的原因，大腿四头肌组织有瘢痕而发僵，失去伸缩性。

在家护理

避免过分弯曲膝部。

何时去看医生

如步行和端坐有困难。

医生会如何处理

进行物理治疗：用温热的湿布敷患处、按摩、弯曲练习等。

根据挛缩的程度动手术。

预防方法

避免在发育较快的婴儿期做皮下和肌肉注射。

预后

多数是一旦发病，就不易治愈。

鸡　眼

鸡眼是增厚了的表皮，常于脚趾和脚底形成。骨头凸出的部位若经常受到摩擦，该处皮肤就会变厚角化。鸡眼都有一个核心，由一层层厚皮组织围着。脚趾间骨头凸出处互相摩擦，也可能形成软鸡眼。

症状

按压鸡眼会引起疼痛，因为鸡眼的核心就在神经末梢之端。

延续时间

即使经过治疗，若皮肤继续受到压力和摩擦，鸡眼仍会再次形成。

成因

约大多数是因所穿的鞋子不合脚而起。

并发病

软鸡眼常会发炎。

在家护理

换穿舒适的鞋子或凉鞋，以及使用鸡眼垫，使患处不再受到压力和摩擦。

用鸡眼贴膏和水杨酸软膏或涂剂，可促使鸡眼的硬皮脱落。

将脚浸在水中，使鸡眼软化，然后用一把消过毒的锋利刀片，将鸡眼轻轻削除。如要这样做，必须非常小心，最好由手足医生来做。老年人和糖尿病患者都不可自行用此法削除鸡眼。削去周围的皮后，即可看到鸡眼的核心，可将之刮去。如发现核心有黑色小点，这就可能是内赘的小血管，所削的原不是鸡眼。

请教一下手足医生往往很有用。

何时去看医生

如果鸡眼发炎，或变成溃疡。

如果足部的骨头变得过分畸形，以致穿什么鞋也不舒服。

医生会如何处理

治疗感染。

检查有否患上糖尿病或血液循环毛病，因为这些病容易引起溃疡。

足部和足趾如果严重变形，就可能要施手术加以矫正。

预防方法

穿着不使足部受压的合脚的鞋，可预防鸡眼。

童年时所穿的鞋如果不合适，成年后足部就会特别容易变形和长出鸡眼。

预后

如果患处不再受到挤压，鸡眼自会消失。

角膜溃疡

角膜（眼球前部的透明结构）溃疡会使眼睛剧烈疼痛，不过这种溃疡并不常见。一旦发生，应立刻去看医生，因为如果不加治疗或治疗不当，可能影响视力。

症状

通常一眼剧痛流泪，眼睑痉挛，睁不开眼。

如果和沙尘入眼、擦伤或化学物质烧伤有关，眼痛会突然发生。

因病毒感染而引起的角膜溃疡，多逐渐恶化：这一类溃疡较为罕见，却更较严重。

延续时间

如经适当治疗，溃疡可在三四天内痊愈。

成因

病毒感染或外伤，如给小沙粒之类的物质擦伤眼睛，都可引起角膜溃疡。

其他成因包括被化学物质灼伤，或被紫外线烧伤；紫外线烧伤可由紫外灯照射引起，也可由雪地的强烈反光造成。

在家护理

如果有沙粒入眼，可请朋友或自己用一小块棉花或干净手帕一角，将沙粒拭去。如果不能取出沙粒，就应去看医生。

如果化学物品（例如氨）浅入眼中，应该立刻进行急救。立刻让伤者侧首至

水龙头底下，用自来水冲洗眼睛，或把他的头泡入一桶水中冲洗。有时必须用手张开伤者的眼睛，才能彻底冲洗。

何时去看医生

如果眼睛持续剧痛，不论有无明显原因，例如擦伤或沙尘入眼，都应该立刻去看医生，或直接到医院的急疹部门求助。

医生会如何处理

医生会询问患者眼睛曾否受伤，然后用放大镜仔细检查眼睛。如果他怀疑角膜受伤或角膜上有异物，可能用滴眼剂把伤处染成黄色，使溃疡出来显现出来。

断定是角膜溃疡之后，医生会给患者开滴眼剂或搽眼软膏，并嘱咐患者要用眼罩盖着患眼至少二十四小时，好让溃疡愈合。

预防方法

如果工作时可能遭受各种机器、化学品或紫外线弄伤眼睛，应戴上护目镜。在家中工作，尤其在使用电动工具时，也应采取同样的安全措施。

预后

如能及早治疗，大多数角膜溃疡可很快痊愈，而且没有后遗症。

病毒引起的角膜溃疡有时会复发，但患者有过一次经验之后，再有同样症状时就会有所警惕，及早去看医生。

冠状动脉栓塞

在大多数富裕社会中，冠状动脉栓塞是最常见的心脏病发作成因，比其他疾病导致更多人死亡。病发的时候，供血往心脏的一条动脉梗塞。未满四十岁的患者很少，患者中男性比女性多。这种病也称心肌梗塞，有时见于心绞痛患者。

症状

胸前有剧烈的紧缩性疼痛，常会蔓延至一臂或双臂，颈部及颌部。这种疼痛突然发生，虽然颇像心绞痛，但通常跟体力活动无关，也不会在休息后消失。

在心脏病发作之前数星期，可能有一些初步症状，例如：非常疲倦、呼吸浅促、不寻常的消化不良等。

延续时间

如果不予治疗，这种一发作就很剧烈的疼痛，可能持续多个小时，在两天内会逐渐消失。

受损的心脏要几个星期后才能复原。

成因

冠状动脉内有血栓形成，是动脉梗阻的最常见成因。这种血栓（血凝块）多在动脉管壁硬化的脂肪斑块上形成。

冠状动脉栓塞不通，心脏的血液供应受阻，就会损害心脏。

以下各种因素都会增加患上冠状动脉栓塞的危险：吸烟、过胖、糖尿病、高血压、缺少运动、饮食不当，以及家族中人有心脏病发作的先例。

并发病

心力衰竭和死亡。

在家护理

坐下或用枕头支撑靠坐在床上；这两种姿势可使心脏所受的压力减至最少。

何时去看医生

若怀疑心脏病发作，应立刻去看医生。

首次突然感到上述那种胸痛时，也应该尽快去看医生。

如果上述症状在心绞痛患者身上出现，发作时间延续甚长，或情况比过去严重。

医生会如何处理

用吗啡之类的药物来减轻患者的痛楚。

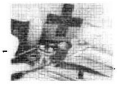
决定患者应留在家里疗养，还是在医院的特别病房接受治疗护理。

安排患者接受心电图检查及各种血液检验，以确定诊断。

预防方法

最好的预防法是：保持标准体重；戒绝吸烟；经常做运动；如果患有糖尿病或高血压，应完全遵从医生的指示治疗。

发生过冠状动脉栓塞之后，为免复发，应该改变生活方式，以求增进健康。医生会指导患者如何改善饮食习惯，以及做适量体力活动。家中其他成员也可能会患上此病，因此，改变全家的饮食和运动习惯，对全家都有益处。



预后

即时预后　患者在病发后如果能安然度过最初数小时，痊愈率达百分之八十以上。

短期预后　即使发作时情况非常严重，预后也十分良好；患者若未满四十岁，预后更佳。

大多数患者可以恢复工作，不论工作多辛苦也没问题。

少数患者则可能在体力劳动时感到心绞痛。

有一部分患者必须大量减少体力活动，以免造成不良影响。

长期预后　为减低复发的可能，患者必须遵从医生的指导，改善饮食习惯、减轻体重、戒烟，以及经常做适量的运动。

肺性心脏病

肺部长期有病，会使心脏和循环系统因过劳而受损，终至引起心力衰竭，这就是肺性心脏病。肺部病变导致吸收氧不足，肺中小动脉因而收缩，减弱血压，增加心脏的负担。

肺部患有严重病变的人，往往会因呼吸道感染、体力劳动或登上高处而引起心力衰竭。

肺性心脏病有时称为右心心力衰竭，以别于因高血压或冠状动脉病而引起的左心心力衰竭。肺性心脏病患者，以男性较多。

症状

呼吸浅促。

嘴唇及面色青紫。

足踝肿胀。

延续时间

如果经过治疗，肺性心脏病往往可于七至十天内受到控制；但此病极易复发，因为引起肺性心脏病的肺部疾病很难根治。

成因

慢性支气管炎。

哮喘。

肺纤维变性（例如尘肺）。

胸部和脊柱结构变形。

在家护理

避免过度劳累及身体过重，以免使已负担过度的心脏增加劳损。

何时去看医生

如果肺部疾病患者出现呼吸浅促现象，尤其若同时足踝肿胀。

医生会如何处理

用抗生素治疗，有时会用可的松和氧治疗。

嘱咐患者休息。

给患者服食利尿药片，以帮助排除体内多余的水分。

预防方法

戒烟。

把体重减至标准重量。

如果在停止劳动一两分钟后仍然呼吸浅促，就应该避免过度的体力活动。

呼吸道的感染，即使是感冒，也不可忽视。

避免到空气稀薄的高山地区去。

避开灰尘纷飞及烟雾弥漫的场所。

在秋季注射预防针。（但这只可以预流行性感冒，对一般感冒无效。）

预后

肺性心脏病是在肺部疾病晚期才发作，但经过治疗后，仍可加以抑制，患者可活很多年。

整 容 外 科

现代一般人对整容外科已有较开明的看法，不再认为那是爱慕虚荣的无聊事；因此近年来，接受整容手术的人越来越多。

借助整容手术美化外表，比如将一个难看或过大的鼻子改得美观些，在日常工作及社交场合中不用再害怕听到别人讥嘲，可消除自卑，增强自信。因此，整容外科无疑是具有实际功用的。

但是由于合格的外科医生不足，未能满足社会上对整容的需求，因而出现大量整容诊所，以美化容貌为号召，吸引爱美的人前往光顾，其中甚至有一些未接

受过正式训练的人，滥竽充数，对社会造成危害。

一般来说，合格医生是不准刊登广告大肆宣传的，但这些人因为不是医生，不受管制，所以可在报纸杂志上大力吹嘘，以广招徕；结果是越来越多人受到这些广告吸引，在咨询合格医生的意见之前，便直接前去整容诊所。各地医学界人士正号召有关方面教育群众，让他们知道非合格医生从事整容手术可能造成的祸害。一次失败的整容手术不但会使当事人蒙受金钱上的损失，所造成的毁伤更可能须要再做一连串手术来补救，还极可能补救无效，因而终生抱恨。

整容外科做得到的

整容外科的范围，包括下列四项：

1. 整容外科手术通常可以使难看的疤痕改观，不过疤痕是不会完全消除的，因为皮肤一旦深入切伤后，就会留下永久性的疤痕。然而，施手术割开伤疤，再把两边皮肤缝合起来，可以使伤疤较为平滑，没有那么难看。

但是有些人，特别是肤色较黑的人，在伤口愈合处很容易形成肥厚、凸起、发痒的红色伤疤组织，称为瘢瘤。如果手术后出现这种不正常的愈合，就会比原有的疤痕更加难看。接受这一类整容手术的人，在手术前应该有心理准备。大多数瘢瘤终会变平消失；即使持久不消，也可用射线疗法使瘢瘤消退。

2. 痣和某些胎痣也可以用手术除去，或者用氩激光照射消除，二者都只会留下小小的疤痕。

3. 因年老或体重减轻过度而出现的皮肤松驰，多见于面部、眼睑、腹部、乳房等部位，这些多余的松垂皮肤可以切去，再把其余皮肤拉紧。手术后当然会留下疤痕，医生会巧妙地把它藏在天生的皱纹中，或用头发、衣服等加以遮盖。

4. 鼻子、下巴、乳房、腹部等处，也可以施手术改小一点，或弄得匀称一些。

整容外科做不到的

跟一般人的想法正好相反，极少整容手术是不留下疤痕的。只有以下几种手术，真的不会留下疤痕：用砂纸磨除面上小疙瘩的擦皮法，但只限于皮肤最表层的疤；用酸液使起皱的皮肤绷紧，但会引起十分轻微的烧伤；把过大鼻子改小

的鼻造形术，这种手术所造成的疤痕藏在鼻子里面，所以表面并无疤痕。

整容外科做不到的，有以下各项：

1. 无论男女，整容都不能使外貌看起来比实际年龄年轻，只可以做到看起来不比实际年龄更老；例如，整容手术能够把六十岁的人变成看起来保养得极好的六十岁人，如此而已。一个人的年纪并不只表现在外表上，其言谈、举止、体型和步态都不会因施过整容手术而变得像年轻人似的。

2. 只靠改变容貌，不能挽救婚姻破裂，不能增强工作能力，也不能改变个性，不过整容可使一个人增加自信心，心情较为开朗满足，因而变成较易相处的人。

3. 整容不能治愈精神病，也不能消除因容貌丑陋而产生的抑郁，不论丑陋是真正存在还是自己想象出来的。举例来说，有人认为自己的鼻子过大而感到沮丧，用整容手术改小鼻子，并不能解决问题，因为他可能又怀疑自己另外还有不好看的地方，或挑剔自己的“新”鼻子，以致仍然郁郁寡欢。

4. 整容外科手术不能把鼻子改造成跟某电影明星或模特儿的一模一样，有这种想法的人必然会感到失望。

5. 这种手术也不能把粉红色胎痣（血管痣）或酒色斑等瘢痕除去，这些瘢痕如果面积较大，只好用普通的化妆品遮盖起来。不是长在脸上的大片胎痣，可以割除，然后再从身体其他部位割一块皮肤移植上去；但这片植皮的肌理和颜色，很难跟四周的正常皮肤配合。

整容外科的应用

有十四种基本的整容外科手术，成功率非常高，而且也十分安全；施行这些手术时，都需要全身或局部麻醉。

瘢痕和斑痕 整容手术可使瘢痕改观，如痣之类的小瘢痕则可以完全除去。

纹身 纹身是用细针将蓝、绿及红等色素注射进皮肤深处，以造成各种图形。消除纹身刺花有三种办法：可以将纹上图形的皮肤割除，把伤口缝合起来，留下一条线形的瘢痕；大面积的纹身，可在割除后用身体其他部位的皮肤移植上去；用激光束烧灼含有颜料的皮肤，虽然颜色会消失，但会留下跟原来纹身图形一样大小的瘢痕。用擦皮法除去纹身，效果并不理想，因为蓝色的染料往往渗入皮肤极深处，不能消除，只能除去红绿两色。

招风耳 耳朵外展如扇的，可以将耳后耳根处的多余皮肤割去，将过多的软骨切除一条，耳朵自然不会那么竖起。手术所造成的疤痕在耳朵与头皮交接的褶缝处，并不明显。

拉面皮 面部皱纹太多、下巴有垂肉、颈部皮肤松垂等，都可以用拉面皮手术改善。首先要在鬓角的发线处切开皮肤，沿着耳前的天然褶纹往下切，经过耳垂至耳后的天然褶纹，再顺着发线切至后头。然后医生会将面皮轻轻向后拉，便在颧骨上的面皮绷紧，这样就可使皱纹平服。剪去多出来的皮肤后，沿着切口缝合面皮，接着敷好伤口。因为有一部分疤痕藏在头发之中，另外有一部分藏在耳前的天然摺痕里，所以不易察觉。开刀前，可将双颊皮肤拉向耳朵，以估计拉面皮后的效果。

做得好的拉面皮手术，其效果可以维持很多年。但随着时光的过去，面皮又会松驰下来，皱纹再度出现。虽然可以再拉一次面皮，但效果大都并不理想。

眼袋 上眼睑多余皮肤形成的眼袋，可以切除，切口开在上眼睑的天然褶纹，疤痕不易察觉。至于切除眼下方的眼袋，切口就开在下睫毛之下，将皮肤向上和向外拉，然后剪掉多余的皮肤，疤痕部分贴近下睫毛边线，部分在眼睛和鬓角之间的天然褶纹中，不易看出。

双眼皮 在上眼睑边缘的三四毫米处，沿上眼睑边切开一条线，切口的深度要刚及眼皮内的肌肉。将这条切线与眼睑内的肌肉缝合在一起，伤口愈合后，疤痕组织就会与眼皮下的肌肉相连；睁开眼睛时，因为眼睑内的肌肉向上拉，将皮肤和附着的部分一起扯高，于是呈现双层状，形成双眼皮。眼睑上的血管很多，供血充足，因此如果手术做得巧妙，伤口愈合得好，形成的疤痕便会很细，不容易看出来。上眼睑内脂肪组织太多的话，切开皮肤后可一并割除，这样眼睛就会更加美观。

麻点 因天花造成的麻子和因生痤疮而留下疤痕，如果不太深，都可以除去。方法是用特制的磨皮机或砂纸摩擦表皮，使皮肤变得平滑。在双颊、前额及下颌部位做磨皮手术，效果很好，但在胸部和背部的效果则较差。

如果面部有很多深疤，可以做拉面皮手术，将疤坑的开头从圆形拉成椭圆形，就会变得不那么明显。但脸上的痤疮一定要早已消退，才能做拉面皮手术，否则可能会引起痤疮复发。

畸形下巴 因为下颌骨太长而造成的下巴过度凸出，是可以矫正的。矫正凸出下巴须切开两边下颌骨，把骨头向后拉至新的位置上；牙齿也要用钢丝箍在一起，使下颌骨稳定愈合。手术后除面廓改观外，整个面部看来也会较圆较小。如果下巴凸出，但下颌骨的比例正常，就只需将凸出来的部分骨头削去。

如果下巴向后缩，可用硅橡胶或从髋骨切下一小块移植到下巴骨处，使下巴

凸出结实。这一类手术通常在口腔内齿龈和下唇间开刀，所以在外面是看不到疤痕的。

畸形鼻子 整容外科手术可以将畸形或不美观的鼻子改小、改短或改直，这些手术切口都在鼻孔里面。

钩形鼻子通常因鼻中隔弯曲而形成，这种情况可以影响到呼吸；做过整容手术后，不但可以把弯曲的鼻梁矫正，更可治好呼吸的毛病。

鼻梁处如缺少支撑结构，鼻子就可能会畸形或下塌。如果鼻梁狭窄，可将硅橡胶或髋骨处的骨，从两个鼻孔中间的皮肤的纵切口内插进去，将鼻子垫高。这种手术造成的疤痕十分窄，并藏在鼻子下的阴影中，很难察觉。

乳房细小 女性胸部平坦，可将软硅橡胶移植进乳房中，增大乳房。沿乳房下方的横向褶缝处切一个开口，然后在乳房后部胸肌前面，辟出一个可容移植物的空腔，将移植物紧贴安放在空腔内。手术的疤痕藏在天然皱襞中，并为增大了的乳房所遮盖，不易看到。

然后，做了手术一段时期之后，过半女性的移植物四周会形成大量瘢痕组织，使该处变硬凸起，有时还会感到不适。

这种情况还没有什么办法可以预防，也难以知道哪些人会有这种反应。瘢痕组织可以再动一次手术切除，同时更换移植物。但即使这样，也无法保证这种变化以后不再发生。

乳房过大 乳房过大和下垂，可以改小，还可造成坚挺的外观。整容外科手术可将多余的皮肤、脂肪和组织切除，但乳头的位置会因而改动，须动手术把乳头转移到正确的位置上。这种手术比乳房增大术复杂得多，乳房下方褶缝处留下的疤痕会很长，乳晕（乳头的周围有色素部分）四周也会有切口，幸而疤痕沿着乳晕的边缘逢合，在有色素和有没有色素皮肤间的连接处，所以也不会太明显。但在乳房下方和乳晕四周的疤痕之间，会留有一条垂直疤痕，这条疤痕可能逐渐变宽，不过随着时间过去，也会慢慢消减。

男人的乳房有时也会不自然地增大，变得十分难看。可以在乳晕处切一个开口，除去其中乳房组织，乳房自会变小。手术后留下的疤痕并不明显。

大肚皮 腹部的皮肤和脂肪如果太多，连节食也不能使之减去，可以开刀切除。首先将腹部横向切开，其深度要穿过脂肪层，达到肌肉层外，然后除去多余的脂肪，再拉下皮肤，使其余皮肤绷紧；最后剪掉多余的皮肤，把伤口缝合起来。不过此时肚脐的位置会给拉得太低，须施手术移回适当的地方。缝合肚皮时，要

采取弯膝弯髋的姿势，使伤口松驰，因此手术后的数天内，还要弯着腰走路，但坐姿则可以如常。

手术后的疤痕会很长，横跨腹前直达两髋。进行太阳浴时，可穿短裤或普通泳衣遮盖起来。

大腿、臀部及髋部 这些部位的多余脂肪，也可以用手术除去，但留下的疤痕会十分明显。

秃发 接受植发的多为男性，因为男人的双鬓及头顶最易失去头发。然而，植发手术并不是一定成功的。方法是用人工操作的锋利打孔器，把头发两侧及后方处带有发根的小皮片起出来，然后把这些皮片移植在秃发处已打好的小孔中。一次手术约需两百块皮片，还可以从耳朵上方切取一条带有头发的皮肤，移植到前额上，用以造成一条新的发线。植发最终效果在约一年后才显现，可是新头发决不会像假发或天然头发般丰厚，而且取出皮片处也会十分难看。

整容外科手术的风险

一个人做整容手术之前，应当了解这些手术的各种危险和弊端，三思而后行；必须考虑的问题，大致可归纳为以下四个方面：

危险性 任何外科手术都可能导致感染和出血过多，但整容手术除了这些以外，更有其本身的危险。施行整容手术后，伤口可能破裂，耽误了痊愈时间，以致影响手术效果；也可能在皮肤下面积血（血肿），使皮肤绷得太紧，而破坏到整容效果。就拿拉面皮来说，一旦出现血肿，不但得不到面孔漂亮的效果，反而会大大增加感染和伤口破裂的危险。

手术费用 在私人诊所进行整容手术，费用通常非常高昂，而个别诊所之间，收取的手术费也可能差异极大。在决定选择诊所前，必须调查清楚价钱，以及手术水准，切不可贸然尝试。

效果不理想 有很多人以为整容手术可以创造奇迹，这实在是个错误的观念。整容绝对不能使一个人更年轻、更有男子气概，或在事业上成功。

失望 那怕是手术十分成功，当事人也可能对手术效果感到不满意；比如改造鼻子或下巴后，往往会觉得还应改得“不同”些或“再好一些”。这种不满的感觉大都归因于手术前没有跟医生详细讨论过自己的要求和想法，以致做出来的效果不如理想。

在所有接受整容手术的人中，有百分之十感到或多或少的失望；隆胸的人有百分之十五不满意自己的新乳房；把乳房改小的又有百分之二十不喜欢缩小的

了胸脯;拉面皮的、割双眼皮的,也有百分之二十的人不高兴或感到失望;至于将鼻子改小或改直的人,更有百分之三十不满手术效果。

其实由受过训练的外科医生施行整容手术,失败率大约只是百分之二;但接受这些手术的人往往期望过高,所以不免感到失望。

整容前的准备

切不可贸然找一家私人诊所整容,先要与医生详谈,听取医生的意见,弄清楚自己的情况是否适宜做整容手术,以及在手术之后外貌是否会好看些。

决定接受手术后,一定要找受过正式训练的合格整容外科医生施行。还应该问清楚手术时是施行局部麻醉还是全身麻醉,要住院多久,以及手术后会有什么不适。

伤口若保持干爽,愈合的情况会较好。手术后头三个月疤痕最为明显,一年之内当可逐渐退去,但不会完全消失。开刀处很可能肿胀,但约一个月后会平复。鼻子改小后,皮肤约需一年时间才能紧缩服贴,皮下的瘀血则在三个星期内便会消散。

整容手术的效果,亲戚朋友不一定马上就能看出来,尤其是相貌变动不大的手术,因此应该有心理准备。

婴儿猝死症

在五百个未满周岁的婴儿中,就可能有一个在睡眠中突然意外死亡,而死时通常是很安详的。一般病例多见于二至六个月大的婴儿。

婴儿猝死的成因至今仍然不明,有些论说认为,这是跟婴儿对牛奶过敏,或心律突然失常有关。

婴儿猝死除了使父亲悲伤之外,还会使他们心存歉疚,同时会为将来的子女极度担心,恐怕重蹈覆辙。婴儿突然死亡常要惊动验尸官研究死因,验尸和反覆的询问更加深父母的痛苦。

遭遇到这种不幸的父母,往往需要亲友的安慰。意外事件引起的震惊过去之后,身为父母的最好能找医生或儿科专家谈谈,这会对他们有所帮助。

阴　　虱

阴虱寄生在阴毛中,大都因性交传染而来。阴虱除了引起局部刺痒之外,本

身并无多大害处，但传染到阴虱的人，可能同时也传染到其他更严重的性病，应该注意。

症状

阴虱呈棕黄色、圆形、如针头大小（约宽一毫米），寄生在阴毛的根部接近皮肤处，紧钩住阴毛不动。

除了阴毛之外，阴虱又可寄生在其他部位的体毛丛中，比如肛门周围、腋窝、腹部、胸部，以至眉毛等处，但不会寄生在头发中。

生殖器附近刺痒。

延续时间

除非送医诊治，否则阴虱会一直寄生在阴毛及其他体毛中。

成因

大都是因为与带有阴虱的人有密切的身体接触而传染得来，最常见的传染途径是性交。

在家护理

听从药剂师、医生或护士的指导，用可以消除阴虱的洗剂清洗患处。

不必剃去阴毛。

何时去看医生

如果怀疑有阴虱寄生。

医生会如何处理

给患者使用消除阴虱的洗剂。

检查患者是否同时患有其他性病，告诉患者阴虱是可以传染他人的。

预防方法

男女不乱交就不易染上阴虱。

预后

治疗就可消除。

乳　痂

婴儿的头皮上常积聚一层棕色的鳞状皮疹，看起来有如头皮屑，这就是乳

痂。乳痂是无害的，经常为婴儿洗头，就可完全除去。

哮吼

一种传染性的儿童疾病，又称为格鲁布，由病毒引起，常见于冬季。病毒可以感染上呼吸道任何部位。如果感染主要在喉腔（发声部位），而患者未满五岁，就称为哮吼，因呼吸有杂音及声音嘶哑两种典型症状而得名。患病儿童多半未满两岁。

儿童逐渐长大，喉腔也渐宽，此后若有感染时，只会引致声音嘶哑。

症状

五岁以下的患病儿童，犬吠似地咳嗽，带有嘶哑声。

患童呼吸时，喉部发出刺耳的杂音。

发热，体温常在摄氏三十八度（华氏一百零一度）以上。

烦躁不安。

极度疲倦或精神混乱。

每次呼吸胸壁明显下陷。

皮肤可能呈现浅灰蓝色。

流口水，吞咽困难，喉痛。

患童多半坚持要坐起来呼吸，脖子伸前，通常不大爱动。

延续时间

症状于一两天内出现。

有杂音的呼吸通常只持续十二小时左右。

成因

多种侵袭呼吸系统的病毒。

并发病

肺炎。

患者病情多半很轻微，会迅速痊愈。但由于婴儿或幼儿的气管狭小，如果发炎厉害，气管就会阻塞。

在家护理

给患童喝冷饮，如水、果汁、牛奶等，爱喝什么就给什么。

吸入蒸汽可以使患童舒服些。在浴缸或洗脸盆中放满热水，关上浴室门，让

蒸汽充满浴室。坐在浴室中，将患童抱在膝上，使患童位置尽可能高一点；也可在厨房里把水煮沸，使蒸汽充满厨房，然后让患童吸入含蒸汽的空气。注意安全，避免烫伤。

给患童服食适量止痛药，既可退热也可舒缓病情。

何时去看医生

如果患童发高热，表现烦躁或不适，呼吸急促而困难。哮吼患者的呼吸是有杂音的，但不应该发生呼吸困难现象。

如果患童流口水，吞咽困难，或喉痛。

如果患童坚持坐起来，脖子伸前，不大爱动。

如果患童脸色很差。哮吼患童通常脸色发红，一旦变为苍白或灰蓝色的时候，就应当立即去看医生。

如果患童烦躁不安，呼吸极度困难，也应当立即去看医生。

如果怀疑儿童可能患上哮吼。

医生会如何处理

引起哮吼的是病毒，医生检查患童后，可能只建议继续接受上述的护理方法。

用抗生素治疗，没有多大效用，但可以用来预防并发病。

偶或须送患童入医院观察。

预防方法

无。

预后

大都能迅速完全康复。

库兴氏症候族

这是因糖皮质激素过多而引起的综合症状。糖皮质激素是肾上腺分泌的一种激素，属于类固醇，它的作用在于调节人体善用碳水化合物。糖皮质激素过多，就会扰乱人体把食物转化为能量的正常功能。

库兴氏症候族是一种少见的病症，患者男女都有，但以三十岁以上的女性较多。其症状包括高血压、躯干肥胖但四肢细弱、月形脸、脸面涨红、面上长痤疮、腹部皮肤出现紫色条纹等，还可能并发糖尿病，女性患者的月经或会停止，下巴

和上唇处长出须毛。

糖皮质激素过多的成因颇多，通常是在身体各部位生长肿瘤，包括肾上腺本身的肿瘤，其中最常见的是脑垂体腺长有肿瘤。脑垂体腺是位于脑底部的一个腺体，这个腺体可产生另一种激素来刺激肾上腺。有一种形式的库兴氏症候簇，是因长期服用激素治病而引起的，比如治疗风湿性关节炎、白血病、严重的过敏症等。

治疗方法视成因而定。脑垂腺体的肿瘤可用射线疗法，其他部位的肿瘤则可用手术割除。如果两侧肾上腺因长肿瘤而割去，患者就要长期服食或注射类固醇，因为患者体内再无法自然产生肾上腺激素。

囊性纤维变性

这是一种遗传病，又称为胰纤维性囊肿病或胰管黏稠物阻塞症。在每一千个新生婴儿中，就可能有一个患者。症状大都在出生后头几个星期内出现，迅速恶化至严重程度。少数患者的症状到青春期才出现。从前此病往往引致儿童夭折，但现在很多患童可以活到青春期。

患儿肺部和胰脏分泌正常黏液的腺体功能缺乏，皮肤的汗腺失常。肺部的黏液腺却产生黏稠的痰，阻塞及扩张气管，导致支气管扩张症，因而引起严重的呼吸困难和气管感染；胰脏则会退化，以致胰消化液分泌不足，肠道不能吸收足够的脂肪。

症状

婴儿烦躁不安，发育迟缓，体重不增。

婴儿腹部胀大，但身体其他部分则消瘦。

脂肪痢—婴儿排出大量呈黏土色粪便，含有泡沫，可漂浮在水面上，并有恶臭。

贫血，面色苍白。有时候发觉患儿双颊呈现淡蓝色。

患婴胸部越来越宽，与身高不相称；有阵阵剧烈的咳嗽及呼吸困难，可能引致发绀，即皮肤呈紫蓝色。

延续时间

囊性纤维变性是终生不愈的病症，不过经过治疗后，症状可以减轻。

成因

不明。

囊性纤维变性是遗传病，带有此病遗传因子的父母所生的子女，四个之中可能有一个会患上此病。

并发病

患婴可能在出生时即有胎囊性肠梗阻，成因是肠道内的黏性废物堆积，阻塞小肠。要将胎囊清除，必须开刀，这种手术做起来相当困难，而且十分危险。

有些患婴的大肠有时可能脱垂，即是自肛门向外翻出。

可能有大团硬粪阻塞肠道，遇到这种情形须要开刀治疗。

造成呼吸系统感染，如肺炎、支气管扩张症、鼻窦炎等。

心、肝及胆囊疾病，如肝硬化。

吸收养料能力减弱，造成脂肪痢。

不育。

在家护理

父母可学习在家中护理患童，其中包括学习物理治疗，如怎样按摩患童胸部，以舒缓其呼吸困难；以及学习怎样选择患童的食物，怎样喂患童吃药等。

患童必须避免接触人群、患伤风的人、吸烟的人，以及有可能带来呼吸系统感染的人。

患这种病的儿童极需父母在心理和生理两方面关怀照料。

何时去看医生

产科医院的人员常在婴儿出生不久就发现此病。如果日后才发现，应立刻去看医生。

及早诊断极其重要。

医生会如何处理

化验汗液，如患此病，汗液含盐量极高。

用 X 射线检查肺部有无病变。

检查患童粪便。

确诊后，送患童去特别医疗中心治疗，方法包括特定饮食，补添酵素、维生素和矿物质，抗生素疗法，物理治疗，隔离护理等。

预防方法

囊性纤维变性是无法预防的，但如果家族中曾有人患过此病，就应该先请教医生才生儿育女，因为这是一种遗传病。

预后

不能根治，只能使症状减轻。现在大概有百分之七十五的患者可以活到青春期。长期患有此病的人，很容易并发肝硬化、糖尿病及循环系统疾病。

膀 胱 炎

膀胱炎是膀胱内膜发炎，常见于新婚妇女（称为蜜月膀胱炎）及孕妇。青春期前较少患此病。

膀胱炎有两种：急性膀胱炎，病期很短；慢性膀胱炎，膀胱可能长期发炎。

急性膀胱炎

症状

排尿时阴部发热、灼痛。

排尿时及排尿后一段长时间，下腹部也会感到疼痛。

小便次数日夜都比正常多，而且常会突然觉得要排尿，可能来不及上厕所。患童更常因此而弄湿裤子、被褥。

尿液混浊，有腥味或带血。

体温可能上升。

有些患者并没有什么症状，特别是孕妇，可能只在例行验尿时才发现有感染。

延续时间

急性膀胱炎通常持续四、五天左右。

成因

最常见的是肠道的细菌经尿道进入膀胱。女性的尿道比男性的短及较接近肛门，所以也较易患上膀胱炎。

女性在性交时尿道及膀胱受到轻微的瘀伤。

阴道有不正常的排出物。

便秘。

并发病

有少数病例会并发慢性膀胱炎和肾盂肾炎。

在家护理

尽量多休息。

喝大量流质，成年患者每二十四小时应喝七品脱（四升）之多。柠檬薏米水也有助减轻症状。

服食止痛药。

何时去看医生

如果出现上述症状。症状若是严重，则应马上去看医生。

如果发现尿中带血或有其他变化。

医生会如何处理

验尿。

女性患者可能要检查阴道。

男性患者可能要直肠检查，以确定前列腺是否正常。

男性和未达青春期的女童，较少患膀胱炎，因此医生可能会安排 X 射线检查，或转请专科医生诊治，以确定病人是否患上更严重的疾病。

叫患者多喝流质食物。

给以抗生素。

预防方法

多洗澡，轻轻洗涤阴部。

避免便秘及长时间不喝水。

预后

治疗后，通常可五天内痊愈。

女性患者多易复发。

慢性膀胱炎

症状

与急性膀胱炎相同。

延续时间

如果不加治疗，可持续很长时间。

成因

引起急性膀胱炎的病菌对抗生素有抵抗力，或者未曾服完整个疗程的抗生素。

泌尿道有一些不正常的情况，如泌尿道结石，泌尿道狭窄或先天畸形。

并发病

如不加治疗，会蔓延到肾脏，引起肾盂肾炎。。

在家护理

与急性膀胱炎相同。

何时去看医生

与急性膀胱炎相同。慢性膀胱炎患者一定要让医生检查清楚，以确定没有其他病患。

医生会如何处理

大多数患者须转看专得医生，检查尿中有无脓细胞和病菌，以及肾脏是否有损伤。

安排做彻底的尿检验。

慢性膀胱炎患者多半要住医院接受各项检查，以确定没有更严重的病患。

如果无更严重的病患，医生会劝告患者多喝流质，并且给患者服用抗生素。

预防方法

与急性膀胱炎相同。

预后

经过适当治疗后，预后大都良好，不过很容易复发。

巨细胞病毒感染

这是一种比较常见的感染，可以传染任何年龄的人，但不会出现明显症状。成人血液中可验出曾受此病感染的，多达百分之八十。巨细胞病毒感染也称为唾液腺病毒病，因与患此病的人密切接触而传染；孕妇若患此病，引经胎盘传染

给胎儿。这种病须验血才能诊断出来。

症状

大多数病例在医学上列为临床症状不显，即没有任何症状。

在极少见的情况下，如果胎儿从母体得此病，出生后就可能无法生长发育，或患黄疸、贫血、肺炎、眼睛发炎等病。这类病例中，有百分之十婴儿的脑部会受到影响，以致一出生就耳聋或智力迟钝。

如果婴儿在出生时或幼年期，受母亲传染得此病，症状就会比较轻微，也不会损害脑部。

较大的儿童和成年人可能有急性发热，症状一如腺热，连带有头痛、背痛、腹痛以及喉咙痛。

可能出现类似德国麻疹的皮疹，为时短暂。

接受过移植手术后正在服药的人，一旦感染此病，可能非常严重。

护理

如果有症状出现，治疗方法就跟腺热的疗法一样，除此之外，并无其他特效疗法。迄今为止，也没有有效的免疫法或预防方法。

头 皮 屑

头皮屑是头皮上已死表皮形成的鳞屑。任何年龄的人都可能有头皮屑过多的烦恼，但以年轻人较为普遍。

症状

干燥的头皮鳞屑散落在四周及衣服上。

比较少见的是油脂性鳞屑，黏附在头发和头皮上；这种情况会引起头皮刺痒，如用手指搔抓，可能会使头皮出血。

延续时间

久暂视乎处理方法而异。

成因

不明，但头皮屑过多可有遗传性；皮肤含油脂越多，头皮屑就越多。

在家护理

每星期用洗发剂洗头两次，采用含有百分之一溴化十六烷基三甲铵的洗发

剂，或可改善。

头皮屑情况较严重的，可以采用含有水杨酸、焦油或硒的洗发剂。

何时去看医生

如果搔痒后头皮发生感染。

如果用上述的在家护理方法处理数星期后，仍不见效，甚至恶化。

如果头皮屑很厚。

医生会如何处理

检查头皮屑是否由感染引起。

进一步指导患者如何治疗及护理。

预防方法

并无有效的预防方法。

预后

有头皮屑即使不能根治，也可受到控制。

聋

大约每一万人当中，就有一个人是天生失聪的，即先天性聋。除此之外，最常见的是老年性聋，一个人年事渐长，听觉就会越来越差，终至什么也听不见。至于单耳或双耳暂变聋，则是许多种耳病的症状。

先天性聋

先天性聋可以是部分、一侧或完全失聪。在大多数病例中，患者的中耳及外耳都可能很正常，只是听觉神经功能有毛病而已。先天性聋的主要影响，是阻碍发展说话能力。

症状

患童学习说话困难，甚至不会说话。正常儿童学会说话的年龄迟早不一，有关儿童学说话的一般发展情况。

身体发育迟缓。

婴儿看不见母亲时，对母亲的召唤没有反应。

对大小声音都毫无反应。

成因

大多数病例成因不明，但可能与遗传有关。

孕妇在妊娠期的头十三个星期内感染德国麻疹（风疹）。

妊娠期间母亲曾服用某种药物，例如链霉素。

母亲带有梅毒。

婴儿出生时脑部受伤。

在家护理

不宜。如果怀疑孩子的听觉有问题，应该及早带他去看医生。

医生会如何处理

测验患童的听觉，如果怀疑是失聪，须请专科医生作进一步检查。

可能要戴上助听器，并请训练聋者的专门教师为母亲和患童进行特殊的听觉及说话训练。

预防方法

在怀孕期间，尽量避免服用药物。如果必须服药，也可服医生处方的药。

预后

不少听觉有问题的儿童可以进普通学校念书，但听力特差或全聋的，就必须接受特殊的聋童教育。虽然先天性聋的儿童学习较缓慢、较困难，但许多长大后，仍可担任重要的工作，成为出色能干的人。

老年性聋

虽然称为老年性聋，其实过了五十岁，这种情形就可能随时出现。

症状

五十岁过外的人，双耳的听觉越来越差，最初通常是听不到高音。

这种听觉衰退的情况，在同时有其他杂声的环境中尤其显著，比如开着电视机或收音机，或有其他人在说话时，患者就往往听不清楚对方所说的话。

耳鸣。

延续时间

随着年龄的增长，听觉会越来越差，并且再也不会好转。

成因

因年老退化，内耳功能逐渐丧失。

在家护理

不要自行清除耳垢，这样做可能使情况变得更坏。

滴两三滴暖和的耳垢软化剂或橄榄油进耳中，软化耳垢，应该有所改善。

失聪者须知

如怀疑自己或子女有失聪的可能，应该去看医生。

如要戴助听器，必须用合适的。

除了助听器之外，应看看还有什么其他合用的辅助用品。

应跟当地的聋人辅导组织取得联络，寻求帮助。

不要从展销会或上门推销的人手中购买助听器。选择助听器，必须先请教医生。

不要以为别人当然了解你有听觉困难，应该主动请别人在跟你交谈时，说得清楚缓慢一点，但不必大声叫喊。应该选择一个光线充足的地方谈话，以便看清楚对方说话时的口型。此外，可请对方不要一面吸烟或吃东西，一面说话，以免影响声音或口型。

不要害怕到聋人辅导组织求助，这些组织可提供多种服务和帮助。

在征询医生的意见前，不要自行购用助听器。

如果听觉极差，可采用放大音量的电话耳机等辅助用具。

何时去看医生

如果听觉不灵影响正常生活。

医生会如何处理

检查患者的耳朵，清除耳垢。

如果双耳失聪，医生会叫患者戴上助听器，助听器戴在听觉较好的那只耳朵中。

预防方法

无。

预后

虽然患者的听觉不会再恢复正常，但恶化的速度可能很缓慢。

龋　齿

龋齿俗称蛀齿或蛀牙，虽然并非传染性，患病率却高达百分之七十至八十。龋齿不治疗，会渐渐恶化。若撇开所引起的病不谈，龋齿本身并不会致命。

症状

病变只侵入珐琅质时，没有症状。若已侵入牙质（象牙质），则冷物刺激或嚼硬物时会有疼痛感。病变已深入牙髓（牙神经），则接触热物或不咀嚼食物时也会有疼痛感。若继续恶化，成了残根（只剩下牙根）时，反而不会疼痛。

并发病

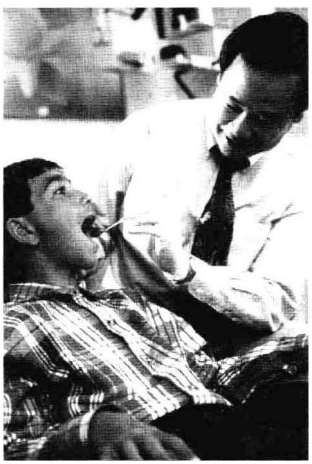
病变一旦侵入牙髓，引起炎症，牙神经便坏死腐烂，致使口中细菌向四周组织扩散，有时甚至引起急性化脓性炎症。

如再恶化，会导致颌部发炎，颌部肿大，脸部变形。

在家护理

养成一天三次、在餐后三分钟内，刷牙三分钟的习惯。

有牙齿受侵蚀而疼痛，要立即去看牙科医生。



在龋齿的最初阶段，患者多不觉察，所以应该定期检查牙齿，以便在龋齿病发早期就能发现。

成因

残余食物中的细菌生成齿垢，产生乳酸，致使牙齿的硬组织钙质溶解，于是造成龋齿空洞（龋洞）。

口腔和牙齿有欠清洁卫生，唾液减少，多吃易黏附在牙齿上的食物和糖等。

齿质本身较弱，牙齿的形状和位置异常，也容易导致龋齿。

何时去看医生

如在定期检查中发现症状，应立即请牙科医生治疗。最好能在不疼痛、受侵而未恶化时诊治。

医生会如何处理

为了阻止龋齿恶化、保护牙神经、恢复牙齿的形状和机能，应进行补牙（除去龋齿感染部分，填入银浆或塑料填料）。

龋齿侵蚀的程度不同，处理办法也不一样。有时候必须抽除牙髓才补牙。

预防方法

首先要注意牙齿和口腔的清洁卫生，养成吃东西后必须刷牙的习惯。刷牙时宜用上下刷法和平面清扫刷法。最好能听从牙科医生的指导。

在食物方面也要特别注意。少吃甜食和零食，尤以易黏附的甜食最易损害牙齿。

乳齿和恒齿都会发生龋齿，但是及早治疗护理就不致损坏齿质，可采用涂氟或填充合成树脂等方法预防。

预后

如能及早发现，加以补救，预后良好。

谵妄

这是一种严重的精神错乱状态，患者神志不清，意识模糊。其他症状包括可怕的视觉幻想，记忆力减退，不辨方位，失却理解力，妄想狂，失眠和烦躁不安等。患者往往发音含糊不清，眼球振动，颤抖，坐立不安，以及常常重复诸如洗手等动作，躺下则辗转反侧。

引起谵妄的原因很多，因酒精中毒而引起的叫做震颤性谵妄，但症状通常跟其他原因造成的谵妄没多大差别。其他成因包括脑部损伤、严重缺乏维生素，或因心力衰竭而引起脑部缺氧等。

震颤性谵妄

酒徒如果多年来一直不断酗酒，一旦停止喝酒，便会出现一些严重的症状。震颤性谵妄是戒酒引起的极其严重并发病，重者可以致命。

症状

戒酒后两至四天出现精神混乱、失眠等现象。

幻觉—通常是视觉上的幻觉，而且内容往往非常可怕。

全身颤抖，烦躁不安。

可能发热。

酒徒如因病或受伤入院，或者因犯罪而被警方拘留，以致无法喝酒，就最易发生震颤性谵妄。

在较轻微的戒酒病例中，若没有造成震颤性谵妄，戒酒者就可能发抖或精神紧张，这种现象可藉再喝酒而缓解。

延续时间

大多数震颤性谵妄是突然发作的，约在三天内突然停止，事后患者不会记得发作情形。

成因

患有慢性酒精中毒的人停止喝酒。

在家护理

不宜。

何时去看医生

如怀疑患上此病，立刻去看医生。

医生会如何处理

确定患者不是患上其他疾病。

送患者进医院接受专科治疗。治疗感染（例如肺炎）、头部受伤及某些血液方面的毛病。

给患者服镇静剂，使患者安静下来，减轻戒酒引起的严重症状。

给患者服大量维生素。因为酗酒的人饮食中含有很多碳水化合物（从酒中来），但相对地缺少多种维生素 B，特别是硫胺素（B_1）；硫胺素是调节人体摄取主要营养素所必需的物质。

预后

可能复发。

痴　呆

痴呆可分老年性痴呆和早年性痴呆两种，后者又称阿耳茨海默氏病。两种痴呆的症状大致相同，病变过程也类似，都是跟衰老的正常程序有关，然而两者的严重程度及发病年龄并不一样。许多六十岁以上的人，即使健康很正常，在智

力、性格和身体状况方面，都会有轻微的退化；但若退化严重，就是老年性痴呆了。六十岁以下的人出现这些症状，则称为早年性痴呆，或阿耳茨海默氏病。

症状

精神混乱，身在陌生环境或与陌生人相处时，更易发生；随着病情恶化，以后在熟悉的场合也会发生。

提不起劲，失去生趣。

丧失时间观念。患者可能在半夜里起床，到处游荡，不知道当天是何日。

不能清晰思考及了解复杂的概念。

记不得别人的名字，连亲密家人的名字也记不起。

近期发生的事不能记忆，但很久以前的事情倒可能记得很清楚。例如，五十年前的事患者可能历历在目，却记不起自己早餐吃过什么。

四肢可能变得僵硬。

应付日常生活问题的能力日见衰退。

无法与别人交谈。

延续时间

症状逐年加重。最后，患者整日躺在床上，甚少说话或完全不能说话，大小便失禁。除非有人喂他，否则不吃东西，而且因为长期甚少活动，很易染上肺炎。

成因

不明。

脑内神经细胞减少，脑部体积缩小。早年性痴呆大概与正常衰老过程相似，但影响较大，患者也较年轻。

在家护理

病情较轻的，可以在家人的护理下在家中过正常生活。

需要别人帮助购物理财。

要注意防火。用电炉比用煤气安全。

安排邻居、亲戚或社会工作者定期探访患者。

何时去看医生

如果上述症状影响到正常生活，或明显地引起社会问题。

医生会如何处理

迄今仍未有治疗方法，因此只能尽量安排别人去照顾患者起居饮食。

给患者服用药物，以减轻某些症状。

如有必要，安排患者暂时或永久入住护理院或医院。

预防方法

无。

预后

症状极少会迅速恶化，通常早期的退化现象持续十至十五年之久也没有什么变化。

登 革 热

这是一种在热带和亚热带地区常见的传染病，因病毒感染而起，患者的关节和肌肉会产生剧烈疼痛。登革热是由受到感染的蚊子传染给人类的，所以即使只是短暂停留在有此疫症地方的旅客，也有可能染上。潜伏期为五至八天，症状往往来得十分突然，而且非常严重。

症状

头痛。

体温上升。

眼睛后方疼痛。

背痛。

肌肉和关节疼痛。

发病后第三天可能大量出现皮疹，常常极其刺痒。发病时的症状类似流行性感冒，但皮疹一旦出现，即可证实是登热。

延续时间

两三天后体温会下降，症状也会消失数天；然后再发热，但热度较低，并出现皮疹。

病情可能持续多天，但极少有致命之虞。

成因

由蚊子传播的一种病毒。

治疗

无特效治疗方法。患者应当完全卧床休息，喝大量流质；服用适量阿司匹

林，可以减轻头痛及退热。

抑 郁 症

大多数人在其一生中，总不免会有沮丧或情绪低落的时候，但若长期如此，或情况严重，就可能是一种病态。这种情况常常可以找到成因，但有时也可能并无任何明显因由。每年总有不少人因患上抑郁症而需要治疗。据最近的研究显示，二十至四十五岁之间的妇女最易患抑郁症，尤其在她们脱离父母照顾，开始组织小家庭时，或在母亲死亡之后。

症状

对日常活动不感兴趣。

对什么事都感到没有意义。

工作表现很差。

常常哭泣，往往没有什么理由。

食欲不振，不能集中精神，记忆力减退。

睡不安宁，容易早醒，醒后不能入睡。

情绪变化无常，有时在早晨心情极差，到下午或晚上情绪则可能好转。

如果病情严重，甚至有自杀的倾向。

延续时间

抑郁症可持续数日至数月不等。病发初期，症状可能日益严重，但最后即使不加治疗，大多数病例也可逐渐好转。

成因

通常是因生活中发生某些重大事件而引起的，比如亲人死亡、离婚、失业等。但有时也可能是患上抑郁症后才失业，而不是因失业而抑郁。

有些患者的抑郁症一再复发，却并无明显原因可寻，这类患者常有抑郁期和兴奋期相互交替的现象。

很多妇女在行经前会有抑郁情绪。

在家护理

鼓励患者照常生活、照常工作。

安慰患者，让患者确信自己深受爱护。

别忘记抑郁症是可以随着时日的过去而逐渐好转的，别人或自己若曾有此

经验，往往可有助于教患员正确认识此病。

何时去看医生

如果症状持续超过两个星期，没有好转迹象。

如果患者的健康情况或家庭生活受到影响。

如果患者自觉抵受不了。

如果患者有自杀倾向。

医生会如何处理

详细记下病历，跟患者研究所遭遇的问题，共商解决办法。

给患者服食少量药物，或给予心理治疗。

如果病情严重，特别是患者若有自杀倾向时，可转请精神病科医生治疗。

视网膜脱离

视网膜是眼球内的感光膜，共有两层。如果视网膜内层破裂或穿孔，液体就会进入两层之间，使之分开，造成视网膜脱离。

症状

患者突然感到视力消失或改变，但并无痛感；有时在视力发生变化之前，可能看到闪光。

患者可能感到似乎有一片帘幕遮住了视野。

延续时间

如果不加治疗，脱离了视网膜不会复元。

成因

虽然视网膜脱离可在受伤后发生，但使之脱离的直接原因，通常不能查明。近视的人比较容易患上此病，在施白内障摘除手术后，也可能引起视网膜脱离。

并发病

部分或完全失明。

何时去看医生

立刻。

医生会如何处理

医生首先会用视力图表检查患者的视力，然后检查患者的视野及用检眼镜

观察眼球内的情况。如果怀疑是患上视网膜脱离，便会请患者转看眼科医生；眼科医生会立即为患者治疗，使脱离的部分愈合，并且防止患处扩大。

用超声波扫描眼球所得到的图象 图的上部是眼球的前面，左上方的黄色线条是上排眼睫毛，其右是虹膜和晶状体，晶状体下方是眼球。眼球底部的黄线是视网膜的内层，黄线下面的细红线是渗入两层视网膜之间的液体，这些液体引致视网膜脱离。最下面的黄色部分是眼球后面的脂肪组织。

预后

如果在病发后数天内即予治疗，通常都可以使视力恢复正常。

鼻中隔弯曲

鼻中隔（两个鼻孔中间的壁）歪向一侧的现象，称为鼻中隔弯曲。

症状

鼻孔阻塞，通常是一侧阻塞。

如鼻中隔前端的软骨弯曲，鼻子就可能畸形。

成因

鼻骨或软骨受伤，愈合时变了形。

鼻中隔生长得不均衡。

何时去看医生

如症状引起麻烦和不安，特别是一侧鼻子长期阻塞。

医生会如何处理

送患者入院，在全身麻醉下施行手术，以矫正鼻中隔的畸形。

药　疹

药疹是因服用某种或某几种药物而引起的皮肤过敏反应。有些药物有时要服用长时期后才会引起过敏反应。

症状

出这种疹时，皮肤往往会发痒。药疹有各种不同的形式，以下是其中较为常见的：

全身出现皮疹，如出麻疹一样。

急性荨麻疹，皮肤出现风疹块，眼皮浮肿。

对日光异常敏感。

全身发红或出现细皮疹，如患猩红热一样。

皮肤出现大水疱。

出现如湿疹的皮疹，还有小水疱或鳞屑。

延续时间

直到引起过敏反应的药物全部自体内排出后，皮疹才会消退：可持续多天，甚至几个星期。

成因

尚未确知为什么某些人对某些药物会产生过敏反应。

在家护理

用冷水轻轻揩拭，或涂些痱子水，可以止痒。

何时去看医生

如果皮疹持续两天以上。

医生会如何处理

如认为可能是服食某种或多种药物引起的，会叫病人停服。

假如皮疹奇痒难当，使病人大感不适，或会开一些抗组织胺药片。严重的患者，可能须服类固醇类药物。

预防方法

如果同时服用超过一种药物，应先请教药剂师或医生。

预后

停服引起过敏反应的药物后，皮疹通常会在数天后消退，没有后患。

杜普伊特伦氏挛缩

这是手部的变形病症，患者一只或多只手指弯曲僵硬，不能伸直。病变多在无名指和小指。这种病是掌心皮下纤维组织增厚和缩紧引起的，通常在中年时期发病，以男性患者较多，可影响一只手或双手。

症状

首先会在掌心皮下形成一小硬块，通常在无名指根部对向的部位。

最后出现纤维质的坚硬绳状细带，在皮下由掌心延伸至病变的手指。

厚化部分的表皮往往皱缩起来。

患者最初只是不能完全伸直手指，经过多月或多年后，手指逐渐屈向掌心，变得僵硬起来。

病情严重，患者不能用手工作。

延续时间

除非加以治疗，否则手指会一直如此。

成因

可能与遗传有关。

癫痫及酒精中毒性肝硬化患者，较易患此病。

在家护理

不宜。

何时去看医生

当畸变导致手部机能失常时。

如果在患病初期即施手术治疗，可能会使病情恶化。

医生会如何处理

转送患者至医院门诊部治疗。

唯一有效的疗法是施手术，让手指恢复伸缩自如。但并非所有患者都适宜接受这种手术。年龄较大的患者，如果手指的机能并没有受到严重破坏，最好不加治疗。

预防方法

无。

预后

施手术治疗后，患者通常可以恢复用手工作，但变形的手指不一定能够完全恢复正常。

侏 儒 病

患者身体异常矮小。

症状

除身体异常矮小之外，还有相应而来的各种症状。例如脑垂体机能不全，脸部神态出现与年龄不相称的老人相，身体因脂肪积累而发胖。可患有低血糖病。但智力不一定逊常。

成因

如属内分泌疾患的，有脑垂体机能过低症、呆小症、假性副甲状腺机能过低症，以及性早熟症等。

不属内分泌疾患的，有骨疾、营养不良、代谢紊乱、胎儿发育不良、长期服用类固醇等药物引致的疾病、原发性侏儒病、思春期迟发症等。

何时去看医生

若发现身体异常矮小，宜从速请医生检查，以确定病因。

医生会如何处理

根据病因，作适当处理。如属内分泌疾病，则用补充所缺激素之类的治疗法。

痢　疾

这是一种肠道的感染，会引致严重腹泻。痢疾有两种，一种由杆菌引起，另一种由阿米巴（变形虫）引起。两种的早期症状相同，因此要决定治疗方法，找出成因就非常重要。阿米巴痢疾比较严重，因为这种变形原虫不易消灭，而且可能在肝脏及肺部引起脓肿。

症状

频频排便，儿童患者更可多达每天二十次。

水泻，粪便中往往带血、脓或粘液。

腹部绞痛，急欲排便。

呕吐。

肠气。

腹部肿胀，触痛。

儿童患者可伴高热、烦躁、食欲不振。

延续时间

若是轻微的杆菌痢疾，只须休息及多进流质，四至八天内可痊愈。如病况严重，或要多个星期后腹泻才会停止，粪便不再存有致病的杆菌。

阿米巴痢疾（又称为阿米巴病）最少要治疗十天。此病有可能复发，所以或要长期治疗和不时检查，以确保患者彻底痊愈。

成因

志贺杆菌。

溶组织阿米巴（原虫）。

两种痢疾都是环境不卫生以及吃下有病菌的食物所致。阿米巴痢疾又可经由饮用水传播。

在家护理

停止吃固体食物，仅吃流质。

如症状不太严重，可试服配方简单的止泻制。

何时去看医生

如果症状严重，持续不退或迅速恶化。

如有症状，身处或到过阿米巴痢疾流行区。

如果粪便带血、脓或粘液，尤其是在外游或与痢疾患者接触过之后。

医生会如何处理

检查粪便，以便找出病原。

叫患者改吃流质食物及注意卫生。

如果是阿米巴痢疾，医生会给抗阿米巴药物；如果病情严重，也可能用抗生素治疗杆菌痢疾。

安排病者接受专科治疗。

为求根治痢疾，患者必须到医生处复诊再接受检查。在杆菌痢病患者的粪便中，如果连续三天没再发现志禾杆菌，病就算是痊愈了。但如果是阿米巴痢疾，医生可能继续观察患者六个月。

预防方法

如可能跟痢疾患者接触，或住在阿米巴痢疾流行区，食物和饮用水都必须煮沸，以便安全。

预后

如患杆菌痢疾，预后良好。阿米巴痢疾则较难彻底痊愈。

耳部损伤

头部受伤、巨响，或突如其来的噪音，都可使中耳、内耳或听觉神经严重受损。如果仅是外耳受伤，多不会影响听觉。

症状

受伤之后一耳失聪。

耳痛。

耳内出血或有排出物。

成因

头部受伤，颅骨破裂。

巨响。

突然发生的爆炸。

用火柴或发夹等物伸入耳孔，试图挖出耳垢硬块或异物。

在家护理

不宜。

何时去看医生

受伤后应尽快去看医生。如有上述任何症状，也应去看医生。

医生会如何处理

如有需要，将受伤的外耳缝合。

检查耳内，查看内部有没有损伤。

如耳朵内部受伤。会将伤者送进医院。

如鼓膜穿了一个大孔，可能要移植组织修补。如果中耳的骨脱位，或须施手术治疗。

预后

受伤的外耳愈合后，该不会有什么后患。但如损伤严重，或屡次受伤（拳手或橄球球员常会如此），外耳就可能变形（皱缩耳），但不会失去听觉。即使完全失去外耳，听觉也不会受损。

如果外听道受伤，痊愈后也不会失去听觉，除非外听道因伤而严重变形，或者其他部位也有损伤。外听道受伤后，可能较易患外耳炎或耳垢栓塞。

如果中耳受伤，可能会部分或完全失去听觉，视伤势轻重而定。

内耳受伤者大都会永远失去听觉，并可能有平衡障碍、头晕或眩晕。

如果平衡和听觉神经受伤，伤者多会永远失去听觉。

颅骨破裂大都不治自愈，但听觉可能要数月或数年才恢复正常；有时甚至永远不能恢复正常。

耳垢栓塞

耳垢是外耳道（耳孔）内小腺体不断分泌出来的蜡质，用以保护耳道的敏感内膜，免受感染。外耳的细毛（纤毛）不停将这些湿软的耳垢推出耳外。有时耳垢会变硬，停滞不动，阻塞外耳道，使人听觉不灵。这种情况在老年人尤其常见。

症状

受影响的耳听觉不灵。

有时感到耳内胀满。

延续时间

变硬的耳垢可能会一直留在外耳道中，必须由医生或护士清除。

成因

这是衰老过程的正常现象。有些人易积耳垢，尤以外耳道窄长者为然。

在家护理

每星期两次，滴两三滴橄榄油之类的耳垢软化剂耳孔中，然后用少许棉花塞住耳孔，让软化剂留在耳中一夜。这样可减少灌洗耳道的麻烦。

灌洗耳道前，应最少连续三晚用软化剂滴耳。

不可自行用棉花棒或其他硬件清除耳垢。

何时去看医生

如发现一耳听觉不灵。

医生会如何处理

灌洗耳道。

用小镊子取出耳垢硬块。

预后

耳垢硬块虽然很易清除，但可能再次形成。

子宫外孕

子宫外孕是受精卵在子宫以外的地方发育，通常在一条输卵管内。最初数天，输卵管会随着胚胎的发育而胀大，最后破裂。

症状

下腹突然剧痛；或下腹疼痛，但不太剧烈，阴道同时少量出血。

在输卵管破裂之前一至三天，患者可能会感到下腹疼痛，并且逐渐加剧，这种疼痛跟急性阑尾炎的症状颇为相似。不过，疼痛部位可在下腹的左侧或右侧。

月经延迟了两三星期还没来。

由于有大量血液入腹腔中，患者可能突然虚脱。

延续时间

腹痛时间长短不一。

成因

如果输卵管曾因发炎而受损，子宫外孕就较易发生。

子宫内装有避孕用的子宫环：虽少见但可能。

并发病

如果不加治疗，输卵管可能破裂，引致患者突然虚脱，甚至死亡。

有时受精卵可能死在输卵管中，留下一片称为胎块的异常肿块。

在家护理

不宜。应立刻去看医生。

何时去看医生

如果孕妇在妊娠初期突然虚脱，或下腹疼痛，应立即去看医生。

医生会如何处理

立即送患者入医院，施手术切除藏着胎儿的输卵管。

安排给患者输血。

预防方法

无法预防。但妇女在怀孕初期，如果下腹左侧或右侧疼痛，立刻通知医生，就可以减少输卵管破裂的危险。

预后

因为只有一侧的输卵管受到影响，所以患者将来仍可怀孕。

睑外翻与睑内翻

老年人有时会患上这两种下眼睑的毛病。睑内翻是眼睑向着眼球翻，睑外翻则是眼睑翻向外面。这两种病虽然大都没什么危险，但如不加治疗，会使患者感到不适和不便。

症状

睑内翻：因刺激引致眼痛、流泪、眼红。

睑外翻：流泪，因为泪水不能如常流进鼻腔。

成因

可能因发炎或受伤后结疤而起，但最常见的成因是下眼睑肌肉老化，以致肌肉痉挛或松弛。

在家护理。

不宜。

何时去看医生

如果眼睛长期不适、发红或流泪，尤其只是一双眼如此。

医生会如何处理

医生多会请患者转看眼科医生。两种病都可施小手术矫正。

预后

睑内翻如不加治疗，内翻的睫毛便会经常摩擦眼球表面，可能引起眼球发炎，继而结疤，终致影响视力。如果施手术矫正，一般都很成功。

睑外翻如不加治疗，虽然较为难看，但一般不会引起什么损伤。不过，最好还是动手术治疗，以免眼睛长期流泪不适。

湿　疹

湿疹又称皮炎，有五个类型，每一类型都有几个发展阶段。最初，因而管扩张而皮肤发红、跟着液体积聚于患处的皮肤里，引起肿胀、瘙痒，形成水疱。如果患处皮肤较薄，水疱很快就会破裂；但如果患处皮肤较厚，比如在手掌及足底，水疱则可持续多天。

水疱破裂后会渗出液体，这时患处或会受到感染，但终会变干结痂。急性炎症消退后，可能变为慢性，表皮因轻微发炎而变厚，现出一块块红斑，上有鳞屑覆盖。患者的皮肤可能只呈现上述一种症状，或兼有数种。

湿疹的五个类型是：接触性湿疹、特应性湿疹、皮脂漏性湿疹、盘状湿疹，以及静脉曲张性湿疹，各见于不同年龄的人身上，有时显不同的特征，患染部位也不一样。

各类型湿诊共有的症状

刺痒难当。若是皮脂漏性湿疹，多没那么痒。搔抓患处会进一步弄伤皮肤，引起感染和疼痛。

如湿疹见于手掌和足底，便可能在厚皮底下形成西米状的小水疱，称为掌庶汗疱。

慢性湿疹使皮肤变厚，十分干燥，满足布鳞片，以致皮肤本来的线纹更加明显，患处皮肤甚至可能破裂流血。

接触性湿疹

这种湿疹见于某种刺激物与皮肤直接接触之处，是患者对那刺激物产生的过敏性反应。接触刺激物的时间即使短至数分钟，也可能出湿疹。例如有些人对外科胶布敏感，一旦贴上，就会生接触性湿疹。

症状

接触刺激物的部位发痒、变红、出现小水疱。

水疱破裂后就会渗出脓液，最后变干结痂，形成鳞屑。

延续时间

找到成因，不再接触那刺激物后，才可疹愈。

成因

在身体不同部位引起接触性湿疹的几种较常见原因如下：

头部与颈部：化妆品（尤其是在眼睛四周）、发胶、化学物品微粒，以及菊花和报春花之类的植物。

腋窝：香水、止汗剂、除臭剂。

躯干：内衣的镍质环扣和橡皮带。

臀部之间及生殖器四周：阴道灌洗剂、爽身粉之类的粉剂、避孕药物。

手部：洗衣粉、多种工业用化学物品（特别是油类）、染料、面粉、水泥、花草，以及指环、手镯和表带中的镍。

足与足踝：皮鞋和橡胶靴的梁料及化学物品。

在家护理

查出引起过敏反应的物质后，将之除去，并避免再接触。

向医生和工作地方的主管说明自己对什么物质敏感。如果引起过敏反应的是工业用化学品或其他物质，又是法例列明的刺激物品，患者可向雇主要求赔偿。

何时去看医生

如症状严重，或妨碍到日常生活或工作。

医生会如何处理

如果医生不能确定湿疹的成因，便会作斑片试验，用各种常见刺激物贴在患者的皮肤上，看看哪种东西引起过敏反应。

指导患者如何保护皮肤及料理患处。

预防方法

戴手套、护目镜或穿保护衣服等，以避免直接接触到刺激物。

不要使用或穿戴已知可引起湿疹的物品。

预后

此病不难治愈，但若再与致病的刺激物接触，很易复发。

特应性湿疹

家庭中如有人患哮喘、枯草热等病，其他成员也特别容易患上特应性湿疹。大多数儿童所患的湿前疹，属于此类。

症状

皮肤大都十分干燥。

往往奇痒难当。

婴儿常于出生后第二个月开始在面部和头部出湿疹，有时也会见于前臂和小腿外侧：尿布包裹的部位易生接触性湿疹，但较少特应性湿疹。

在年龄较大的儿童，湿疹常出现于肘弯、膝弯及手腕一带。

患童年龄越大，湿疹越容易变成慢性，引致皮肤变厚皲裂，产生鳞屑。

某些慢性湿疹患者可能突作急性发作，患处渗出膜液，然后结痂。

延续时间

患此类湿疹的幼儿，在满两岁后半数会彻底痊愈。在大多数其他病例中，患者情况会好转，但会随时复发。

病情如果极其严重，则可能终生不愈，但这种病例很少见。

成因

特应性湿疹是一种遗传性疾病，跟血液内某些抗体有关。

寒冷的天气、台风，有时甚至精神紧张，都会加重病情，或使旧病突然复发。

在家护理

在出疹初期，水疱形成之前，可在患处涂炉甘石乳剂（痱子水）。

一旦形成水疱，就不可再用炉甘石乳剂，以免乳剂干后遗下刺激性的药粉；应改涂含有鱼石脂的油性炉甘石乳剂，减轻刺激痒。

由慢性湿疹造成的干燥厚皮，可敷上用锌和天然煤焦油制成的油膏。

特应性湿疹患者不可接种牛痘预防天花，否则可能有生命危险。至于其他免疫注射，则对湿疹患者没有多大危险。

不可搔抓患处。

皮肤非常干燥的人，经常使用浴油会有帮助。

何时去看医生

如婴儿或儿童皮肤上有多处粗糙发痒的地方，两三星期后仍不消退，尤其是瘙痒严重，或者家族中有人患哮喘或湿疹。

医生会如何处理

给患者含有皮质类固醇的药膏涂抹患处，以促进皮肤痊愈。

给患者服食镇静剂，以缓和刺痒，尽量避免患者搔抓。在晚上身体较暖时，更要如此。

视病情变化而给以其他适当药物。

预防方法

就目前医学知识来说，尚无预防特应性湿疹的办法。

如果已知某种气候和情绪因素可诱发这种病，尽量避免，或可减少发病的机会。

预后

特应性湿疹虽可持续终生，但所有病例经治疗后都会好转，大多数终会痊愈。

皮脂漏性湿疹

这类湿疹见于有很多皮脂腺的部位。见于外耳道的称为外耳炎，见于眼睑及其周围的称为睑炎。

症状

附在婴儿头顶上发丛中的乳痂是最早出现的这类湿疹，轻者可能只有少许鳞屑，重者可能积聚厚层油腻如痂的皮屑。

在耳朵上、下及后方的皱褶，皮肤往往发红，起鳞屑，有时还可能裂开。

在胸前胸骨下方，及背后肩胛骨之间，皮肤出现红斑，并起鳞屑。

这类湿疹只会引起轻微刺痒，甚至不发痒。乳房下方、腋窝、肚脐周围、腹股沟等部位出现油腻的红斑。这些地方平常较潮湿，因此有时可能受到感染。

延续时间

若经治疗，通常在一月内就会明显的好转。如果不加治疗，这类湿疹可持续多月或多年，甚至一直到成年仍不痊愈。

成因

不详。

在家护理

经常洗涤患处可减少感染的机会。某些肥皂可能刺激皮肤，因此可试用煤焦油肥皂。

婴儿如有乳痂，母亲不必自责，该病并不是因为照料不当而起的。市面上有治疗这种头皮疾患的成药出售，通常只需使用这些药物数月，乳痂就会消退。

何时去看医生

如果湿疹未能用普通药物治愈。

处理湿疹须知

百分之九十的湿疹患者是早在婴儿期发病的，但其中绝大多数在成年之前便会逐渐好转痊愈。

大多数患者可用类固醇制剂涂敷患处。用者必须懂得怎样安全地使用这种药，不要以为涂得越多便越有效，也不要随便借给别人试用。

用过传统方法治疗无效的患者，往往想试用特别的饮食疗法或其他偏方，如要这样做，最好先请教医生，但也不要期望太高。

患者时常搔痒，可能扰及父母、老师和同学，也令患者自己难堪。不要让患童自咎：如果刺痒难忍，可轻擦患处，但不要搔抓；教师也可让患童暂离教室，待刺痒停止再回来。

教师应知怎样应付这种情形，或需告诉其他学生和家长，湿疹是不会传染的。

患者应避免穿着贴身的羊毛衣物。睡房用具设置应跟哮喘患者的一样。此外，不必大事改变生活方式。精神压力可使湿疹恶化，应尽量保持心境平和愉快。

户外活动越多，对患童越有好处。照顾患童的人，包括父母、教师、课外活动的领队等，必须明白这一点。

如果湿疹流脓，有触痛感，或生节疮，应立刻去看医生。

医生会如何处理

给患者适当的皮肤软膏或者洗剂涂敷：如有需要，或会采用类固醇和抗生素。

预防方法

这类湿疹频频发作，无法预防，但及早治疗可加以抑制。

预后

经治疗，可逐渐痊愈，但会经常复发。

这类湿疹虽然令人烦恼，但不像特应性湿疹那样使人痛苦难受。

盘状湿疹

盘状湿疹形如钱币，直径约为二至四时（五至十厘米），常见于老年人及中年人。

症状

盘状湿疹多见于臂和腿的外侧，较少见于臀部和躯干下部。

常有水疱、渗出液体及结痂现象。

患处如受到感染，看上去颇像生脓疱疮或被昆虫刺咬过。

延续时间

盘状的患处多不会扩大，但可持续数月至两三年之久。

成因

不明。

在家护理

不可搔痒。可按治疗特应性湿疹的方法处理。

何时去看医生

如果怀疑患上盘状湿疹。

医生会如何处理

给患者软膏或洗剂涂敷。

预后

除极少数患者外，大都终会痊愈。

静脉曲张性湿疹

静脉曲张性湿疹患者大都是老年人，受影响的部位在小腿有静脉曲张病变处。

症状

这类湿疹呈深棕色，患处皮屑剥落，常发生于因静脉曲张病变引起的皮肤溃疡周围。

患处常有静脉曲张，但不一定明显。

常渗出液体和结痂。

奇痒难当。

身体其他部位可能出现继发性湿疹。

延续时间

可能持续多年，虽然会好转，但会复发

成因

相信可能是血液滞留于曲张的静脉中，皮肤的血液循环不畅之故。

并发病

患处可继发静脉曲张性溃疡。

在家护理

保护皮肤，不使受伤，因为湿疹患处有时可能由于受伤形成溃疡，一旦形成溃疡，就要许久才能愈合。

不可涂敷如羊毛脂或各种含有抗生素的强力药膏。

尽可能把患足搁起，帮助静脉血液回流。

轻轻洗涤患处对此病无碍，但洗后只可轻轻拍干患处，切忌大力拭擦。

何时去看医生

如果湿疹蔓延，奇痒难当，颜色改变，或出现溃疡。

医生会如何处理

定下一套多方面的治疗计划，包括适当的休息和运动，缠绑弹性绷带促进血液循环，以及采用特制的敷料。这一系列治疗方法不一定能奏效，原因多在于患者可能没有完全遵照医生的指示去做。

如有曲张的静脉，医生会建议患者接受注射或手术治疗。

预后

患处的皮肤变成棕色，再也不会恢复正常的颜色，但湿疹则会痊愈。

可能复发。

脑　炎

脑炎通常因病毒感染而起，是一种十分罕见的并发病，往往由一些常见或别无大害的病毒感染症引发出来的，包括肋线炎、麻疹、单纯疱疹等。脑炎常在受到急性感染时发生，有时症状可能在几周甚至几个月后才出现，如狂犬症引起的脑炎就是。也有原发性的，如日本脑炎。

症状

头痛。

发热。

颈部或背部疼痛，患者不愿向前弯颈或弯腰，头部可能僵直。

或会抽搐。

患者肌肉有时可能疼痛无力，动作异常，失去协调；病征各有不同，视脑的哪一部位受到影响而定。

延续时间

通常延续数周，很少持续数天或数月。

成因

病毒的感染，如肋线炎、麻疹、狂犬症、脊髓灰质炎（小儿麻痹症）都可以引起脑炎；此外，一些其他病毒也可引起这种病。

在家护理

不宜。

何时去看医生

假如同时出现剧烈头痛、颈项僵直、发热等征象，应马上去看医生。

脑炎患者的情况将会很严重，毫无疑问要立刻延医诊治。

医生会如何处理

将患者送进医院。

医院会进行各项检查，以确定诊断。检查可包括做脑电图、X射线以扫描、腰椎穿刺术（以抽取脑脊髓液检查）。

给患者服食止痛药以止头痛，以及抗惊厥剂以预防惊厥。

给患者服用抗病毒药物。

预后

大部分脑炎患者在数周之内身体就可以完全康复。

小部分病人（约百分之五）即使经过治疗，也可能死亡；有些则可能有永久性的后遗症，如记忆力衰退、部分肌肉无力等。

心内膜炎

这是一种罕见但严重甚或可能致命的疾病。

患者的心内膜、心瓣膜因受病菌感染而发炎，又常散发病菌于血流之中引起并发病。

症状

无缘无故持续或反复发高势。

继而可能出皮疹，以及有关节炎、中风或精神混乱的症状。

延续时间

数周，视何时开始治疗而异。

成因

有害生物进入血液，侵害心内膜。心脏正常的人虽然也可受到感染，但一般患者的心脏都是天生畸形的，或因患过风湿热而受到破坏。

拔牙与其他牙科手术最常引起此类感染。

在膀胱插管、施尿道或直肠手术、安装子宫环等过程中，都可以把细菌引进血流中。

因褥疮或其他溃疡而引起感染。

并发病

如果不用抗生素治疗，感染可能经由血液蔓延到身体其他器官，如肺、肾、肺等。

在家护理

不宜，应该去看医生。

何时去看医生

如没有明显原因而发高热，持续两三天不退。

医生会如何处理

在医院抽取患者的血液检查以确定原因，看看有没有受到感染，然后可能给患者服食抗生素或其他药物。

预防方法

替患有心脏病或天生心脏异常的人施行牙科或外科手术时，应特别小心。

例如在拔牙前先给这类病人服用抗生素，可免发生心内膜炎。

预后

即使采用各种抗生素，也不一定可以治愈。

内分泌系统

内分泌腺负责分泌出各种激素。这类化学物质对人体的各种功能，以至生命本身来说，都是必不可少的。腺体把激素输送到血流内，然后传到身体各个器官和组织中。

最主要的内分泌腺是脑垂体腺，这个腺体只有一颗豌豆般大小，位于头颅底部。脑垂体腺分泌激素，是受脑部毗连的丘脑下部调节的。

脑垂体腺除了产生促进骨头生长的生长激素之外，同时产生其他激素，催发别的腺体各自产生特有的激素。例如，有些脑垂体激素刺激甲状腺分泌另一种激素，以调节身体的新陈代谢。新陈代谢是一种化学变化过程，能促使人体利用能量及发挥功能。甲状腺激素对身心的发展，都十分重要。其他的脑垂体激素，有些可以刺激性腺（睾丸与卵巢），产生特有激素，控制性发育，以及精子或卵的制造；有些可以刺激肾上腺，产生皮质类固醇。这种皮质类固醇有多种功能，包括使身体可以利用主要食物，如糖和淀粉质，并使身体在紧张状态时作出正常的反应。

肾上腺还产生另一种激素，称为肾上腺素。这种激素无须受到刺激也会分泌出来，能增强心脏、肺部和肌肉活动功能，为搏斗、恐惧或奔跑作好准备，还可延续疲劳出现。甲状旁腺产生的激素，可调节体内钙质及磷质的含量（钙和磷都是骨的基本成分），并促进神经与肌肉的活动功能。

胎盘也可说是一种内分泌腺，对妊娠期中的多种生理变化有调节功能。

如果内分泌腺失常，就必须采用药物加以调理，并且补偿因此引起的分泌不足。例如，胰腺制造胰岛素，调节体内血糖的含量。血糖是人体的能量来源；如果胰腺不能产生足够的胰岛素，便会引起糖尿病，这时必须给患者注射胰岛素以补不足。如肾上腺不能制皮质类固醇，就须给病人服用含有可的松之类（皮质类固醇）的药物。

子宫内膜异位

妇女子宫内膜若干细胞组织长在子宫之外，如输卵管、卵巢或子宫后面等部

位。

症状

下腹部疼痛，往往为慢性，延续时期很长；在行经期间，疼痛加剧。

下背痛。

性交时疼痛。

延续时间

不加治疗，不会痊愈。

成因

不明。

并发病

略有可能引致不育。

骨盆内可能有囊肿。

在家护理

服食适量止痛药。

何时去看医生

如果在两三个月经周期中都出现同样症状。

医生会如何处理

进行骨盆器官检查。

如经确诊，可能请患者转看妇科医生；妇科医生可能给人激素治疗，或建议施外科手术切除不正常的组织。

预防方法

无。

预后

每次发作，症状都会在数天后自行消失。

子宫内膜炎

子宫腔受感染发炎。多在分娩后的产褥期、施绝育手术后及子宫内安放避孕环等情况下发病。症状是下腹痛、发热、经血带脓等。如不加治疗，炎症会向周围扩展，引致骨盆腹膜炎。可用抗生素治疗。

会 厌 炎

这种病较为少见，但十分严重。发病很突然，患者多为一至六岁儿童，尤以一岁幼儿最多；偶尔也见于较大的儿童或成年人。感染会引致咽部发炎，会厌肿胀。

这种病虽然因细菌感染而起，但跟患童接触的儿童似乎不会受到传染。

症状。

发热。

呼吸有杂音。

口腔黏液过多，流口水。

呼吸困难，致使患童经常想坐起来。

咳嗽声音沙哑或很刺耳。

心跳及脉搏加速。

在几小时内症状迅速恶化。

延续时间

如加以治疗，在二十四小时内开始好转。

成因

会厌受到细菌感染。

在家护理

不宜。这是急症，不能拖延片刻，应该立即去看医生。

何时去看医生

如果喉部发炎肿胀的儿童呼吸发生困难。

如儿童皮肤由粉红色变灰白、苍白或紫蓝色。

如果吸入水蒸汽后，呼吸仍有杂音。

医生如何处理

如果怀疑是会厌炎，便会马上送患者到医院接受 X 射线检查及适当治疗。

抗生素药物对治疗这种感染会有效用，但如果呼吸困难，就须在气管中插进管子，帮助呼吸。有时还可能要进行气管切开术。

通常要利用静脉滴注法输液体给患童，以保持其体内有足够体液。

往往要给患童输气。

预后

一旦度过呼吸受阻的危险期，便可逐渐康复。

癫　痫

患者反复出现癫痫发作的情况。癫痫主要有三种类型：癫痫大发作、癫痫小发作，和颞叶性癫痫（也称为精神运动性癫痫）。再仔细分类，还有一种叫做杰克逊氏癫痫（大脑皮质性癫痫），可单独发作，或随后再出现癫痫大发作。每种类型的癫痫，症状各不相同。

癫痫不是一种精神病，患者也不会比其他人更易患上精神病。虽然会有过白天发作癫痫的患者，三年之内不宜驾驶汽车，但在其他方面，仍可过正常人一般的生活。在一千人中，约有四个癫痫患者。儿童发高热而出现惊厥的症状，与癫痫发作差不多，难以分辨。这现象尤以未满三岁的幼儿最常见。

症状

癫痫大发作

有时发作前几秒钟，可能有先兆，包括耳鸣、看到闪光，或者嗅觉、听觉、味觉上有些特别的感觉。

突然失去知觉，四肢及颈部僵硬，继而有节奏地抽搐或全身颤动。

发作时，患者经常会咬破舌头，口吐白沫，并且尿湿裤子；面色则正常或转为红色，不像昏厥时那样转为苍白。

抽搐停止后，患者仍然失去知觉约半小时。

发作之后，可能有一段时间精神错乱，并且感到恹恹欲睡，长达数小时之久。

患者可能有一连串抽搐发作，两次发作之间仍然神志不清，此种情况称为癫痫持续状态，极其严重，可以致命。

未满六个月大婴儿抽搐发作时，可能误为急性腹痛。

癫痫小发作

这一类癫痫多见于四岁儿童到青春期少年。

发作时患者短暂失去知觉约几秒钟，但不致跌倒，身体也能保持平衡，眼睛可能贬动或震颤不定。患者完全恢复知觉后，并不知道自己曾经暂时失去知觉。

颞叶性癫痫

发作前可能像癫痫大发作一样有先兆，但是症状没有大发作那样显著和严重。患者不会失去知觉或跌倒在地。

患者可能有如入幻境的感觉，或生记忆错觉。

觉得周围的人和物距离自己很远，或不真实。

发作时，患者虽然能跑能说，甚至可以驾驶汽车，正如梦游症一样，但不能跟别人正常沟通。

患者可能发脾气或动作粗暴。

杰克逊氏癫痫

抽搐常由一只手、足，或一侧面部开始发作。

抽搐可蔓延至身体同一侧的其余肌肉。

接着可能失去知觉或发生癫痫大发作。

外 孔 膜 炎

一种引致眼睛持续呈红色的较罕见眼疾。

症状

外孔膜炎通常只发生于一只眼睛。病情逐渐加重，患者感到眼内隐隐作痛，而不像患结膜炎那样刺痛。

眼睛变红，有时在眼白上出现一小块隆起的暗色红斑。

延续时间

如加以适当治疗，多数病例可在几天内痊愈，但也可能复发。

成因

不大明确，但有时可能是风湿病的一个症状。风湿病可侵袭身体其他部位的关节和肌肉。

何时去看医生

如果眼睛持续呈红色或疼痛。

医生会如何处理

医生会用灯光和放大镜检查患者的眼睛，然后可能用黄色药水滴入眼中，给角膜染色，以便检查角膜是否受到损伤。

如果证实是外孔膜炎，可能会给患者使用滴眼药水或眼药膏。

也可能会作进一步检验（验血与照 X 射线），断定其他部位是否患风湿病。

预后

尽管经过细心治疗，往往仍不容易痊愈；不过此病并不会影响视力。

丹　毒

这是一种细菌感染的皮肤病，可以很快地蔓延到较深处的组织。从前因青微素还未面世，加上一般人没有卫生常识，丹毒的死亡率很高。现在丹毒虽然仍是严重的疾病，但已极少致命。这种病经直接接触而传染，患者多为儿童、少年和老年人，在春秋两季较多见。酗酒的人特别容易染上此病。

症状

感到全身不适。

面上或头皮上出现一块红斑，在三四天内迅速增大，形成一片边隆起、直径数寸（约十多厘米）的红色区域，并且肿胀疼痛，感觉灼热。

发高热、寒颤及呕吐。

炎症蔓延，受影响部位之下的组织肿胀，面部及颈部患处附近的淋巴线胀大，有触痛感。

红斑中心可能形成水疱。

有时可在患处周围出现皮疹。

成因

由一种称为酿脓链球菌的细菌引起。

并发病

如不加治疗，感染可能蔓延，引起败血病、肺炎、脑炎及肾炎，这些并发病可能致命。

在家护理

不宜。

何时去看医生

如怀疑患上此病，应尽快去看医生。

医生会如何处理

从水疱中取一点液体样本，检查以确定诊断。

给患者服抗生素。

送患者入医院。患者多会被安排住在隔离病房中，以免传染别人。患者在发炎期间必须卧床。医生会清除坏死的皮肤及弄干水疱。

丹毒是一种须报告卫生当局的传染病，所以医生会立刻具报。

预防方法

避免与患者直接接触。

预后

如确诊是丹毒后立即治疗，炎症通常在十天内消退，可以完全康复；但有时此病会在几个月或几年后复发。

如红斑出现在腿部，而患者又是老年人，腿部可能肿胀，那么恢复健康所需的时间会很长。

传染性红斑

一般认为是病毒引起的，但尚无定论。

这是一种传染病，又称为第五病，但传染性不像麻疹或水痘那样强，症状也较轻，所以谈不上什么治疗。患者多为学龄儿童。

潜伏期为一至二星期。

第一期，两颊呈鲜红色，宛如遭掌掴一样。可持续一至四天。

第二期，脸部出现红斑一两天后，身体及四肢上长出粉红色疹料，然后融合成大片的斑状丘疹，中央的颜色逐渐变淡。最后成为网状疹。此疹在一至二星期后消失。有些患者愈后可能复发。复发者为第三期。

除了发疹外，几乎没有其他症状，但是偶尔有些患者会咽喉发红（占百分之十至二十）、后脑部淋巴节肿大（占百分之九至三十五），以及其他症状，都不需要任何治疗。

红斑性肢痛病

病发时，手足会出现暖热疼痛的红色斑块，患者多是中年人。四肢受热便会触发此病，受冷却不会。

症状

手足出现烧灼感及红色斑点。

延续时间

几分钟到几小时。

成因

不明。

在家护理

垫高不足，吹电风扇使之凉爽。

脱去衣服或移去被褥，开动电风扇使身体保持凉快。

避免穿紧身或过厚的衣服，改穿凉鞋。

何时去看医生

如果出现上述症状。

医生会如何处理

检查患者的血液循环系统，以确定不是患上其他严重疾病。

对症下药，以求减轻症状。

预防方法

尽量保持手足凉爽，避免晒太阳，也不要戴厚手套及穿厚袜子。

预后

虽然无大害，但往往难以治愈。

耳咽管阻塞

耳咽管是一条狭窄的管道，连接中耳与喉咙。在正常情况下，空气可通过此管，维持鼓膜两边压力的平衡，因而可以使鼓膜有效地收听到声音，在上山下山、乘坐飞机或潜水时，有时可以感到有空气通过耳咽管。

在吞咽的时候，空气通常可经耳咽管进入中耳。如果这条管道阻塞，压力变得不平衡，就会引致不适或疼痛；鼓膜也不能正常震动，以致暂时听觉失灵。

症状

耳痛或耳内有胀满感。

一耳或两耳暂时部分失聪。

如果只有部分耳咽管受到阻塞，乘坐飞机或潜水时，症状会变得显著，一般是下降时比上升更为明显。

症状可突然出现，例如坐飞机时就是：但如果是因感冒而起，症状则要几天才会出现。

成因

感冒。

慢性鼻炎。

儿童可因腺样增殖体肿大而起。

坐飞机或潜水。

在家护理

用手捏住鼻子，闭上嘴巴，试试用力呼气。

吞咽、活动下颚以及作其他头部活动，可能有所帮助。

不要用滴耳药水。

蒸汽吸入疗法可能会改善病情，但要小心避免烫伤。

何时去看医生

如果耳痛持续一天以上。

如果听觉不灵七天以上。

如果只有一侧耳咽管阻塞，并持续七天以上。

医生会如何处理

检查患者的口腔和耳朵。

用音叉检查患者的听觉。

给病人服一些解除充血剂。

预防方法

可能要避免游泳、潜水和坐飞机。

预后

耳咽管阻塞多半只持续几小时。假如延续时间较长就表示可能有些流体积聚在中耳的空腔内，可能引起分泌性中耳炎。

脑硬膜外血肿

脑硬膜外血肿是头部损伤的一种严重并发病。头部受伤可致失去知觉(脑震荡)及引起头卢骨骨折,碎骨附近的颅内动脉因而破裂,导致大量出血:这些血在头颅内会形成大血凝块(血肿),压着脑部;如果上马上动手术除去压力,伤者有死亡之虞。

症状

头部受伤起初会使伤者失去知觉(脑震荡),这种情况可持续几秒钟、几分钟甚至几小时。如果失去知觉的时间超过两或三分钟,则应列为严重情况,须要立刻把伤者送入医院。

失去知觉时间较短的伤者,可能更危险。如果伤者(可能是个小孩)在受伤后失去知觉一会即自动醒来,旁人很易就会以为没什么问题,以致忽略了颅骨骨折和内出血的可能性;直至二至四小时,血肿扩大,压迫脑部,引致倦睡或再次陷入昏迷,这时就非常危险了。

身体一侧可能明显地僵硬或瘫痪。

两眼瞳孔大小不一。

可能有呕吐。

延续时间

症状可能在二至六小时内出现,但病情严重的话,会迅速恶化,有时甚至来不及抢救,伤者已经不治。

成因

颅骨骨折伤及脑膜中动脉,此动脉在耳朵前方经过,正好紧贴在颅骨内壁。血管破裂后,在颅骨及脑之间凝结成血块。如果继续出血,会使脑部的压力增大,引致昏迷情况恶化。

并发病

如不加治疗,血肿会引致伤者死亡。

在家护理

任何人若在头部受伤后失去知觉,都应予以急救。让作者卧下,要保持房间空气流通,不要让人群围挤在旁边,妨碍空气流通。如果伤者停止呼吸,应立即

施行人工呼吸。

立刻召来救护车或医生。即使伤者已经醒来，并且看来完全正常，仍要进医院检查，也许要留院观察一段时间。

何时去看医生

头部受伤后如果昏迷，尽管时间很短，也要立即找医生检查。

医生会如何处理

安排伤者接受 X 射线或扫描检查头部，如发现有血肿存在，必须立刻施手术除去血肿，解除脑部的压力。

预防方法

大多数头部受伤是因为交通失事而起的，所以应该小心驾驶，扣上安全带，以减少意外。

遵守车速限制。过去的记录显示，公路上一旦加上车速限制的指标，该段路的严重车祸即会减少。

骑摩托车的人应该戴上合标准的安全帽，以及接受正规驾驶训练。

预后

如血肿形成缓慢，而伤者又很快被送进医院，施手术可以挽救伤者的性命。但如果伤势严重，脑中压力增加十分迅速，那么可能来不及治疗，伤者已经死亡。

心脏期外收缩

心脏跳动（收缩）无规律。在正常跳动之后，紧跟着有一次不完整的较早跳动，下一次的正常跳动则似乎延迟了些。期外收缩或不常出现，或一分钟出现多次，甚至每隔一次正常的心跳就有一次期外收缩。健康正常的人偶尔也有这种情形。

有些人可能并不自觉心跳不规则。另一些人则会感到心脏跳动异常，或心脏有顶撞的感觉，也可能会感到心脏的跳动忽然减少了一下。

引起期外收缩的原因很多，但有时候又找不出什么重要的原因。喝太多的酒、茶、咖啡，或吸烟过多，也可能会出现这种情况。另一方面，期外收缩也可能是患有严重心脏病的症状。所以不管是什么原因，都应请医生诊治。

异物入眼

最常见的眼睛毛病是因异物入眼而引起的轻微损伤。虽然引致损伤的异物可能是极小的尘埃、沙粒或金属屑，但是所引起的刺激和不适可能颇为严重。

症状

刺痛流泪。

如果入眼的异物不及早除去，可能会引起眼睛红肿，变成结膜炎。

成因

尘埃、金属屑和沙子被风吹入眼内，或在使用工具时溅入眼内。

在家护理

将下眼睑向下拉开（或者请一位朋友帮忙），然后用一块棉花或手帕的一角轻轻抹去异物。异物抹去了，就不必进一步治疗。虽然眼睛还会觉得不适，尤其眼球或眼睑内的表面有擦伤时，但通常过三两个小时就没事。

何时去看医生

如果异物藏在上眼睑内，或粘在眼球的表面，必须请医生或护士除去。

如果是高速飞入眼内的金属或玻璃碎片刺伤眼睛，例如在使用釜子、电钻或打破玻璃窗时，应立即请医生诊治，或到急症室就医。

医生会如何处理

医生先拉开下眼睑检查，再用棉花棒或火柴杆协助翻开上眼睑检查，看是否有异物或伤痕。这样做旁人看起来可能会觉得难受，但事实上只会引起轻微的不适。找到了异物就用棉花抹去。

如果在眼睑内壁找不到异物，医生会滴一些颜色溶液，或用浸透了颜色的纸条为结膜上色，在灯光照射下，用放大镜仔细检查。找到了异物，医生会滴一些麻醉药水在眼中，然后用针尖将异物除去。再滴药水或在眼内涂药膏，以防发炎。最后可能用纱布块盖住眼睛。纱布块要待二十四小时后才可除下。

医生若不能除掉异物，或怀疑飞入眼中的金属或玻璃碎片刺伤了眼球，会转请眼科专家诊治。

预防方法

驾驶摩托车或使用电钻之类的工具时，应戴上保护眼睛的护镜。

预后

眼中异物除去后，受伤的眼睛很快就会复元。

如异物飞入眼中刺伤眼球，应马上治疗，否则可能严重影响视力。

粪便嵌塞

粪便硬块积聚在直肠中。多见于身体衰弱、长期卧床，或极少走动的人，特别是老年人。

症状

便秘连续四五天，甚至更长时间。

稀薄的粪水经干硬粪块的旁边自动流出肛门。

成因

长期卧床，极少活动。

长期患慢性疾病。

有便意却不上厕所。

严重便秘，但置之不理。

在家护理

在胶手套手指上涂点润滑膏或肥皂，伸进肛门内挖出粪便。用纸张盛载粪便并抹干手套。

挖出部分粪便后，把两条甘油栓剂塞入肛门，软化留在直肠中的粪便。这样可刺激直肠蠕动，并经常清洗。

坏　疽

手指、脚趾、四肢或身体其他部位的血液供应被截断之后，这些部位的组织就会坏死腐烂。

症状

患处的组织或身体上的四肢肢端突然变得苍白发凉。

数天后，这些部位（或干或湿）变为黑色。

湿性坏疽周围的组织，可能受到感染，并且感到疼痛。

坏死部位的边缘处可能剧痛。

延续时间

坏死的组织在数星期或数月后脱落。

成因

因各种原因引起的动脉狭窄或阻塞，都可造成血液循环障碍，引起坏疽。

糖尿病、动脉的粥样硬化及血栓形成，都可损害及阻塞动脉，引起坏疽。

冻疮。

受压，如生褥疮或绷带过紧。

并发病

肢体受到感染，终至必须切除。

在家护理

在经医生诊治前，不宜挤压或摩擦患处。避免使患处过冷过热。

何时去看医生

如果发现一肢或肢体的一部分忽然苍白发凉，持续两小时以上，虽经休息仍未能好转。

如果指尖或趾尖等小块部位变了色，或出现溃疡，经一两天仍不好转。

医生会如何处理

若病情轻微，建议在家自行小心护理。

若病情严重，则须进医院作进一步检查。

可能要动手术，以改善血液循环或切除坏死组织。

预防方法

保持肢体温暖。

不可穿太紧的鞋。

手脚的轻微感染必须加以治疗，特别是老年人和血液循环不好的人。

修剪趾甲时要特别小心。

预后

预后视成因而异。但如能小心护理，坏疽大都能受到控制。

如有严重的动脉病变，可能须切断患肢。

气性坏疽

这种病常见于手部或足部，是因土壤中一种称为产气荚膜梭菌的病菌进入

伤口而引起的。伤口及其四周的坏死组织，会在皮肤下面产生气体，就称气体坏疽。大多数情况下须动手术切除患处。

胃 溃 疡

胃内膜溃疡，深达胃壁的外层肌肉。胃溃疡大都发生于中年或中年之后，男性患者比女性多。

症状

上腹部或胸骨尖端下方感到灼痛及持续剧痛。常为阵发性，多在清晨发生。

进食后不久就感到胃痛或恶心。

延续时间

阵发性的胃痛可持续四至八个星期，数个月后又可复发，断断续续地持续多年。

经治疗后，多可在一两个星期内消除不适，但痊愈则需六个星期或以上。

成因

胃内保护胃壁表面的粘液层遭受破坏，比如患了慢性胃炎，就会发生溃疡。缺乏保护的胃壁可能会被消化掉。

喝酒、吸烟、饮食不定时、焦虑、紧张以及工作过劳，都可以引起症状。

有些药物可能使易患此病者发生溃疡，其中尤以阿斯匹林、类固醇、消炎痛制剂、苯丁唑酮等为甚。

并发病

如胃血管受到腐蚀，可引起突然出血而呕血，血色为鲜红或茶褐，犹如咖啡渣；其后，患者可能排出柏油样的黑色粪便。

腹膜炎。最深的溃疡可能引起胃壁穿孔，以致胃酸流入膜腔，引起突然发作的剧烈腹痛。

慢性胃溃疡极少会演变成胃癌，但若胃溃疡久治不愈，就须进行全面检查，以签别所患的是单纯的胃溃疡还是胃癌。

在家护理

少量多餐，进食流质食物并服单纯的抗酸剂。

戒酒、戒烟，因为两者都会引起破坏性的肌肉收缩。

何时去看医生

如果症状恶化，或持续两三星期以上。

如果出现突然发作的疼痛、大便带血或呕血。

医生会如何处理

给患者服食促进溃疡愈合的药物、阻断胃酸产生的药片及中和胃酸的解酸剂。

送病人到医院进行钡餐 X 射线检查，或用内窥镜检视；内窥镜是一种带有光源的检查器具，可以进入胃里观察内部情况。此外，还会取出少量胃组织加以化验，以确定病变的性质。

如经药物治疗后无效，就可能要切除部分胃。动过这种手术的人，终生要定期检查身体，以免因维生素不足而引致贫血。

指导患者进适当饮食及过有规律的生活。

预防方法

不喝酒，不吸烟，不服食阿斯匹林、类固醇、苯丁唑酮等药物，以免刺激胃部。

饮食不可仓促，生活要有规律。

预后

非癌性的胃溃疡可在三个月之内完全痊愈。

如果不改变不良的生活方式，可能复发。

胃　炎

胃炎是胃壁内膜发炎或受到刺激引起的。有急性和慢性，急性胃炎是饮食不当造成的，慢性胃炎则可持续很久，成因不明确，老年人易患此病。

急性胃炎

症状

上腹部疼痛。

恶心及呕吐。

呕吐物中可能带血，呈鲜红色或咖啡渣样。

腹泻。

延续时间

引起急性胃炎的原因除去后，症状常可消失。

成因

喝酒过量。醉后无食欲其实是急性胃炎发作。

食物被葡萄球菌污染，病菌可能来自患有疖疮等病的厨子或侍者。乳酪及未熟透或再煮熟的剩余食物，特易因已受污染引致此病。由病菌引起的急性胃炎，大都在进食四至六小时后发病。

服食阿斯匹林等有刺激性的药物，或洗洁剂、消毒剂、石蜡等有毒物质，可引起急性胃炎。

并发病

无。

在家护理

休息，不可进食，只可啜饮少量水。

何时去看医生

如果腹痛持续四小时仍不消失。

如果呕吐物带血。

如果呕吐和腹泻的情况严重，影响整体健康。

如果同时有多人发病。

医生会如何处理

详细询问病历及检查患者，以确定不是患了其他更严重的疾病。

指导患者进适当饮食。

预防方法

不可暴饮暴食。

预后

接受简单治疗后，大都很快痊愈。

慢性胃炎

症状

胃部隐痛不适，恶心。

往往并无症状，只在患者因其他原因去检查身体时，才为医生发现。

延续时间

即使加以治疗，也可能持续多时。

成因

老年人胃壁内膜退化败坏。

并发病

铁质及维生素不足。贫血。

在家护理

与护理急性胃炎相同。

何时去看医生

如果症状持续不退。

医生会如何处理

与急性胃炎相同。

预防方法

与急性胃炎相同。

预后

虽然治疗可减轻症状，但极难彻底痊愈。

胃肌松弛

胃的蠕动功能差，胃内的食物进入肠内的速度缓慢。患者的病情会突然恶化，一连几小时至几天频频呕吐，这样严重的症状称为急性胃肌松弛。

症状

体质性的胃肌松弛，只不过感到胃部不适和时有恶心。

急性胃肌松弛，可因呕吐、便秘、失水等引起休克。

成因

不很清楚，病情极轻的，可以不算是病。

急性胃肌松弛可由下述原因引起：传染病、尿毒症、药物中毒、血中的电解质不平衡，以及接受手术之后等。

在家护理

病因不很清楚者，可不用治疗。如果身体感到不适，应吃易消化的食物，细嚼慢咽，饭后向右侧卧。

急性胃肌松弛，不宜自行护理。

何时去看医生

原因不明的胃肌松弛，若症状明显而难受。

急性胃肌松弛，应立即诊治。

医生会如何处理

嘱患者小心饮食起居，并服用能促使胃蠕动的药物。

若是急性胃肌松弛，会据病因对症治疗，如补充电解质，肠胃减压等。

预后

胃肌松弛不会引起特别严重的病变。

急性胃肌松弛预后是否良好，则根据致病的原因和病情而异。

胃 肠 炎

胃肠炎是胃内膜和肠内膜发炎，这是食物中毒的医学名称。

症状

严重呕吐和腹泻，常连带有腹部痛性痉挛及绞痛。

体温稍微上升，出汗。

可因长期大量丧失体液而致脱水及休克。

呕吐物和粪便中可能有少量血。

延续时间

呕吐、腹泻等症状约在二至四天后便停止，但也可能持续更长的时间。细菌（沙门杆菌）感染可能持续数月甚至数年之久，此时患者可能没有什么症状，却是个带菌者，可以传染他人。

成因

最常见的是细菌感染，再煮热或半熟的食物，特别容易染有细菌。在室温下存放食物，很可能受到严重的细菌污染，尤其是含有乳酪的食品、牛奶、经加工的肉类、鱼类等。葡萄球菌、志贺杆菌及沙门杆菌是最常见的病原体。葡萄球菌感

染在二至八小时内即可引起胃肠炎的急性症状；沙门杆菌及志贺杆菌感染则在十二至三十六小时内发病。这两种细菌通常来自处理食品的人员、苍蝇和不合卫生的烹煮器皿。

污染的禽类、肉类及鱼类中，常可发现弯曲杆菌。这种细菌常会引起腹泻和剧烈的腹痛。

大肠杆菌有很多种，大多无害，但有几种可引起初生婴儿的急性胃肠炎，这种感染常在育婴室中蔓延。

病毒感染往往也可引致胃肠炎及肠炎。轮形病毒是引起儿童腹泻的最常见病原体。除此之外，可引致胃肠炎的病毒尚有很多种。这种感染可在两天之内发病。

有些植物在生长过程中所产生的毒素，也可以引致胃肠炎，如紫杉、毒性的茄属植物、牵牛花及七叶树属植物等，都含毒素，而马铃薯块茎所生的嫩芽，也是有毒的。

有毒的化学品，如砷、铅及各种杀虫剂等。若服下这些化学品，在数小时内即可发病。

阿米巴病、梨形鞭毛虫病等疾病，也可以引起胃肠炎的症状。

并发病

胃肠炎通常都有毒性，不过在大多数情况下，毒性都很轻微，患者不经治疗，也可自行痊愈。但是腊肠毒菌病以及某些植物或化学物质中毒，如果不及早救治，则可能致命。

在家护理

如果有急性呕吐和腹泻，队啜饮少许水外，不可进食或喝奶类饮品。因为胃肠本身正在极力排除致病的刺激物，所以不可再进饮食，以免增加刺激，必须让胃肠有机会休息。

成年患者可服有止泻和止痛作用的药物。

止泻剂适用于五岁以下的儿童，有些可吸收刺激素及减轻胃肠肌肉痉挛所致的疼痛。

胃部症状开始消退数小时之后，就可以开始给病人补充营养，吃些饼干、玉米粉、果子冻、牛奶冻、清汤之类的食物，但不可喝茶、咖啡及柠檬汁、橙汁等酸性饮料，以免刺激胃肠，引致再度呕吐。

大多数胃肠炎在一天三天后即可逐渐痊愈：呕吐、腹泻等症状消失后，患者

可以吃较为多样化的食物，但仍不可吃刺激性的东西。

何时去看医生

如果症状轻微，可以不必去看医生。

如果连带有腹痛、粪便带血，或其他料想不到的症状。

如果症状严重，或延续时间较长。

如果会服下有毒的植物或化学物质，必须立刻去看医生。

如果有两眼不能聚焦、复视、抽搐或瘫痪等现象，应该立刻去看医生。

医生会如何处理

如果病情严重，或已知患者曾服下有毒的植物或化学物质，就会送患者进医院检查和治疗。

胃部排空后会有干呕现象，医生会为患者注射止吐剂。

如果腹泻不止，医生可能给病人服用止泻剂或解痉剂。

医生一般都不用抗生素，除非已经确知病原体是可用抗生素治疗的细菌。这样如采用特效的抗生素，疗效是很好的。

年轻或老弱的病人，如果在呕吐、腹泻及出汗后丧失太多体液，医生可能进行输液以补充失去的水分。

预防方法

任何奶制品和经加工的鱼肉类食物，如果在室温下放置过久，便不宜进食。

不要进食怀疑不合卫生的食物，在外地旅行时更应注意。

冷藏的熟肉应当充分煮热后才吃。

如果发现罐头食物的容器有所损坏，或内裹的食物有异，即应丢弃。

不可吃马铃薯的嫩芽。

告诉孩子吃有毒植物的危险，不可让他们拿盛有化学品（如消毒剂）的瓶子来喝。如果家中有幼童，这些瓶子都要放在他们拿不到的地方。

预后

胃肠炎是很常见的疾病，除了有数天不适外，一般不会引起更严重的后果。呕吐和腹泻虽然令人不快，但这是人体排除急性感染和中毒的一种防御机制。

生殖器疱疹

这是一种反复发作的生殖器感染，经性交传染。大多数的原发（第一次）感

染见于年轻人。

症状

无论是原发还是复发感染，生殖器及其周围都会长出多个像单纯疱疹似的小水疱。如果是初受感染，水疱通常会在跟患此病的人性交后二至十二天出现。一至三天之后水疱破裂，形成带脓皮的溃疡，溃疡要七到二十天或更久才痊愈。

在疱疹生长期间进行性交，会引起疼痛，感染部位可能灼痛。

可能尿频、排尿疼痛及排尿减少。

原发感染的患者往往全身不适，轻微发热，腹股沟胀痛。

延续时间

一次发作的症状通常在三个星期内即可消退，但是有时溃疡可持续数周。每隔一段时间症状就会复发，在发作期中，患者可以传染他人。

成因

病原体是单纯疱疹病毒二型，这种病毒只在直接性交中才会传染。

并发病

生殖器疱疹虽然很少发生并发病，但其并发病中有两种颇为严重，即眼睛角膜清疡及脑炎。这两种并发病都可能见于患此病妇女所生的婴儿，这些婴儿在出生时经过充满病毒的产道，因而受到传染。

在家护理

保持患处清洁。

避免性交。

何时去看医生

如果生殖器上出现溃疡或皮疹。

复发时应再去看医生，由医生确定诊断并监察治疗效果。

孕妇如患此病，应告诉医生。

医生会如何处理

检查以确定成因。

检查有无其他性病。

给患者口服或经静脉滴注抗疱疹特效药物，局部病变处勤搽抗疱疹药膏，促使患处早日痊愈。如果及早医治，大都经过五天后可痊愈。但很可能复发。

预防方法

避免随便发生性关系。

如有传染的可能，可使用阴茎套。

如果产妇患有生殖器疱疹，可能须施行剖腹产术来保护婴儿，以免遭受传染。

抗疱疹疫苗对本病无效。

预后

虽然有可能只发作一次，完全痊愈后不再复发，但是大多数病例都会在多年内间歇复发。抗疱疹疫苗对防止此病复发的功效尚待证实。近两年来发明了一种新药，名为无环抗颊毒素，很有疗效。

地 图 舌

舌头表面显现形状不规则而边缘清晰的花斑。灰白色的边缘围绕着红色的中心，仿佛在舌头上绘了地图，因而得名。

这种病多见于幼儿和女性，尤常见于消化不良、营养欠佳的儿童。一般认为这可能与过敏性体质有关。

症状

在舌上呈现红色的部分中，有两种微小凸起，称为草莓状的乳头和白线状乳头。其大小和形状常于数日后改变。

几乎没有自觉症状，吃食物时或有微痛，但无大碍。

成因

尚不清楚，但常与遗传和体质有关。据统计患病率为百分之九。

在家护理

保持口腔清洁，要经常漱口。

忌食刺激性的食物。

何时去看医生

发现舌上有地图状花斑，但无其他症状，不必治疗。若感疼痛和并发炎症时，应予诊治。

医生会如何处理

嘱患者保持安静，勤漱口，保持口腔清洁。

患者若是幼儿，会特别提醒父母注重营养。

预防方法

由于病因不明，没有可行的预防方法。

预后

从病例可知，过敏性体质改善后，此种情况较少出现。

德国麻疹

德国麻疹是一种很常见的传染病，又称为风疹。这种病是经由密切接触传染的，因此与患者一起工作或居住的人，极容易受到传染。德国麻疹本身并不严重，但如发生在怀孕未满十六个星期的孕妇身上，就有可能影响到胎儿。有先天性风疹的胎儿可能死产、天生聋盲或患先天性心脏病。妊娠首十六周内患德国麻疹的孕妇，其胎儿约有百分之二十五会受到影响；如果在妊娠更早期患病，胎儿受影响的比率更高达百分之六十。

症状

首先在耳朵后方或脸上出现细小、粉红色、微微凸起的皮疹，然后往下蔓延到身体其他部分。

淋巴腺肿胀，尤其耳后较为显著。

关节疼痛，此种痛楚可能颇剧烈，尤以年轻妇女为然。

在皮疹出现之前，患者可能有数天感到不适。

潜伏期

十四至二十一天。

延续时间

皮疹持续一至五天。

关节疼痛可持续十四天。

患者在皮疹出现前五天开始，直至皮疹出现后四天为止，都有可能将病传染给别人。

在家护理

从皮疹出现开始，应当留在家中休息四天。

孕妇不可和患者接触。

如果有需要，可服食止痛药，以减轻疼痛及不适。

何时去看医生

如果关节疼痛严重。

如果怀疑有此病，并且可能传染他人，尤其是传染给成年人。

如果不知怀孕初期的妇女对德国麻疹有无免疫力，而又怀疑染上此病，为孕妇作例行验血，可以确定是否有免疫力。

如果患者发高热，有严重而持久的头痛，或恹恹欲睡。

医生会如何处理

验血以确定诊断，因为有好几种其他病毒感染所引起的症状，也和德国麻疹相似。

如果怀孕初期的妇女已证实患上德国麻疹，医生会征求患者的意见，以决定做人工流产中止怀孕，还是冒着生下先天畸形婴儿的危险，继续怀孕下去。

预防方法

因为德国麻疹对孕妇来说是一种极其严重的疾病，所以女性最好在幼年就接受免疫注射。

生育年龄的妇女如果没有患过德国麻疹，而又希望日后怀孕，便应当接受免疫注射。在注射之后，可能出现类似德国麻疹症状的皮疹及关节疼痛。注射后至少两个月内避免怀孕，因为在此期间受孕，胎儿可能受到疫苗的影响。

现在十三岁左右的女童如没有患过德国麻疹，有关当局都会给予免疫注射。

较年长的妇女如果不知道自己曾否患过此病，可验血以测定自己有没有免疫力。

对此病无免疫力的孕妇，可在分娩后接受免疫注射。

预后

患过一次德国麻疹后，便可终身免疫。除了对胎儿有影响之外，此病预后良好，也很少发生并发病。

梨形鞭毛虫病

这是由一种称为肠梨形虫的微小寄生虫所引起的系统感染。患者多从地中海沿岸国家染上此病。症状通常在感染后数周才出现。

症状

腹泻，粪便量多，且有恶臭。

胃部胀满不适。

恶心。

肠道不能吸收食物。

延续时间

数量期或更久。

成因

肠梨形虫。

在家护理

可用白陶土或其他单纯的止泻剂来缓和症状。

何时去看医生

如果在到外地旅行后发生腹泻。

医生会如何处理

检查粪便以确定诊断。

如果确定是此病，便给患者服食可以杀死肠梨形虫的药物。

预防方法

家庭中的其他成员也应接受检查和治疗。

预后

经过治疗后，大都可以完全痊愈。

淋　病

这是在性交中染上淋球菌引起的性病。淋病可侵袭男女生殖器，患妇在分娩时可使婴儿的眼睛受到感染，以致在眼球的表面留下疤痕。

少数患者可能并发关节炎。淋球菌常侵入输卵管，以致造成严重的骨盆炎或腹膜炎。

男女淋病患者都可能不育。

跟一般人所相信的正好相反，淋病并不会通过马桶上的坐圈传染。

男性淋病

症状

在性交后三至十天，阴茎内尿道强烈灼痛，随后排出大量黄色脓液。

如果不加治疗，症状也可能逐渐减退，患者会误以为已经痊愈。

有些患者可能没有什么症状。

延续时间

如果不加治疗，症状一般在六个月之内便会逐渐消失。但未经治疗的患者即使已无症状，也仍有传染性，成了淋病的带菌者；初患淋病的人多半是给这些带菌者传染的。

成因

与患有淋病的人或淋球菌带菌者性交。

在家护理

不宜。

何时去看医生

如果发觉出现症状，或者与怀疑患淋病的人性交过，便应尽快去看医生。如欲保密，可到性病诊所诊治。一般医生也会为患者保密。

医生会如何处理

化验患者的排出物及血液样本，以便确定诊断并追究患者是否同时染上梅毒。

给患者服用抗生素。患者必须按照医生的指示继续服药，直至复诊的所有检查都证实病菌已灭绝为止。

预防方法

越少乱交，就越少染上淋病的危险。

必要时应当戴上阴茎套以便安全，但使用阴茎套也并不绝对安全。

预后

如能及早治疗，患者又能认真听从医生的指示去做，则预后良好。

如不加治疗或治疗不当，男性患者可致不育、关节炎和尿道缩窄，以致排尿不畅。

女性淋病

症状

女性淋病患者往往并无症状，因而可能并不知道自己患有淋病，以致在无意中传染给了性伴侣。

如果有症状，则为：

小便次数比平常多。

尿道疼能流脓。阴道排出物增多并有异味。

这些症状通常在受传染三至十天之后出现。

延续时间

与男性淋病相同。

成因

与男性淋病相同。

何时去看医生

如果怀疑自己染上此病。

医生会如何处理

检查患者以确定是否染上淋病。确诊后，给患者服食抗生素；患者必须继续服药，直至复诊的所有检查都证实病菌已灭绝为止。

进行各种试验，检查是否同时染上其他性病。

预防方法

越少乱交，就越少染上淋病的危险。

预后

与男性淋病相同。

此外，如果不加治疗，女性患者很易发生输卵管炎，导致不育。

注意：淋病患者不论男女，也不论有无症状或症状多么轻微，只要未经过治

疗，都有传染性。因此，即使只是怀疑染上此病，也应去看医生。

痛　风

这是因人体内化学处理过程紊乱，引致过量尿酸盐积聚在各个器官中的疾病。患者大多是二十至六十岁的男性，女性极少患此病。

与一般人相信的正好相反，痛风并不是生活奢侈放纵引起的。虽然关节痛是本病最明显的症状，但痛风也不仅是一种关节病。患者的肾脏可能受到分割，以致结石，引起剧痛。在耳、腱、膝、肘、手及足等处沉积的尿酸盐，会引起发炎和疼痛。

症状

患处关节突然红肿剧痛。由于某些原因，拇趾关节最易受分割，此外，膝、踝、腕及肘等关节也都可能发病。

在慢性痛风病例中，尿酸盐沉积物或痛风石可在耳、手及足等处形成硬块，如不加治疗，疼痛可能持续一星期或更久，然后消失。除了关节痛之外，患者也会感到全身十分不适。

延续时间

一旦患上此病，便一辈子都会不时发作。

急性发作可能次数很少及相隔时间很长，但也可能频频发生。

成因

确切成因不明，但从体内排出尿酸盐功能障碍是有遗传性的。

有些痛风发作，有时可能因服食利尿剂治疗高血压和心脏病的副作用而引起。

此本身虽然不是大吃大喝所致，不过放纵饮食也有可能引致痛风发作。

并发病

反复发作可能损害关节，引起关节炎。

尿酸盐在肾脏中沉积，可能形成结石，肾结石会引起剧痛，并且损害肾脏。

如果不加治疗，微小的尿酸盐结晶可能破坏肾组织，引起高血压和心力衰竭。

在家护理

在医生确诊之前，并无有效的在家护理方法。

何时去看医生

如怀疑患上此病。

医生会如何处理

验血以测知血液中的尿酸含量，也可能安排患者接受 X 射线检查。

给患者抗炎药物，助关节消炎止痛。患者在每次发作时服药后，在二十四至三十六小时之内，症状应可缓解。

后复发作及血中尿酸过多的人，可能要长期服食药物以保持尿酸含量接近正常。

告诉患者如何避免病情恶化，如保持健康、不要过重、避免吃某些食物如各种内脏、戒酒，及不要做可能引发此病的活动等。

预防方法

会引起发作的食物、酒类或活动，都要避免。

常备抗发作的药物，一旦发作，立即服食。

如有必要，长期服食药物，使尿酸含最降低。

预后

随着患者年龄的增长，发作的严重程度会逐渐减轻，次数也会减少。

治疗可以有效地控制急性发作。

长期服药和治疗，可以预防严重的并发病。

急性感染性多神经炎

一种罕见的神经炎症，是轻微感染后的并发病。有些人接受预防某些流行性感冒的注射后，也会引起此病。此外，如淋巴肉芽肿之类的恶性疾病也会引起反应而发病。

症状

通常在患过咽炎或胃肠炎等传染病后一至三个星期发作。

在数天内，一肢的肌肉变得软弱无力。如果病情严重，患肢很快瘫痪。

肢体可能感到不适，通常不会疼痛，但或会有麻刺感；皮肤也可能麻木。

延续时间

由数星期至十八个月不等，按神经受损害的程度而异。

成因

不详。似乎是患者体内产生了一些对抗其本身神经的抗体，这些抗体损害运动神经，引致肌肉软弱无力。

在家护理

不宜。这是一种严重的疾病，必须住院治疗。

何时去看医生

如果感到肢体软弱无力。

医生会如何处理

送患者进医院接受专门的护理。

有时可能用类固醇治疗，但其功效尚未明确。

预防方法

无。

预后

此病虽然极其严重，但死亡率仅为百分之五左右。百分之七十五以上的患者可在十八个月内完全康复，其余的多半只感到轻微的肌肉无力，没有其他后患。

着色毛痣

皮肤上生有着色毛痣的地方呈深褐色，表面通常十分粗糙，或呈结节状，其上还生有毛发。着色毛痣大小通常为直径一时（二十五毫米）左右，但也可以大得遮盖了躯体的一大片。

延续时间

着色毛痣在出生时就有，随着身体的发育而增长，但并不向外扩散。

成因

不详。

在家护理

不宜在家护理。如将痣上的毛发剃去，可能使皮肤受到刺激，同时剩下的短毛会使患者很不舒适。

何时去看医生

如在婴儿出生后发现长有着色毛痣，应尽快去看医生。

如果在童年或成年时期发觉该痣有任何变化，应去看医生，因为有变成皮肤癌的可能。这些变化是面积突然变大、本身或其周围的皮肤颜色转变、有出血现象等。

医生会如何处理

请患者转看整形外科医生，以决定是否将着色毛痣切除，然后植皮。

安排患者作 X 射线检查。腰背部的着色毛痣有时可能跟轻微的脊柱裂有关，这种脊柱异常现象在 X 射线照片中可以看出来。

预后

着色毛痣不会扩散。

在患处生皮肤癌的可能性较正常皮肤为高，但假如一发现痣有任何变化，就及早去看医生，通常可以避免严重的并发病。

心脏传导阻断

心肌内某一处发生部分或完全的功能障碍。该处本来有组织发出心电波，使心脏有规律地进行搏动。若电波传导因故阻断，心脏的房室就各自搏动。这时左右心室的搏动率和脉搏数，都比正常慢得多。

症状

部分传导阻断可能不影响心搏率，因此很少引起症状，仅于做心电图检查时才发现。

心搏（心室收缩）偶尔缺误时，患者才可能会感到心律失常。

传导阻断较严重时，脑部血液循环会减缓，此时可引起眩晕、行为失常，有时还可致昏厥及轻微的抽搐。

各种的传导阻断都会妨碍心脏的正常功能，结果可引致胸痛（心绞痛）、呼吸困难以及足踝浮肿（心力衰竭）。

延续时间

视引起传导阻断的成因而异。部分或完全的传导阻断都可能只持续数秒钟或数分钟;但若有冠状动脉栓塞和心肌炎发作,随后传导阻断往往是永久性的。

成因

冠状动脉栓塞。

心肌炎。

先天性心脏病。

刺激心肌收缩的神经退化。

服用某些药物。

何时去看医生

如果患者感到心律失常。

医生会如何处理

可能安排做心电图,测定传导阻断的情况和严重程度。

如果症状轻微,又无心力衰竭的现象,医生可能不作进一步治疗。

如果传导阻断较为严重,医生会考虑为患者装置临时的或永久的人工心脏整律器。

预防方法

视病因而定。

预后

预后是否良好,与病因有直接关系。此病常常因年老或衰退性疾病而起,装置心脏整律器后,症状可以完全消除,心搏也可以完全恢复正常。

心 力 衰 竭

心脏功能减弱,排压的血量未能满足身体所需。成因可能是心脏衰弱乏力,不能使血液在全身运行,或心脏内有阻塞处,影响流回心脏的血量,也可能是两种情况同时出现。

心力衰竭通常都是慢慢出现的。为了弥补功能的不足,心脏往往加劲搏动,并且增强心肌的力量。然而,在某些情况下,如严重的冠状动脉栓塞,心脏功能突然减退,接着就出现休克和虚脱等情形。

心力衰竭会干扰体内其他器官的功能，其中以肾脏最易受到影响，以致过多的水分存留于血液内，这样就会使循环系统负何过重，因而增加心脏的劳损。

症状

如心力衰竭情况轻微，下列症状只在用力使劲时才出现。如情况严重，则随时会出现。

呼吸越来越急促，有时还有喘鸣声，严重的话犹如哮喘发作。

无故咳嗽，或咳嗽持续不止。病情严重时，可并发支气管炎。

睡眠时要用几个枕头垫高头和头。

足和足踝浮肿，黄昏时或活动后更加明显。

延续时间

视心力衰竭的严重程度及成因而异。发作可能为时不过数小时，也可能长期存在。

成因

高血压。

严重贫血

可引致心律失常和改变心搏率的疾患，如心房纤维颤动和心脏传导阻断。

晚期肺病，慢性支性管炎，哮喘。

心脏主动脉瓣和僧帽瓣的疾患（狭窄和闭锁不全）。

心肌病。

先天性心脏病。

心脏的炎症（心肌炎、心包炎）。

冠状动脉栓塞。

局部缺血性心脏病，输往心肌的血液受限制。

甲状腺机能亢进症。

吸烟，体重过重以及其他各种严重疾病，都可加重心脏负担，造成心力衰竭。

在家护理

症状出现时，立即坐下休息。

何时去看医生

如果无缘无故感到呼吸困难。

如果无故咳嗽，或咳嗽不止。

如果足或足踝浮肿。

医生会如何处理

给予各种药物，使患者增加尿量、降低血压、控制不规则和过速的心率。

如果心力衰竭突然发作，而且病情严重，可能给患者注射吗啡，减缓呼吸困难，镇静下来。

采取了这些应急措施之后，医生会研究心力衰竭的成因，可能要送患者入院作各种检查。

预防方法

戒烟。这是最好的预防办法，至少也可以延迟心力衰竭发作。

曾患心力衰竭，或已获悉自己可能患心力衰竭的人，都应注意下列各点：

保持正常体重。

避免过度的或下不必要的体力活动。如果活动确有必要，也应缓慢地进行。

步上台阶、上斜坡或逆风而行时，都要留神。

不要喝大量的液体。

应严格遵从医生的指示治疗引起心力衰竭的疾患。

预后

视病因而异。如其根本的疾病是可治疗的，比如甲状腺疾病、心脏办膜病变、先天性心脏病或高血压，则预后良好。如果根本的疾病加重心脏的劳损，而心脏已竭尽所能，比如严重的肺病、局部缺血性心肌病和其他类似的疾病，则预后较差。

疝

腹内器官自腹壁裂隙突出的现象。通常按其在腹内及体外出现的部位而分别定名。

腹股沟疝最为常见，以男性患者最多。疝囊可大至象梨（一百五十二毫米）。在腹股沟皱褶处上方出现，常有下坠入阴囊中的倾向。

股疝多见于女性。疝囊可能仅如樱桃大小，位于腹股沟皱褶中央稍低处。

脐疝最常见于婴儿。脐周围肿胀成圆块，常可在一至四岁内自行消失，不必治疗。用布垫及腰带并无疗效。脐疝过大或成年人的脐疝，则可能要动手术治疗。

中线疝(腹疝)常见于生育过数次的妇女。多次怀孕引起腹直肌偏离中线,形成腹疝。平卧后坐起时,疝囊即十分明显。

食道裂孔疝是胃自食道所穿过的横膈膜最薄弱处突出。这种疝在体外看不到,往往没有什么症状。症状出现时和消化不良一样。

切口疝是腹部手术疤痕下面出现的疝。腹部肌肉切开之后未能充分愈合,便会造成裂隙。切口疝常因腹部伤口受感染而引起。

症状

腹腔内压力增大时,如站立、咳嗽、哭泣、用力排便,出现疝囊。

患处感到不适。

延续时间

如不加治疗,疔囊不会消失。

成因

腹肌的"弱点",特别是肌肉边缘处,受内部压力即可形成疝。这些弱点常常是在各器官的连接处或在手术的疤痕处。如不经外科手术补救,形成疝的可能性会一直存在。

并发病

如果疝突出处的孔道比较小,则通到疝囊内容物的血流容易受阻断,疝组织最后可能坏死。这种情况称为绞扼性疝。

为免组织坏死,必须立即施手术。

在家护理

有些疝是可以推回腹腔的,方法是平卧床上,放松腹肌,用手指轻柔地将突出物揉回原位,患者可以很安全地这样做。

如果需要系用疝带,要将突出物推回原位后才系上。

如疝的开口比较阔,则不大会引起较扼情况,疝带也就没什么作用。

绞扼性疝有疼痛、绷紧、压痛等症状,不能推回原位。咳嗽时突出物也不会增大。

何时去看医生

如果疝囊有压痛、疼痛、不容易推回原位,应立即去看医生,作为急症处理。如不及早治疗,绞扼可能截断肠道的血液供应,引致坏疽。

任何部位之疝，即使不引起疼痛，也应该去看医生，找出治疗方法，同时消除并发病的危险。

医生会如何处理

把患者转给外科医生诊治，可能要施手术。

某些情况下，如疝囊的颈部较阔，患者年老、体弱、拒绝接受手术，医生会给病人佩用疝带，疝带上有一个适当形状的皮面衬垫，用带子固定在正确位置上。疝带多用于腹股沟疝。

预后

佩带疝带后可以控制高的恶化和避免并发病。很多病例可以施手术治疗，但即使动过手术，仍有可能复发。

疱疹性咽喉炎

一种病毒感染，多在春、夏季流行。

症状

发热，咽喉粘膜鲜红，并且可看到或多或少的一至二毫米大小水疱。这些水疱随后破裂，形成溃疡。

婴儿患者，常发高热，并伴有腹泻和呕吐。

延续时间

一般数日后会痊愈。

并发病

有并发脑膜炎的可能，但极罕见。

成因

大都是由于柯荫奇病毒的感染。

在家护理

无特别护理法。与感冒的情况差不多。

医生会如何处理

发高热时，可给予退热剂。一般抗生素无效。

食道裂孔疝

食道穿过横膈膜进入腹腔的开口称为食道裂孔。这个裂孔松弛，致使腹部内的器官进入胸腔，叫做食道裂孔疝。进入胸腔的器官主要是胃，偶尔也有肠。

偶或有先天性的患者，但多为肥胖或驼背的高龄老人。

症状

胸部有烧灼感，打嗝。

胸痛。

弯腰曲背、躺下睡觉，或腹部用力时，症状较为显著。

会并发食道炎，也会引起吐血。

成因

肥胖或婢娠，食道裂孔增大，横膈膜降低，腹腔内压升高。

并发病

食道炎。

食道溃疡。

假如食道和胃接合处的粘膜因呕吐而裂开，会引致吐血。

在家护理

控制体重。

改正驼背的姿势。

睡觉时，可用稍高之枕。

何时去看医生

如果呕吐、吐血。

如果胸部烧灼感或胸痛影响日常生活。

医生会如何处理

用 X 射线检查和诊断。

用内窥镜来确定食道和胃有无并发病。

指导患者如何改善生活习惯，必须时服用抗酸剂。

病状严重时，动手术治疗。

预防方法

注意姿势，保持适当体重。

不要经常从事升高腹压的工作。

少吃辛辣调味品。

预后

虽然不会自行痊愈，但肥胖患者减轻体重后情况会好转；患者如是孕妇，分娩后病状会减轻。

只要平日注意保持健康，大多数不会妨碍日常生活。

呃　逆

横膈膜不由自主频频痉挛，俗称打嗝。

延续时间

通常发作十至十二分钟后即自行消失，但是有时会比较长久。呃逆如持续不止，则可能有潜在的疾病。

成因

饮食过量，特别是喝下大量热饮料后，胃部过胀，刺激横膈膜。

有些呃逆似乎没什么原因。

偶尔因肾、肝、肺以及胃肠疾患引起。

在家护理

二氧化碳可抑止呃逆。只须闭气数次，增加血液的二气化碳含量，或可抑止呃逆。

用纸袋罩住口鼻呼吸数次，也有同样的效果。但不可用塑料袋，以免因而窒息。其他有效的家庭疗法都是靠患者闭气。

吸吮冰块，慢慢喝水、诱发呕吐、用手将舌拉出等等，都有可能制止呃逆。

何时去看医生

如果呃逆持续一天以上。

医生会如何处理

给患者口服或注射镇静剂。

给患者吸入百分之五的二氧化碳。

多 毛 症

男性毛发过度生长，可说是男性性症特别显著的表现，不会出现什么问题。但如妇女的面部与四肢体毛过多，就会引起不雅和难堪。此病通常与遗传有关。

症状

女性面毛过多，可见于三十岁之后，通常是在更年期之前，不过也可以自怀孕时开始，以后就一直继续下去。

女人体毛的生长和分布如男人，面部、胸部和四肢长出体毛。

年长的女从面部往往长有较粗的面毛，与年轻妇女的面毛不一样。

延续时间

终生。

成因

虽然人体内各种激素的综合作用可能引起多毛症，但毛发生长改变的原因尚未清楚。

有些不常见的腺体功能失常也可致多毛症，但极其罕见。

营养不良可引起体毛增生。

苯妥英和某些类固醇药物，会促进毛发生长。

在家护理

须令女患者了解多毛症并不改变其女性本质。腺体失常的可能性极微。

最简单的方法是用电剃刀剃去过盛的体毛。这并不会使体毛长得更多或更粗。

如果长毛不多，可用镊子连根拔去，但六星期后又会长出来。

可用电灼法将毛囊永远破坏，但采用此法必须技术熟练，以免留下疤痕，同时要逐根处理，很花时间，费用也昂贵。

某些化妆品有破坏毛发的作用，但所有化学剂只是短期内有效，用久了都可能引起皮肤反应。

何时去看医生

如有腺体失常症状，比如无月经。

在服用药物期间有体毛增多的现象。

医生会如何处理

验血验尿以确定有无腺体失常。

有时可能安排患者到医院接受更复杂的检查。

预防方法

无。

预后

经诊断后，多数妇女可找到适当的治疗方法，减轻烦恼。

淋巴肉芽肿

一种肿瘤病变，又称为何杰金氏病，见于淋巴腺和含大量淋巴组织的器官，如脾脏等。患者以年轻人为主。

症状

颈部肿胀，通常见于一侧。

腋下与腹股沟的淋巴腺肿大。

发热、夜间盗汗、极易疲倦。

食欲不振。

腹痛。

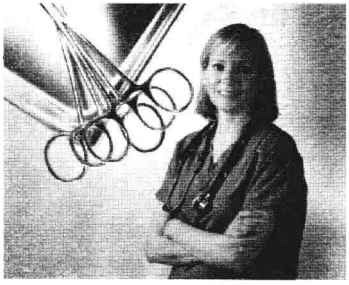
贫血，体重减轻。

延续时间

不加治疗，患者也可活多年，但只有治疗才能痊愈。

成因

不明。近年的医学研究显示，此种疾病可能与病毒有关。



并发病

炎症。

何时去看医生

怀疑患有此病。

医生会如何处理

送患者入院。从肿大的淋巴腺或自骨髓中

抽取组织样本检查，以确定诊断。

如及早证实患上此病，安排患者接受射线治疗（X 射线治疗）。

病情较重的话，须采用综合药物疗法，疗程约为六至九个月。

预防方法

无法预防。

预后

如及早治疗，大多数患者可以治愈。严重的患者经药物治疗后，也能迅速转好，约有半数可以治愈。

脑 膜 炎

脑膜是围绕脑及脊髓的一层薄膜，正式称为脑脊髓膜。脑膜炎是脑脊髓膜发炎，有很多类型。各类型的症状大致相同，但症状和并发病的严重程度，则因所感染病原体的性质不同而各有差异。病毒感染并非少见，可造成小规模流行病，但通常较少引起并发病或脑损伤。细菌感染较少见，如果能及早用抗生素治疗，多可把细菌消灭，此型多见于儿童。最常见的类型是流行性脑脊髓膜炎。由结核病菌引起的感染，症状虽不大严重，但如不加治疗，可以致命。抗生素对治疗所有的细菌感染性脑膜炎都十分有效，因此及早诊断是极其重要的。

症状

各类型脑膜炎的症状大致相同：

头痛，往往十分严重。

颈部或背部疼痛僵硬。

患者在床上坐着时不能把头弯到两膝之间。

呕吐，可能十分剧烈。

发高热。

不能忍受强光。

可能发生惊厥。

幼童可能只发热及看似不适，新生儿甚至可能连发热也没有，因此医生遇到这种情形，诊断十分困难。

潜伏期

与本身并不发病的带菌者密切接触，就可能被传染。症状通常在数小时后

逐渐出现。

成因

细菌感染。

很多种病毒可引起脑膜炎，包括那些引起流行性感冒或感冒的病毒。

并发病

有时可能引致脑损伤或癫痫，尤其如果脑膜炎是由细菌引起的。

在家护理

不宜。如怀疑是脑膜炎，应该马上去看医生，作彻底检查。

医生会如何处理

送病人入院治疗。

如果是由细菌引起的脑膜炎，就采用抗生素或兼用其他药物治疗。

如果是由病毒引起的脑膜炎，除少数类型外，通常没有特效的治疗法。多数患者经休息及服食止痛药可渐康复。

预防方法

脑膜炎没有免疫方法。流行性脑脊髓膜炎患者的家人可服食抗生素以预防传染。

预后

患上由细菌引起的脑膜炎，如果及早诊治，多半可痊愈。

脑脊髓膜凸出

这是包围脊髓的薄膜穿过脊柱骨的裂缝向外凸出的现象，凸出部分上面只盖着很薄的皮肤。脑脊髓膜凸出是脊柱裂的一种主要形式。婴儿出世时如果发现有这种现象，应立即施手术矫正，以保护脑脊髓膜。

更年期妇女须知

应该把更年期内的变化视为自己生命中一个既正常又健康的阶段。

如果有任何忧虑，应该告诉丈夫或知心的亲友，尽量设法消除。

应该把这个时期视作是增加外出活动、养成嗜好的适当时机。

如果有任何异常的阴道出血或排出物，应该及早告诉医生。

如果自己不能确定更年期是否已完全过去，可以请教医生。

不应让更年期的转变影响工作、日常生活及性生活。

如果有任何忧虑，应该告诉医生，不必忸怩或害怕。

更 年 期

妇女到了中年的某个时候，卵巢对脑垂体腺的反应便会减弱，其制造卵子的细胞也开始消灭，这就是更年期。更年期又称为绝经期，这是每个妇女在一生中无可避免的一个正常阶段。更年期带来的改变，往往是好多于坏的，而且更年期的变化停止后，就不用再担心怀孕了。

更年期可在三十多至五十多岁之间的任何时候开始，但大部分妇女的更年期始于四十多岁。改变并不是突然发生的，而且月经与卵巢的活动逐渐减少，可持续达数年之久。

更年期妇女因症状严重而须求诊的，不到总数四分之一，其中最主要的症状是热潮红，占求诊人数百分之七十；此外抑郁占百分之四十，出汗占百分之三十，月经不正常占百分之二十五，失眠占百分之二十五，疲倦占百分之二十，头发皮肤发生变化占百分之十五，头痛占百分之十。大多数妇女必须了解到，在更年期应准备作一些心理上的适应。

更年期中的改变可能影响妇女的自信心，又往往连带有焦虑的症状，这种焦虑是很自然的，但是没有事实根据；例如，妇女实在没有理由担心在更年期以后自己会老得快些或者不再动人。据调查指出，最少有百分之八十的妇女在更年期后性反应保持不变，甚至有所增强，因此实在没有限制性生活的必要。而且在更年期完全过去之前，仍应继续采取避孕措施。如果不能肯定更年期是否已完全过去，可以请教医生。

在妇女生命中的这个时期，可能还会出现一些其他变化，这些变化虽然大多是一种巧合，但可能增加妇女在心理上的适应困难。例如，儿女这时可能要离开家庭自立，自己感到生活沉闷空虚；年迈的父母越来越需要她的照顾而妨碍她出外活动或工作，使精神无法转注于别的事情上，以忘却更年期的各种苦恼；此外，夫妻关系也可能因其他原因而难以协调。

有时服食镇静剂或宁神剂对治疗焦虑、抑郁及某些生理症状也许有帮助。如果热潮红比较严重，可以用激素替补疗法抑制症状。

有时阴道出现干燥现象，便需做局部治疗。如阴道有异常出血，遇到这种情形，必须及早去看医生，详细检查。

热潮红和出汗可能在月经停止后一年左右才消失，但这两种症状在治疗后往往都能减轻，没有抑郁症那么恼人。

要好好应付更年期，女性本身一定要对更年期有充分的认识和了解，并告诉丈夫和医生，这样就一切问题都会迎刃而解。

肠系膜淋巴腺炎

这是腹腔内腺体的一种炎症，可引起腹痛，有时症状严重，犹如阑尾炎。患者大多是儿童，有时连带有急性扁桃体炎。

症状

腹痛和压痛，常集中于肚脐一带。

身体经常有发热，患者有时还有呕吐、伤风或喉痛。

延续时间

三至十天。

成因

大概是一种病毒感染。

在家护理

休息，但不一定要卧床。

多喝流质食物。不要服食止痛药。

何时去看医生

如果腹痛持续四小时以上。

如果除腹痛外，患童还看来病得很厉害，或大量呕吐。

医生会如何处理

检查患童，以确定不是患上阑尾炎。

可能验尿以测验有否感染。

嘱咐患童休息及多喝流质。

预防方法

无。

预后

极好。此病可以完全痊愈，不留后患；但如果下次有类似的发作，就应该怀

疑是阑尾炎。

跖　痛

跖痛是拇趾底部的肉球部疼痛，通常双足同时发病。患者多为超重的中年妇女。

症状

足的前部异常扁平，足趾轻微向外散开。

足痛于步行时加剧。

足肌软弱无力。

足底可能形成一块胼胝，位于中趾的后面受压即痛。

症状可突然出现，也可在几个月内逐渐出现。

延续时间

治疗功效缓慢，疼痛可持续很多个月。

成因

鞋太紧。

运动太少，以致足肌软弱无力。

过度肥胖，使足部的负荷加重。

并发病

有时可能引致足前部骨折。

在家护理

让足部休息，可使疼痛减轻。

何时去看医生

如果出现上述症状。

医生会如何处理

安排患者接受物理治疗，以增强足肌。

劝患者穿合脚的鞋，经常做运动。如过胖是成因之一，就须节食减肥。

预防方法

经常穿合脚的鞋，做适量的运动，保持体重不过重。

预后

只要进行物理治疗，并听众医生的话，穿合脚的鞋，做适量运动，跖痛可大为好转。

偏 头 痛

偏头痛是一种反覆发作的头痛，也是最常见的神经系统疾病之一，每一百人中，就有五个患者，而女性比男性更易患上。此病有遗传性，常于青春期或成年初期开始发病。

每个患者的症状都颇有不同，此病可分两大类型：

典型偏头痛的头痛甚为剧烈，并连带有多种或全部下述的症状；普通偏头痛则只有头痛一种症状。

症状

发作前有先兆，常于睡醒后不久出现。这种先兆常是视觉障碍，比如眼前出现光点、之字形线影，两眼都可看见此种现象。

先兆出现几分钟后，面部、一手或一腿可能感到麻木、刺痛或无力，并且连带有精神混乱和头晕，说话可能稍有困难。在几分钟之内，局部症状可由身体的一部分蔓延到另一部分。

早期症状逐渐消失，随之而来的是头部剧烈抽痛。初发作时麻木及刺痛多限于身体一侧，而此时的抽痛则往往波及另一侧的头部。此外，患者多害怕亮光。

偏头痛发作时常连带有恶心及呕吐。儿童患者可能有呕吐及腹痛，而头痛症状则或有或无，这种情况称为腹型偏头痛。

延续时间

偏头痛可持续几小时至几天不等。

可能每周发作两三次，也可偶尔发作。妇女常于月经来潮时发作。

成因

发作开始时的症状，是因通向一侧头部的动脉突然变窄而引起的。然后这些血管再度扩张，血流量增多，便会引致偏头痛。至于血管为什么会先收缩后扩张，则尚在研究中。

精力充沛、工作勤奋的人较易患上偏头痛，这些人若过劳或精神紧张，都可

引起发作。然而，偏头痛常于紧张时期过去之后才发生，例如周末或假日。

避孕丸可引起偏头痛，而妊娠则有助减少发作次数。

强光、闪光、喝酒和某些食物，都可引起偏头痛发作；这些食物包括干酪及巧克力，其中含有苯乙胺，血管对这种物质甚为敏感。

偏头痛患者须知

用日记记下偏头痛发作那天的事，以及几个月内每天日常生活的情况。详细记录每天饮食起居的时间、食物、饮料、天气、任何情绪波动、过度的体力活动等等，这些资料有助发现哪些情况会引起偏头痛，以便加以预防。

除非确实知道巧克力、干酪、柑橘类水果及酒精对自己无碍，否则应避免进食。

错过了吃饭时间可引致血糖降低，而低血糖会诱发偏头痛，所以应该保持饮食定时的习惯。

避孕丸可引起偏头痛。服食避孕丸的妇女如患偏头痛，应该寻求医生的指导。

如果医生给自己开了一种偏头痛药，一定要清楚地知道服食的方法，严格遵守规定服食。发作时越早服药效果越好，还要询问医生服药后会不会引起倦睡。如果会，服药后就不要驾驶汽车。在任何情况下，偏头痛一旦发作都应停止驾驶，因发作时视力可能有障碍。

紧张会使偏头痛加剧，如果不可能改变自己的生活方式，就应该学习放松心情，尽量把生活安排得规律一些。

偏头痛虽然痛苦，但并无危险性。如果担心自己的头痛是较严重疾病引起的，就应请教医生。医生不会笑患者庸人自扰，而会细心找出真正成因，使患者安心。

定期做游泳或瑜伽之类的运动，可以松驰身心，防止偏头痛发作。有些人认为静坐沉思冥想也有所帮助。

并发病

偏头痛尽管发作时很辛苦，但并不会引起并发病，而在两次发作之间患者也一切正常。

在家护理

如有严重的发作，可在阴暗房间内躺下休息。

服食适量止痛药可减轻头痛。

在长时间的发作中，应只吃些刺激性少的清淡食物，这样可减少呕吐。

何时去看医生

如有任何反覆发作的严重头痛。若诊断确定是偏头痛，通常不必再作进一步检查。

医生会如何处理

询问患者发作时出现的症状，以确定其头痛等症状是否由偏头痛引起。量度血压，看看头痛的成因会否是高血压。

如果头痛剧烈，但症状不符合偏头痛的任何类型，遇到这种情形，医生便可能替患者验血及作 X 射线检查。

如果证实是偏头痛，而发作频密，情况严重，医生可能给患者服食特效药物。这些药物中有些是定期服食以防止发作的，有些则是发作开始时服食。服药时应小心，不可过量；用麦角之类物质制成的药，只有在发作开始后几分钟内服食才有效，如服食过量，这些药本身也会引起头痛。这些药物含有麦角胺，妊娠期间不可服食。

预防方法

因工作过劳或精神紧张引致偏头痛的患者，如果改善生活方式，可以预防发作。

如果证明某些食物或饮品会引起发作，以后就要避免进这类饮食。

如偏头痛跟服食避孕丸有关，就应该改用别种避孕方法。

预后

有些患者在采用上述预防方法后，偏头痛可完全痊愈。其余患者随着年龄增长，发作次数会逐渐减少，病情也不如以往严重。

妇女过了更年期后，偏头痛大多会完全停止。

粟 粒 疹

年轻人面部长出的一种细小、无害、针头样的皮肤囊肿，最常见于面颊及眼睑上、粟粒疹不痛不痒，有时在皮肤长水疱或表面受伤之后出现。

症状

皮肤上出现白色或黄色的小颗粒。

婴儿脸上常会出现很多这种针头大小的白色颗粒，但并无危险性，不必治疗，会自行消失。

延续时间

可持续很多个月，不加治疗也终会自行消失。

成因

汗管损伤后可产生这类囊肿，但在并无受伤或明显成因的情况下，也会出现。

在家护理

并无简单的护理方法，如用各种成药涂敷，反而会使皮肤敏感，疗效不大。

何时去看医生

如果这些斑点引起焦虑。

医生会如何处理

很少会加以治疗，但患者若坚持治疗，会用针刺破囊肿，然后施加压力挤出里面的物质。

预防方法

除了避免受伤外，并无其他方法。

预后

粟粒疹通常于两年内完全消失，不必治疗。

僧帽瓣闭锁不全

心脏的僧帽瓣又称为二尖瓣。僧帽瓣膜如果有闭锁不全的情况，心脏每次搏动的时候，左心室会漏些血液倒流回左心房，心脏输送血液的作用就大大减弱。僧帽瓣闭锁不全比僧帽瓣狭窄少见，有时两种情况也同时并存。

症状

无缘无故呼吸困难。

延续时间

终身不愈。

成因

最常由风湿热引起，通常在童年发生（参阅下节僧帽瓣狭窄）。在患风湿热后可能立即出现僧帽瓣闭锁不全。

较少见的是瓣膜索先天异常、无力或断裂。

在家护理

不宜。

何时去看医生

如果无故出现呼吸浅促。

医生会如何处理

如果症状轻微：

检查心肺的结构情况。

安排患者作心电图、X射线检查胸部及心回波图（超声波检查）。

如果症状比较严重：

安排进行各种特殊检查，以决定是否要施外科手术治疗。目前有人造瓣膜可供置换。

预防方法

除遵循风湿热预防方法外，并无其他方法。

预后

如果呼吸已经极其困难，若不施手术，预后很差。但如果装置适当的人造瓣膜，则病人仍可过正常的生活。

僧帽瓣狭窄

心脏的僧帽瓣膜会合口变得狭窄的现象。瓣膜逐渐变厚并黏合在一起，以致血液不易从左心房流入左心室，引起肺部充血，肺内血管可能出血。

症状

呼吸困难。

支气管炎频频发作。

经常咯血。

体力活动引起胸痛。

延续时间

如不加治疗会永久存在，并且逐渐恶化。

成因

最常见的是风湿热，引致心脏和瓣膜发炎。风湿热患者通常是儿童，发病时往往未能察觉，部分患者的心脏会遭受永久损害，尤以僧帽瓣最常受损。病变可能潜伏十至二十年之久，才出现症状。瓣膜口狭窄较为多见，但僧帽瓣也会因闭锁不全而漏血，有时可能两者同时存在。

在家护理

不宜。

何时去看医生

如无缘无故呼吸困难或咯血。

医生会如何处理

如果症状轻微：

检查心肺。

安排作心电图，X 射线检查胸部及心回波图。

如果症状比较严重：

送病人入医院进一步检查，以决定应否施外科手术治疗。

如果要动手术，外科医生通常会采用扩张和剖分僧帽瓣的技术，排除瓣膜的阻塞。

预后

病情轻者可以活到老年，只是体力较差。

严重患者须施外科技术治疗，效果极佳，危险性很低。如果患者拒绝接受手术，则后果很坏。

触染性软疣

一种不常见的皮肤感染，以致皮肤上出现成群无痛的细小赘生物或疣。最常见于躯干及臀部，但任何部位也可出现，患者通常是儿童，成人也可受感染。

症状

皮肤上出现光滑的细小赘生物，直径约为八分之一至三分之一寸（三至八毫

米），中央轻微下陷，色泽通常与肤色相同。

延续时间

赘生物可蔓延至邻近皮肤，但通常几个月后自行消失。

成因

在皮肤表层细胞内滋长的一种病毒。

在家护理

不宜。

病毒可经由直接接触患者皮肤传播，所以在学校或军营内发现此病后，应将患者隔离，不让患者到更衣室、漱洗室、健身室等公用场所中去，直至痊愈为止。

一般治疗疣的涂剂并无疗效。

何时去看医生

应尽早看医生，因为此病只宜在医护人员监督下进行治疗。

医生会如何处理

刮去赘生物的顶部，用小棒蘸纯苯酚涂于赘生物中央。涂时必须特别小心，因苯酚可烧伤正常皮肤。

预防方法

避免与患者直接接触。

预后

苯酚疗法可彻底治愈此病。如不加治疗，经一段时间后也会自行消失。

蒙 古 斑

一些边缘模糊的蓝灰色大斑块，直径约二至三寸（五十至七十五毫米）。出生时已经存在，主要位于婴儿臀部，多见于黄种人和部分黑种人，偶尔也见于白种婴儿。

延续时间

出生后一年内自行消失。

成因

皮肤深处有色素细胞聚集。

在家护理

不需要特别护理，也不必为此担心。

何时去看医生

如果不能确定斑块为蒙古斑（有时这种皮肤变色看起来像瘀伤）。

医生会如何处理

确定诊断，告知婴儿的父母。

预防方法

无。

预后

斑块消失后不会复发。

晕 动 病

很多人乘坐汽车、火车、轮船或飞机时，会出现恶心呕吐的症状。交通工具颠簸不定，使视觉与内耳平衡机制之间产生混乱。眼睛可随移动而调节，内耳则不能，致使眼睛的“信号”与内耳的不能吻合。如双眼改看陆地或地平线，症状往往可减轻。

症状

恶心和呕吐。

食欲不振。

出汗和眩晕。

面色苍白，有时或带青绿。

腹部不适和腹泻。

延续时间

在长程旅途中，症状可能持续七十二小时，但旅程结束或颠簸减轻后，症状很快消失。

有些人渐渐适应，此后每次旅程，症状会逐渐减轻。

成因

因不习惯的动感而引起内耳暂时紊乱。

在家护理

市面上有一些有效的抗晕动药物。有些药物内含阿托品或类似成分，服后引起口干和便秘。其他含有抗组织胺剂的药物，有些人服后会困倦。抗晕动药物应在起程前半小时至一小时服下。

要定时喝少量饮料，以避免出现脱水现象。即使有呕吐，也要定时吃少量食物。呕吐后症状往往可以减轻。

呼吸新鲜空气可减轻不适。乘坐汽车时，最好隔若干时间停下来，如果和孩子一起，更应每小时停一停。如果乘坐轮船，可走上甲板散步。分散注意力，可减轻不适。

如症状严重，可卧下闭目休息。

何时去看医生

如同时还有严重腹痛。

医生会如何处理

确定恶心呕吐是晕动而不是其他疾病所致。

病情严重，可注射止吐药物。

预防方法

主要是分散注意力，尽可能保持心平气和。对可能发病的人，更不要引起他想到此病。

乘汽车旅行时，如有儿童或易患此病的成人同行，途中尽可能每小时停下来休息片刻。

让儿童坐在可看到外面的位置上。

多穿衣服保持身体温暖。

稍微打开车窗。

不要在车上看书报。

预后

大多数儿童长大后不会再患晕动病。

有些成人特别易患此病。但在恶劣的情况下，例如坐一条小船开出港口遇到大风浪，就是身体极好的人也可能支撑不住。

晕动病患者须知

在起程前的半小时至一小时，可先服食一片防晕动药片。如果要驾车，就不要服食含有抗组织胺剂的药片，因为服后会打瞌睡。

应安排若干活动，分散易患晕动病小孩的注意力，如游戏、玩具、猜谜、听录音带等。

应带备不漏水的袋子，准备在所有预防方法无效时盛载呕吐物。

不要在容易患晕动病的同行人面前谈起晕动病发作的可能性，因为这样会引起他发病。

远行前不要饱食或喝酒。

如果乘客中有容易患晕动病的人，就要禁止在车厢内吸烟，以免引起发病。

口 溃 疡

口溃疡可以是生病的征象，也可以是局部或机械性的原因所致，如咬及舌头、假牙装配不良等。

口疮性溃疡

这是一些浅小的溃疡，直径只有八分之一寸（三毫米），呈圆形或椭圆形，底部常为灰白色，黄色的边缘稍微隆起，周围有轻微发炎。溃疡多在舌头、颊内壁、牙龈和颊部之间的沟槽以及上腭部位出现。

症状

疼痛，甚至常于溃疡前开始疼痛，直至溃疡出现后三四天。

延续时间

疼痛三至九天才痊愈。新的溃疡或继而出现。

如反覆出现溃疡，可能有潜伏的原因。

成因

轻微病毒感染。这是幼儿口溃疡常见的原因。

口溃疡常连带有乳糜泻、维生素吸收障碍，以及某些皮肤病。

在家护理

用漱口剂及锭剂，如甘油、麝香草酚等；或把一、两片可溶性阿斯匹林溶于一

大杯温水中用来漱口，每天四次，这样可以减轻痛楚。

用指尖蘸甘油涂于患处，有助减轻疼痛。

何时去看医生

如牙龈侧的沟槽溃疡，或溃疡持续不愈，又或溃疡反复发作。

医生会如何处理

给患有效力较强的药物，可把软膏或小药丸置于患处，以缓解疼痛和促使溃疡愈合。

可能还要检查血液，看看有无其他疾病，也可能给患者服食维生素 B。

手 足 口 病

患者身体广布水疱，使病情看起来比实际情况严重。这是一种不严重的病毒感染，常见于儿童，但成人也可受感染。此病虽然可在学校内传播，但并不持久存在，也与牲口的口蹄疫无关。

症状

口腔内、手掌、足底及臀部出现小水疱，可形成溃疡。

偶尔身体其他部位出现斑点。

延续时间

大约五天后溃疡愈合，不留疤痕。

在家护理

在口溃疡上涂些甘油，可减轻痛楚。其他部位多半根本不必处理。

露出患处可助水疱快些干燥。

不慎损伤

症状

口腔内出现个别的疼痛小点，口腔黏膜或会同时缺损。

延续时间

如不治疗，疼痛会持续下去。

成因

咬伤颊部或舌头。

牙齿有缺损，或假牙装配不合适。

婴儿吮的橡皮奶头太硬或太长。

在家护理

消除病根。

必要时去看牙医。

把一两片可溶性阿斯匹林溶于一大杯温水之中，每天用来漱口四次，可消除痛楚。

经常用指尖蘸甘油涂于患处，可减轻疼痛。

何时去看医生

如果症状持续两三周，在家自行处理无效。

口炎症状

进食过热、酸性及辛辣食物时，感到疼痛及敏感。咀嚼或吞咽时感到不适。

延续时间

通常很短暂。

成因

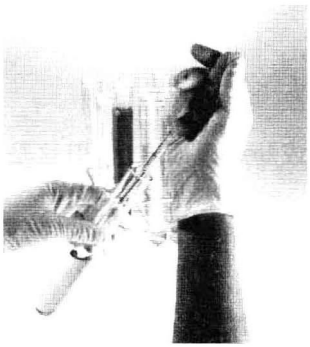
多种不同类型的病毒及细菌。

太热的食物、浓烈的调味剂、烟、酒等，都可损伤口腔的黏膜。

对药物或塑料假牙过敏。

维生素 B 和维生素 C 不足。

某些血液疾病及感染，比如鹅口疮、麻疹、腺热等。



在家护理

尽可能避免进刺激性的饮食，只喝无刺激性、非酸性、凉或微温的饮料。

用甘油或麝香草酚漱口，可以减轻炎症。

何时去看医生

如果疼痛持续两三周以上。

如果发现口腔内或咽喉部有白膜。

医生会如何处理

检查患者，以确定患的不是维生素不足或血液疾病。

用棉花棒从口腔内取样本化验。

嘴唇或口腔的其他硬块或溃疡症状

无痛硬块，可妨碍吞咽，或可形成溃疡。

成因

唇癌、舌癌、口腔癌和腭癌。

旧牙根、牙龈、舌、唇处生出的囊肿、脓肿及瘤。大多数是非癌性的。

何时去看医生

口腔发现肿块，特别是硬而持续二周以上的，应该去看医生，以查明是否恶性肿瘤。

既有的肿块上出现任何溃疡、出血或突变，都应该再去看医生。

黏膜

附在呼吸道、消化道、泌尿道、生殖道以及体内很多腔道表面的光滑潮湿组织，称为黏膜。黏膜产生黏稠的液体，称为黏液。液有润滑和保护黏膜的作用。

咽部积存黏液

鼻子后面及口腔唾液腺不断产生的自然分泌物，通常都被咽下。但如果一个人患感冒或婴儿吞咽机能发育不完全时，黏液就会聚集在咽部，引起咳嗽。咳嗽一般是有其作用的，可防止黏液进入肺部。

症状

患者轻微咳嗽，特别是躺卧时。

夜间咳嗽加剧。儿童尤为剧烈，父母都害怕婴儿或幼儿因而窒息，但这是不致发生的。

有时婴儿呼吸发出“气泡声”，这是空气通过咽部黏液所致。

延续时间

六个月大的婴儿通常都学会吞咽。此后仅是患上感冒或因长出新牙而唾液分泌增多时，婴儿才会因而持续咳嗽。

儿童和成人在感冒痊愈后咳嗽可达十天之久。

有些儿童夜间咳嗽可达几个月或几年，特别住于寒冷房子内的儿童，但不致染上大病。

成因

轻微感染、尘的刺激或过敏，都可生此情况。

在家护理

稍微垫高婴儿的床头，使小床略微倾斜。

年纪较长的儿童或成人多加一个枕头，可以缓解症状。

止咳药可缓解症状；但是咳嗽可保护肺部免受感染，所以不应完全抑制咳嗽。

戒烟。勿让儿童留在烟雾弥漫的环境内。

睡觉时窗户要打开一点。

何时去看医生

如果患有慢性疾病，如肺气肿、支气管炎、鼻窦炎等，同时咳嗽加剧。

如果咳出绿色或黄色痰液，以及体温升高。

如果有耳痛或耳朵流出脓液。

如果呼吸困难或呼吸时有杂声。

如果患童发热、不停哭闹、不肯进食、嗜睡、反应迟钝或呕吐。

如果婴儿烦躁、苍白或反应迟钝。

医生会如何处理

检查肺部确定没有感染。

给患者服食止咳糖浆或减充血剂，以减少分泌液。

预后

咽部积存黏液其实不是什么疾病，症状迟早自行消失。

一旦弄清楚病因，就易于应付。

脑脊髓多发性硬化

这是个别神经细胞周围的鞘受损，以致神经失去正常功能，引起视力、感觉和肌肉控制的障碍，又称为散布性硬化。约二千人中有一人患脑脊髓多发性硬

化，发病的年龄平均为三十岁，患者女性比男性多，症状因人而异。

症状

约有百分之四十的病例开始时视力出现某种障碍，一只或两只眼睛视力模糊，或眼睛后面疼痛不适，又或出现复视现象。

患者除可能有视力障碍外，还会感到一个或多个肢体无力或失去控制，只能笨拙地做些简单的动作。这种症状称为共济失调。

患者可能大小便失禁。

除生理症状外，情绪上也常起变化。患者常常变得神情惘然淡漠，也有的变得终日抑郁不安。

延续时间

症状一般在几小时或几天内出现，经两至三周后逐渐消失。但数周、数月或数年后又可复发，如此恶化下去身体逐渐残废，甚至会死亡。不过很多病人自初次发现症状起，仍可活三十至四十年。少数病情严重的患者，可在两年内死亡。患者的平均存活时间在二十年以上。

成因

不甚明确，仍有待深入研究。早年受病毒感染（如麻疹）而作出的一种反应可能是原因之一。

脑脊髓多发性硬化可能有遗传性。但如孪生兄弟中一个患此病，另一个不一定也患上。

并发病

肾、肺、膀胱都可发生感染。

在家护理

不可能。

何时去看医生

如果出现视力失常、肌肉无力或肢体持久麻木症状。

医生会如何处理

检查身体以断定有无脑脊髓多发性硬化，其中包括腰椎穿刺检查：用注射针插入腰椎，抽出一些脊髓液进行化验。

如果已经确诊是脑脊髓多发性硬化，医生可能给病人注射促肾上腺皮质激

素，以刺激肾上腺皮质，减低病情加剧时的损害程度。

建议患者日后症状出现时尽量休息，到症状消退时做些运动增强肌肉，保持肌肉的活动能力。

医生会建议患者接受物理治疗师或作业治疗师治疗，以应付因此病引起丧失能力的问题。

要减轻丧失能力的程度，还有很多方法。

预防方法

无。

预后

目前还没有根治脑脊髓多发性硬化的方法。症状虽令人痛苦烦恼，但只要有决心，遵从医生的指导，患者仍可活下去，也可享长寿。

腮 腺 炎

唾液腺发生肿胀。这是一种常见的传染病，俗称痄腮。最多见于两岁以上的儿童，每隔三或四年流行一次。

症状

最常见的是一侧耳前颌角处的唾液腺肿大，一两天后，对侧唾液腺也可能肿起来。

颌下和舌下的唾液腺也会肿大。

耳痛，或咀嚼时疼痛。

其他腺体也会肿胀疼痛。比如胰炎引起上腹疼痛；青春期后男性睾丸炎引起阴囊肿痛，女性卵巢炎引起下腹疼痛。

潜伏期

十五至二十一天。腮腺肿胀前大约六天，患者的唾液开始含有病毒，直至约两周后才消失。于此期间患者会把病毒传给他人。

患者在症状出现前已经有传染性，到症状出现后已不可能阻止感染的播散，因此隔离并无实际功效。

延续时间

通常可在一周内痊愈。

成因

腮腺炎病毒。从腮腺炎患者传染得病。

并发病

可引起病毒性脑炎，引起剧烈头痛。

儿童可引起中耳炎。

睾丸炎、卵巢炎、胰炎。

在家护理

卧床休息数天。

如咀嚼时疼痛，则进汤水等流质食物。

如果睾丸肿痛，可用护身或绷带支承阴囊，也可用毛巾垫起阴囊，将毛巾两端系在腰部。睡在床上时，不穿睡裤，用枕头将阴囊垫起。按定量服食温和的止痛药。

何时去看医生

如果睾丸肿痛，或持续有严重的耳痛或腹痛。

如严重头痛及头后僵硬，或两只眼睛怕见强烈的光线。

医生会如何处理

医生没有什么方法可促使患者康复。只有等待患处自然痊愈。

必要时可给患者服食止痛药。

若患者有并发病，再作适当处理。

预防方法

有预防疫苗可用。无须采取其他预防措施。

预后

儿童患者预后极好，成人则较易患并发病。

肌营养不良

肌营养不良是一种侵袭多组肌肉的消耗性疾病。此病有若干类型，各类型分别侵袭不同的一组肌肉，发病的年龄也不同。所有类型中的肌肉衰损都是渐进的，成因尚未查明，也无根治或阻止病变恶化的办法。此病的三种主要类型都由遗传引起，这三种类型为：脊髓病性肌萎缩，只见于男童，通常侵袭下肢，多在

四至十岁时发病；面肩胛臂肌营养不良，侵袭面部与上肢肌肉，患者男女都有，常于青少年时开始发病；肢带肌营养不良，侵袭肩部或髋部肌肉，患者男女都有，通常在二十至三十五岁时开始发病，病情较轻，过程较缓慢。

症状

儿童或成年人在走路或用某一肢体活动时感到困难，显然是肢体衰弱无力。

儿童可能脚步蹒跚，不能正常地上楼梯，或要用双手支撑双腿才能站起来。

成年人做某些动作有困难，但肌肉没有疼痛或压痛的感觉。

受到侵袭的肌肉虽然衰弱无力，但看来是肥大了。

验血显示某些肌肉“酵素”含量升高。

延续时间

终生不愈，症状逐年慢慢恶化。

成因

不明。大多数病例是遗传性的，有些类型只侵袭男性，却经由母系遗传；有些类型则要父母都带有异常因子，才会使下一代发病。

肌营养不良患者假如要结婚，应该征询遗传学家的意见，以免遗传给后代。

并发病

常会引起肺炎之类的严重感染。

在家护理

不宜。如果怀疑患上此病，应去看医生。

一旦证实是肌营养不良，家人必须尽量鼓励患者，以及安排适当的照料。专家的指导和帮助也是必需的，这样患者才能获得全面的护理。

何时去看医生

不论儿童和青年，如果出现肌肉衰弱的症状，尤其如家族中曾有人患上肌营养不良。

医生会如何处理

送患者到医院进行肌肉活组织检验：施小手术取出小片有病变的肌肉，放在显微镜下检查。

如证实患上此病，医生会指导及帮助患者家人在家适当地照料患者。

用抗生素治感染。

建议患者征询遗传学家的意见。

预防方法

如果诊断是患上肌营养不良，应征询遗传学家的意见，以免祸延后代。

预后

有些病例的预后不佳，尤其脊髓病性肌萎缩，会导致残废，无法步行或使用患肌。

有了现代的辅助和护理方法，肢带肌营养不良患者采取与之适应的生活方式，多半可愉快地活二十到四十年，甚至更久。

那些在十来岁或之后才开始发病的患者，预后最好。

重症肌无力

这是一种罕见的疾病，患者全身肌肉感到无力，活动后极易疲劳。男女老幼都会患此病，但女性患者常比男性多一倍。

症状

一侧眼睑松垂，或出现复视；自早上开始，逐渐恶化。

咀嚼及吞咽困难；在进食过程中，一旦颌部及喉部肌肉疲劳，症状就更明显。

面部因皱纹消失而变得光滑，唇向裹缩，露出一副不随意的笑容。

在数月或数年中，肢体和躯干的肌肉越来越软弱无力，最后，连控制呼吸的肌肉也可能瘫痪。

延续时间

此病为慢性疾病，可以持续多月或多年。症状在睡觉或休息后可能减轻，但在肌肉活动后则会加剧。

有些病例经治疗后可以康复，有些则可自行痊愈。但是其余病例尽管加以治疗，仍然恶化得很快。

成因

血液中某种抗体太多，就会造成重症肌无力，因为这种抗体会干扰神经对肌肉的正常控制。

颈下胸腺如果生了个小肿瘤或有其他毛病，也会引起重症肌无力；该肿瘤并不一定是恶性的。

并发病

在严重的病例中，呼吸肌瘫痪可导致死亡。

在家护理

不宜，应该去看医生。

何时去看医生

如有症状出现。

医生会如何处理

验血以确定是否患上此病。

给患者服食可改善神经末梢和肌肉之间信息传递的药物，如果肌肉变得较为有力，就证明是患上了重症肌无力。

给患者服食类固醇或免疫抑制剂等药物，这些药物可抑制神经末梢与肌肉接触处产生抗体。

建议施外科手术切除胸腺。

预防方法

无。

预后

此病可能自行痊愈。

在较严重的病例中，治疗可抑制病情恶化，让患者能过正常的生活。

如病情十分严重，可能要长期住院接受治疗，甚至要用人工呼吸机协助维持呼吸。

心 肌 炎

在其他感染或疾病过程中心肌可能出现的一种急性炎症。心脏的瓣膜、内膜和心包（包围心脏的膜）都可能受到侵袭，严重程度则视病因和心肌受侵袭的范围而异。

症状

呼吸浅促。

心悸或胸口疼痛。

有些患者可能感到不适，但并无与心脏有关的明显症状。

延续时间

这种急性感染通常持续几周，然后完全消失。但心肌有时可能受到永久性的损害。

成因

风湿热。

细菌和病毒感染，如白喉、腺热、腮腺炎等。

其他成因包括毒浆体原虫病和风湿性关节炎。

何时去看医生

在患轻微的疾病时，例如感冒或流行性感冒，虽病况应当轻微，却会感到异常不适。

医生会如何处理

嘱咐患者卧床休息。

治疗引起心肌炎的疾病。

给患者服食消除心脏紧张的药物。

预防方法

因为心肌炎可能只有很少甚至并无症状，所以在任何感染痊愈之后，应该逐渐恢复体力活动，最初数周内不宜参加竞赛。

预后

大多数心肌炎患者可完全恢复健康，但因为有心力衰竭、心律失常（包括心跳停止）等危险，所以预后可能十分严重。

黏液水肿

这是一种缓慢渐进的疾病，由甲状腺激素不足引起，可导致无精打采、皮肤及皮下组织因出现一种胶黏的糊状物质而变厚。

甲状腺激素为维持身体政党功能所必需。甲状腺激素太少，可能是甲状腺本身的疾病所致；也可能是因脑内控制甲状腺活动的部位（脑垂体及丘脑下部）发生障碍而造成的。甲状腺激素不足还有其他类型，见于儿童的，称为矮呆病。

黏液水肿患者以中年妇女最多。

此病症状都是逐渐出现的，所以可能发病几个月后仍未引起注意。

症状

不能抵受寒冷，患者甚至在夏天也觉冷，要穿很多衣服。

皮肤变厚；由于眼睑和面颊变厚，面貌则会改变。

皮肤干燥。头发稀疏脱落。

说话缓慢，声音嘶哑。

神气呆滞，疲乏不堪。

肌肉疼痛，双手发麻。

便秘。

女性患者的经血可能增多，有时也可能完全不来月经。

延续时间

此病持续终生，治疗也须终生不断。治疗开始之后，各种症状通常在七至二十八天内消失。

成因

可因自体免疫而引起，即身体对本身的组织产生对抗性反应。在黏液水肿中，甲状腺发生毛病以致甲状腺内的重要部分受到破坏。自体免疫是黏液水肿最常见的成因。

在治疗甲状腺机能过高（甲状腺功能亢进症）的时候，如果施手术切除过多甲状腺，或者以射线治疗破坏过多甲状腺，就可能引起甲状腺激素不足。

控制甲状腺活动的脑垂体腺发生毛病。

并发病

年老患者体温过低。

心脏病。

如不加治疗，黏液水肿可导致精神紊乱、自暴自弃、昏迷，甚至死亡。

在家护理

诊断证明是黏液水肿之前，不宜在家护理。诊断明确之后，患者在余生中必须长期服食甲状腺激素，并定期到医生处接受检查。

何时去看医生

如果有上述的症状出现，就应去看医生。但早期症状不明显，常为患者忽略，甚至有时医生也不易断定是什么病；不过，一旦发现些微症状，便应求诊。最

早发现患者有病的，往往是患者的亲戚朋友。

医生会如何处理

验血以检查甲状腺功能是否正常。

给病人服食甲关腺素药片，这是一种人工合成的药物，可用来补充体内甲状腺激素不足。

不时验血，以确保所服甲状腺素的剂量适当。

预防方法

患者本身无法预防此病，但医生在施手术治疗甲状腺功能亢进症之后，可给病人服食甲状腺素药片预防黏液水肿。

预后

如经治疗，预后极其良好。患者只要终生不断治疗仍可过正常生活。

尿布疹

这是婴儿表层皮肤擦破后引起的病变。潮湿的皮肤上容易滋生细菌，细菌和尿液混合，可产生一种化学物质氨，皮肤和气接触后，就会引起尿布疹。

症状

突然不可抗拒地恹恹欲睡，以致不得不中止正常活动，患者别无选择，只好就地入睡。

可暂时叫醒患者，这点有别于昏厥或脑震荡。

延续时间

每次发作可持续几分钟到几个小时不等。

成因

脑内控制睡眠的部分发生障碍，这部分位于靠近脑部前方的丘脑下部。

这种阵发性睡眠，与平常易于引起瞌睡的原因（如工作过劳、饭后、肥胖病、药物或喝酒等）都无关。

并发病

无。

在家护理

让患者睡觉，注意采取适当措施，以免患者在睡眠中发生意外。患者不可驾

驶汽车。

何时去看医生

如果有嗜睡症状，而没有上述引起瞌睡的任何正常的原因。

医生会如何处理

给患者服食兴奋剂，使他保持清醒。

建议患者安排好日常生活，以便在兴奋剂有效时间过后可以睡觉。

预防方法

无。

预后

发作性睡病是轻微的神经疾病，虽引起诸多不便，但无大害。

鼻 息 肉

鼻腔内生出非癌性的赘肉，形如去皮葡萄，可阻碍鼻腔内的空气流通。鼻息肉由鼻腔内正常的黏膜肿胀而形成，内含液质。

症状

患处鼻孔的空气流通受到阻碍。鼻息肉通常同时长在两个鼻孔内，每侧可有多粒。擤鼻子也不能使鼻孔畅通。

鼻息肉可能影响嗅觉，因而也降低对食物的味觉。

如果息肉伸展到鼻窦内或阻塞鼻窦的开口处，就可能引起鼻窦炎及头痛，或面颊疼痛。

经常流鼻涕。

可能有过敏症的症状，包括鼻痒、打喷嚏、鼻炎。

延续时间

如不加治疗，可持续多年。

成因

最常见的是过敏。引起过敏反应的原因可能很明显，也可能毫不明显。

在家护理

不宜，应该去看医生。

何时去看医生

如果鼻子阻塞持续四周以上，擤鼻后也不能畅通。

如果并无患上感冒，嗅觉却逐渐失灵。

如果有类似鼻窦炎的症状：头痛逐渐加剧，弯腰时尤甚，鼻涕呈绿色或黄色。

如果没有患上感冒，却有一个鼻孔阻塞持续两周以上。

医生会如何处理

检查鼻腔，以及利用反光小镜从口腔后部察看鼻内情况。

建议患者在局部或全身麻醉下切除息肉。

预防方法

避免接触引起过敏反应的物质。

预后

一些小息肉不必治疗也可自行消失，但大部分不会自行消失。

除非治愈引起鼻息肉的过敏症，否则息肉切除后仍可复发。

神 经 痛

这是神经受到刺激或压迫而引起的疼痛。这种疼痛通常遍及整条神经，而不限于受到刺激或压力的部位。

症状

神经痛可发生于任何部位，须视哪条神经受到压迫，以及该神经所涉及的部位而定。

这种疼痛可能持续很久及十分剧烈，或者反复复发，剧痛难忍。

延续时间

神经痛可能一直持续下去，除非治愈其成因。有时疼痛或会自行消失。

成因

任何炎症或感染都可刺激神经，引致神经痛。带状疱疹是一个常见的成因，会造成疱疹后神经痛；这种神经痛发生于长有带状疱疹的部位，在其他症状消失后，疼痛仍可持续。

骨折和椎间盘脱出都可能压着神经，造成神经痛。

脸部一侧的感觉神经受到刺激，可以造成三叉神经痛。

并发病

神经痛只是一种症状，而不是一种疾病，因此本身没有并发病。

在家护理

服温和的止痛药。

何时去看医生

如果疼痛严重、持续或反复发作，尤其是连带有其他症状时，就应去看医生。

医生会如何处理

找出疼痛的成因。如果怀疑有骨折，可能进行 X 射线检查。

可能给患者服食强力止痛药。

在治本方面，医生会治疗引起神经痛的疾病。如果病情特别严重，医生可能建议用注射方法彻底破坏病变的神经，或施手术切断。

预防方法

避免进行会导致某一神经受到刺激的活动。例如，在冷天刮大风的日子到户外去，会使脸上某些部位发生神经痛。

预后

视成因而异。

神经炎

神经炎是一种神经系统疾病，可引致肌肉软弱无力及皮肤感觉缺失。

神经母细胞瘤

这是一种神经肿瘤，因为产生儿茶酚胺较多，所以验血或验尿可作为诊断的依据。起源于副肾或交感神经节，最初出现的症状大都是腹中生有肿瘤（源于副肾）。

对早期患者，可施手术除去肿瘤。同时采用射线疗法和化学疗法治疗多有成效。年纪越小，预后越好。

神经纤维瘤

神经的良性（非癌性）肿瘤，可以毫无症状，但如果肿瘤压迫神经，则会引起疼痛。神经纤维瘤大多生于皮肤下面。

多发性神经纤维瘤

这种病又称为雷克林霍曾氏病。神经纤维瘤是神经纤维过度生长，在皮下形成的肿块。任何人身上都可生出一个这样的瘤。多发性神经纤维瘤则是遗传病，患者全身各处的神经都可受到侵袭，形成多个肿块。

症状

用手可以感觉到皮肤下有肿块，这些肿块通常都十分光滑、柔软、呈圆形，并且可移动。肿块可小如豌豆，大如李子。

皮肤上出现咖啡色的斑块，直径从几分之一寸到一寸或以上（数毫米到数厘米）不等。

如果神经纤维瘤压迫着神经，可引起疼痛。

延续时间

无定期持续，但大多数病倒只有很少症状，甚至毫无症状。如果出现症状，定须加以治疗。

成因

一种遗传性的因子异常。

并发病

神经纤维瘤如果压着脑部，可能引致失聪、耳鸣、失明或智力迟钝。

在家护理

不宜。

何时去看医生

如果发现身体任何部位出现不正常的肿块或肿胀。

医生会如何处理

找寻成因。

建议开刀切除肿块。如有必要，给患者服食止痛药。

预防方法

无。

预后

多发性神经纤维瘤是非恶性的，一般也不会疼痛。此病往往在患者作例行身体检查时才偶尔发现。少数病例可能压着主要神经或结构，必须施外科手术切除肿瘤。

神经原性膀胱功能失常

脑、脊髓等中枢神经以至膀胱的末梢神经，因脑中风或骨髓受损伤以及子宫等动过手术而失去功能，引起排尿异常。有小便失禁、尿闭、排尿困难、尿漏等症状。由于成因不同，所以排尿异常的表现形式也不同。

神经原性胃炎

精神持续紧张导致的胃炎。

症状

食欲不振，胃痛，下胸部灼热。

呕吐，严重时也会吐血。

延续时间

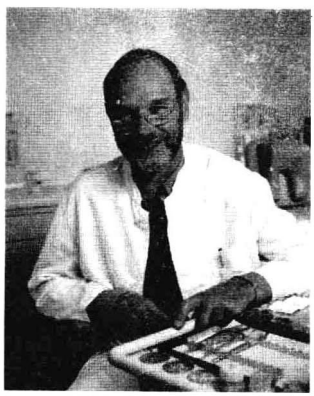
病因消除后会自行痊愈，但频频发病也会导致慢性胃炎。

成因

应激反应过强。

并发病

胃溃疡，十二指肠溃疡。



在家护理

消除过强应激反应，睡眠充足。

注意保持安宁。

服食抗酸剂。

何时去看医生

若有吐血。

疼痛持续三小时。

医生会如何处理

让患者服食抗酸剂或镇静剂。

输液改善脱水状况。

用胃内窥镜诊察，如有需要，施行止血手术。

神经衰弱

这个名词用得太多了，一般人和医生对这个名词都有所误解。

对一种正常的感受或行为作过分的夸张，就可称为神经衰弱。正常人通常都可以认识到自己的神经过敏行为，如大多数人在遇到难为情的事时会面红，在驾驶考试前会焦虑，或会反复查看煤气阀关上了没有等。只有在这种"正常的"焦虑或不由自主的行为变得过分时，才可以称为神经衰弱。现在这个名称已渐渐淘汰，这是正确的做法，因为它误把那些过分的行为当作精神病。

就患者本人来说，神经过敏性恐惧不是幻想出来，而是十分真实的；因此，用神经衰弱这个词时不应有贬抑的含意。

夜　盲

没有人可以在完全黑暗中视物，但只要稍有一点亮光，太多数人可在夜间看见一些东西，因为眼睛能产生视紫质，这种物质在暗光下会分解成为化学物质，把信息传递到脑部。夜盲是一种罕见的疾病，因眼睛不能产生视紫质而起。

症状

在微弱的光线下看不见东西。

成因

严重营养不良，维生素 A 不足。维生素 A 为补充视紫质所必需。

另一成因是一种称为色素性视网膜炎的罕见遗传病，此病可在童年初期开始，逐渐恶化，但恶化速度不一，可能十分缓慢，若干年（十至五十年）后会导致失明。

何时去看医生

如果在光线较弱的情况下经常看不见东西。

医生会如何处理

用检眼镜检查患者眼睛，如果发现在视网膜上有异常的色素沉积，尤其患者

家族中曾有人患色素性视网膜炎，就叫患者转看眼科医生。眼科医生虽然不能治愈色素性视网膜炎，但可一直观察病情，并对逐渐丧失视力的患者提供适当辅助。

预防方法

色素性视网膜炎是无法预防的，患者应作遗传因子检查，以免影响后代。

多吃含有维生素 A 的食物，如牛奶、鱼类、蔬菜等，以预防性维生素 A 不足。事实上，现在只有在极落后及贫穷的国家中，才会有严重营养不良以致维生素 A 不足的情况出现。

预后

如果夜盲是维生素 A 不足所致，那么在补充足够的维生素 A 后，就可痊愈。

现在医学界正认真研究色素性视网膜炎，将来可能找到治愈此病的方法。

乳头皲裂

妇女以母乳哺育婴儿的头几天，乳头上可能出现肉眼仅见的细小裂缝。

症状

哺乳时乳头疼痛，尤以婴儿开始吮吸时为甚。

延续时间

皲裂通常持续三至四天。

成因

一般是因哺乳时婴儿只吮吸乳头，而不是连乳晕一起吮吸。

在家护理

停止哺乳二十四小时有助裂口快些痊愈。但是在此期间乳房胀满，须要把乳汁挤出，助产士会指导如何做。

在每次哺乳后，用橄榄油等润滑剂涂敷乳头。

戴承托力良好的奶罩，使乳房舒服些。

勿使用乳头保护罩或吸乳器，以免皲裂恶化。

何时去看医生

在哺乳时如发现乳房任何部位发红或疼痛。

医生会如何处理

指导患者如何护理皲裂的乳头。

如医生认为会有细菌通过皲裂处进入乳房，引起乳腺脓肿的危险，便给患者服食抗生素。

预防方法

从开始哺乳就要教婴儿正确地吃奶，让他连乳头和乳晕一起吮吸。

在婴儿出生之前几周开始，定期按摩及润滑乳头，使乳头保持柔软。

预后

乳头皲裂最迟在十四天内可以完全痊愈，只有少数病例会引起乳头脓肿。

声震损伤

长时间暴露于巨大的声浪之中，或突然爆发极大的响声，都会破坏耳蜗（内耳听觉器官）的精密细胞，造成声震损伤。

症状

早期往往有像棉花堵塞耳孔的感觉。

耳鸣。

开始时不能正常地听到某些高频率的声音，继而发展到对所有高频率的声音都听不到，甚至连说话也听不清。

延续时间

这种损伤是永久性的。

成因

工业噪音，尤以机器车间及铸造厂为甚。

长时间听声浪极大的音乐。

巨大的敲钟声。

枪炮声和爆炸声。

何时去看医生

如果有失聪。

医生会如何处理

检查耳朵，测验听力。

建议患者采用某些保护耳朵的措施，如戴上耳塞等。

病情严重的话，建议患者用助听器。

预防方法

在有声震损伤危险的场所，应该戴上特制的耳朵保护器；这种保护器往往由雇主供应，比耳塞有效和舒适。

预后

声震损伤虽然无法治愈，但配用助听器后，听觉可以有所改善。

鼻 出 血

鼻出血是很常见的现象，多见于青年或中年人。

症状

一个或两个鼻孔出血。

延续时间

鼻出血多半在一个小时内就可停止。

成因

往往没有成因可寻，但感冒、挖鼻孔、用力鼻擤鼻或打喷嚏、鼻部或头部损伤、气压改变、高血压、鼻窦炎等等，都可引起鼻出血。有些血液病也偶尔会引起鼻出血。

并发病

无。

在家护理

端坐在椅子上，头部稍微向前，用力捏着鼻子的柔软部分至少十五分钟。吞下或吐出流入鼻子后方的血液，张嘴呼吸。十五分钟后放开鼻孔，静坐。如再次出血，可再捏着鼻翼十五分钟。

出血停止后，静坐或躺卧一会。最少在三小时之内不要擤鼻子。

何时去看医生

如果施行上述方法后仍未能止住鼻出血（尤其是老年患者），或者失血太多，以致面色苍白或头晕眼花。

如果鼻出血反复发作。

医生会如何处理

施行局部麻醉使鼻子麻木，然后塞进纱布或放入一个可以膨胀的气球。

情况严重的患者则须送往医院治疗。

量血压，看患者有没有高血压，如有需要，给予治疗。

用电灼器烧灼易于出血的血管。

预防方法

不要挖鼻孔或把异物塞进鼻孔。

食 道 癌

食道的恶性肿瘤。最常生于食道末段，患者以男性较多，多在中年之后发病。

症状

吞咽越来越困难，初时进食肉类容易受阻，其后连吃其他固体及较软的食物也感困难。

患者可大致准确地指出感到食物阻塞的部位。

体重可能迅速减轻。

成因

可能与吸烟太多及酗酒有关。

成人的乳糜泻未经治疗。

贲门弛缓不能。

何时去看医生

如吞咽困难持续两周以上，尤其是病情日益严重，并且有食物塞在喉咙之感。

医生会如何处理

作钡餐 X 射线造影及食道镜检查，以确定诊断。

如果肿瘤位于食道下部，可施外科手术切除，或插入管道以防食道闭塞。

射线疗法可以减轻症状。

预防方法

戒烟,戒酒。

预后

此病通常很快恶化至食道梗阻,引致体重减轻及营养不足。少数病例经治疗或施手术后无疑会有成效,但事先难以逆料。

食 道 炎

食道(食管)发炎。

症状

胸骨下端后面或胃的上部感到疼痛,可能影响喉部,吞咽时痛楚加剧,特别是吃热、辛辣或酸性食物时更为明显。

向前弯腰时,特别是在饭后,以及平卧时,更觉不适。

延续时间

吞咽后的不适时有时无,或持续数月至数年。

成因

食上端一片瓣膜功能失常(通常由于食道裂孔疝所致),使胃酸反流回食道。

并发病

出血,可引致贫血或呕血。

在家护理

不要穿过紧的衣服,避免弯腰。

要少食多餐,吃饭时端坐。

避免身体过重。

饭后喝些奶类饮品及服食制酸剂。

何时去看医生

如果症状影响日常生活,或在家护理不收效。

若有出血。

医生会如何处理

作钡餐 X 射线造影检查。

可能要作食道镜检查，用一种望远镜似的仪器插入食道进行检查。

预后

经治疗后，预后良好。间或可能要施外科手术治疗食道裂孔疝。

食道狭窄

食道狭窄常是因数月或数年前患病或受伤后结疤而引起的。

症状

一咽下食物就呕吐出未经消化的固体食物，尤其是面包及肉类。

最后任何食物，包括流质食物，都可能刚咽下就吐出来。

延续时间

如不加治疗，症状不消。

成因

胃酸反流或食道炎持续多月或多年而引起。

以前不小心吞下腐蚀性液体，以致食道曾经溃烂。

食道生有肿瘤。

并发病

如不治疗，终日饥饿。

在家护理

不宜。应该找医生诊治。

何时去看医生

固体食物吞下后易阻塞喉咙或引起呕吐。

医生会如何处理

指导患者改变饮食方式，例如把固体食物变为流质，便于吞下，或吃婴儿罐头食品或奶粉、牛奶、汤类等。

安排患者接受钡餐 X 射线造影检查。

送患者到外科医生处作进一步检查及治疗。

可能要施手术或定期扩张食道，或切除阻塞食道的肿瘤。

预防方法

无。

预后

除非是癌症，否则预后良好。

老年人的健康问题

照顾老年人，家属是非常重要的，亲属通常可解决老年人的大部分问题。虽然常有人批评说，现代家庭对年老的祖父母照顾不周，但历史上也没有什么证据证明以前的老年人获得更佳照顾。实际上，在一些富裕的社会里，目前对老年人的照顾可能比以往任何时代都好。

老年人患的疾病与年轻人的大同小异，但老年人对疾病的态度却是截然不同的。老年人常认为健康衰退是年纪老迈的必然结果，就不去寻找补救的办法。例如，老年人往往忍受听觉及视力衰退、大小便失禁、行动困难和很多其他毛病，以为是老年人不可避免的。其实，这些疾病是可以治好或控制的。

有些人相信患病是不可避免的，因为这是天意，还认为上天既降病于人，就必有治愈之法。

即使老年人肯找医生诊治，要坚持治疗也会十分勉强，因为他们认为浪费时间。

应该经常向老年人强调，他们患病不一定是无可避免的，如获治疗，疾病是可能治愈的。

衰老的原因是什么?

衰老是一种正常的生理过程。医生及科学家还未能完全明白其原因。有些人认为是不正常体细胞逐渐积累所致。人体内数以几百万计的细胞不断分裂，替代死去的细胞。这个论说认为，有些新细胞的功能与其取代的死细胞的不一样，而这些不正常的新细胞后来进行分裂时，产生更多不正常的细胞，这个过程产生的不正常情况，部分对身体健康并无大碍。例如构成头发蛋白质的细胞发生变化，会使头发变白。在较重要的组织内，如果不正常细胞增加，后果就严重得多。例如，肝脏出现不正常的细胞，会使老年人易受很多药物的副作用影响。

其他关于衰老问题的学说还有很多，但专家认为，不管是什么原因，都没有方法阻止或减慢衰老的过程。但老年人身体的很多变化，都是患病、操劳，以及因年老在社会上和经济上引起不少问题所致。这些因素都可以预防，因此老年人的很多疾病也是可以预防和治愈的。

单纯因衰老而死的人其实很少。引致老年人死亡的疾病，多半与老化过程无关。举例来说，心力衰竭是十分常见的老年人疾病，其成因却不是心肌老化，而是四、五十年前患过风湿热的长期后患；动脉粥样化再加上不良的饮食习惯，也可导致心力衰竭。同样，支气管炎或肺气肿引致的肺功能衰竭，也不是肺组织老化，而往往是空气污染及吸烟所致。

老年人的恐惧

老年人通常没有年轻人那么害怕死亡，却有很多其他恐惧。恐惧之一是怕进老人院或疗养院，因而不愿意承认自己的身体有毛病。有些老年人害怕跌倒后不能站起来，以致不愿离开椅子。失明也是非常普遍的老年人恐惧，尤其是视力正逐渐减退的老年人。害怕精神衰退也会引起焦虑及抑郁。

老年人害怕寂寞孤独，因而常没主动去改善健康情况及过独立生活。老年人残废后，须依靠他人照顾时，护理人员、家务助理员等不少人会来探望他，他恐怕一旦自己能照顾自己，他们就不再来看他了。

应该设法找出老年人有哪些恐惧心理，并尽可能为他消除疑虑。不管老年人需要照顾与否，亲属也应经常探访他，这对老年人极有好处。如果只在老年人需要帮助时才去探访他，那么他就会经常不断请求帮助。

消除恐惧的最佳方法是，找一位他所敬重的人为他解释疑虑。不管恐惧是多么轻微，老年人都要有一个人跟他一起讨论，例如医生。

老年人比年轻人悲观，部分原因是老年人认为毛病出于年纪老迈，因而无可挽救。事实上，其成因往往是自觉衰退、没有信心及无力作新尝试。

有些老年人可能曾因别人一次失信而不再相信任何人的说话了。要帮助残废的老年人，必须经常坦诚向他说些乐观的话，但态度要诚恳。老年人很容易发觉受骗，并会为此感到委屈。

很多时候老年人显然遇到困难，却说自己可以应付，拒绝别人帮助，甚至否认有困难。这种态度常是老年人对付抑郁、恐惧、焦虑或绝望感的方法。老年人否认自己出了问题，也使亲友十分苦恼，因明知有困难也无从着手帮助。老年人这种固执的态度，经常须要请医生或神职人员加以劝导。

抑郁症是常见的老年疾病，患者往往不会主动提出来，但可以在亲属小心观察之下发现。他可能开始不关心自己的家庭，也可能体重减轻，不再按时吃药。亲属先要设法为他解决问题，并尽可能给予爱护和协助。

神职人员的帮助往往很有效。如果抑郁症持续不见好转，就要去看医生。

很多老年人不怕死，有些甚至说渴望死亡，希望晚上睡在床上后就不再醒来。

如果老年人说要自杀，就应该立即向医生或社会工作者求助。

精神混乱与痴呆

“精神混乱”这个名词用于老年人记忆力衰退，加上思维没有条理的症状。老年人记忆力有些衰退是正常现象，虽然会带来很多烦恼，但实际上不一定构成问题。老年人记不起近期发生的事情时，记忆力衰退就显出来。他可能记不起今天是什么日子、最近谁来探望过他等事情，但对求学时期的事情记得很清楚。各种方式的智力活动，如玩桥牌、做填字游戏、参加成人教育班等，都可抑制智力衰退。

但由疾病引起的严重记忆力衰退。可给老年人和其他人带来很大问题。他的行为举止会扰及别人，例如在街上迷路或于凌晨三时向邻居借用砂糖，甚至开了煤气之后忘记点火。

如精神混乱在一个月甚至在二十四小时内迅速出现，就大抵是患上可以治疗的疾病所致，如胸部感染、轻微中风等。遇到这种情况，应该尽快替他找医生诊治。

如精神混乱在数月或数年内逐渐出现，就通常是痴呆所致。痴呆是大脑组织损坏造成的病的统称。未满八十岁的患者很少，即使满八十岁，也只有少数人患此病。

然而显现缓慢的精神混乱也不一定是痴呆所致，其他成因包括孤独，家庭不和，视力、听觉及语言障碍，或患甲状腺病、严重贫血等疾病。此外，吃错药或喝酒过量也可引致此病。

幻想与幻觉

精神混乱可导致幻想与幻觉，特别是因感染引起的精神混乱。没有精神混乱的人也可以产生幻想与幻觉。

幻想是错误的念头。老年人会认为已死的朋友仍然活着，或怀疑邻居谋害他。幻觉是错误的。老年人看见已死去的朋友，并与他交谈；或邻居屋内无人时竟听到邻居在谈论他。幻想和幻觉常一起出现。

不是精神混乱的人，可因独居、耳聋或最近丧失亲人而有一种被抛弃及疏远的感觉，以致引起幻想与幻觉。为了预防这种情况，亲属须经常探访以解除其孤独感；找医生给他改善听觉；他丧亲时给予劝慰和援助。如果老年人有幻想及幻

觉，就要替他找医生诊治。

减轻照顾老年人的劳累

鼓励老年人尽可能过独立的生活。例如，如果老年人有大小便失禁的情况，一定要找医生医治妥当。然而，即使老年人身体健康，照顾老年人的工作和负担也是极其吃力的。因此，如有可能，这项作应由亲属分担。

老人院

安排老年人进入老人院之前，必须肯定再没有其他方法让他留在家里，首先要与医生或社会工作者（最好不只一个）讨论，看看是否还有别的可行办法。

老年人应多运动

缺乏运动是老年人体弱无力的常见原因。

人逐渐衰老，身体就变得更容易出毛病，难以再像年轻时那样精力旺盛，因此老年人必须设法经常每天做运动。大多数老年人发现开始经常做运动之后，不仅可以增加体力，连情绪及精神也显著改善。

本书载有一套健身方法，适合行动自如的老年人在家里练习。

所有运动都对健康大有好处，包括料理家务和园艺。老年人每天应该做一些令自己稍微喘气的运动，比方做些用力气的家务，抹窗户或耙扫草地等。亲属也要鼓励老人尽可能做一些家务保持活力。

老年人可以就近参加一些健身班、音乐舞蹈班、瑜伽班等，既可以保持身体健康，也可增加自己的社会交活动。

患慢性病或肢体伤残的老年人，更特别需要集体活动和健身锻炼，否则会完全不能活动。他们应该在医生、护士或物理治疗师的指导下进行适当的活动。

视神经炎

根据病变神经的部位，此病有两个名称，即视神经炎及眼球后视神经炎。患者多是年纪较轻的成年人，因血液循环问题而突然损失部分视力的眼病则恰好相反，多见于年纪较大的人。

症状

视神经炎的症状是一双眼突然丧失部分视力。

发作前可能眼球后部疼痛。眼睛转动时也痛，眼球会有压痛。

延续时间

症状在数天后慢慢消失，在一、两个月内恢复视力，通常可完全或几乎完全恢复。

成因

未明，有一些病例可能与脑脊髓多发性硬化有关。

其他可能成因，包括体内吸收过量酒精、甲醇和奎宁，吸烟太多或病毒感染。

何时去看医生

如果持续眼痛，或一双眼睛看不见东西。

医生会如何处理

用光照射眼球，以检查瞳孔的反应，并用检眼镜检查眼球内部。

如果怀疑患的是视神经炎，会叫患者去看眼科医生。

可能给患者服食止痛片。某些病例可能要服食类固醇一个疗程，以减轻炎症。此病常须一段时间后才能好转过来，没有速效的治疗办法。

预后

一旦痊愈，很少遗下严重的损害。

睾 丸 炎

睾丸发炎，任何年龄的男性都会患上。

症状

一侧或双侧睾丸肿胀疼痛。

有些病者还会发热，排尿时疼痛。如果病因为腮腺炎，则有面部肿胀。

延续时间

病情往往持续一、两周。

成因

最常见的是腮腺炎病毒。

有些病例则是尿道感染的细菌蔓延所致。

在家护理

卧床休息，用护身托住睾丸及服食适量的止痛药。

何时去看医生

一侧或双侧睾丸肿胀疼痛。

医生会如何处理

嘱咐患者卧床休息并给予止痛药。

预防方法

很难预防，因为无法确保不与患腮腺炎的人接触。腮腺炎是睾丸炎的主要病因，潜伏期可长达三个星期，在潜伏期间内并无症状出现。

预后

一般在治愈后没有后遗症，但在极少数情况下或会引致不育。

羊 痘 疮

一种绵羊及山羊的皮肤病，有时也可传染给人，通常发生于剪羊毛期间。羊痘疮不是一种严重的病，牧民大都有自己的传统办法治好这种病，但即使不加治疗也会自行好转。

症状

在手或手臂的皮肤上生小肿块。

在一、两周内肿块形成水疱，然后结痂。

延续时间

约为四周。

成因

一种病毒。

在家护理

保持患处清洁及干燥，避免感染。

每天在病变的皮肤上涂些龙胆紫溶液。

何时去看医生

如对病情感到尤虑。

医生会如何处理

通常是给患者外用皮肤软膏搽患处。

预后

可完全康复，无并发病。

直立性蛋白尿

发生在学龄儿童时期至青春发育期之间。躺下来时，排尿正常，但是起来后，会排出蛋白质。这种病并不是什么严重的疾病。

症状

无自觉症状，化验小便，有蛋白。

延续时间

不会恶化成严重疾病。

成因

可能是起立时脊椎骨压迫通向肾脏的血管。一般多发生于脊椎过分向前弯的体型瘦长儿童；也可能与自律神经障碍有关。

在家护理

注意多运动。

医生会如何处理

没有特别治疗办法。由于病状是出现蛋白尿，多会验尿。

预后

青春发育期过后，会自行回复正常。

骨 髓 炎

这是由细菌感染引起的骨头发炎。骨髓炎开始时是一种急性病，但如果感染较严重或病灶已经形成，则即使用适当的抗生素治疗，也很难根治，而且会逐渐转为慢性骨髓炎。此病患者多为儿童或少年。

急性骨髓炎症状

某处骨头突然发生疼痛或压痛，有时且出现肿胀现象，病变部位通常是臂骨或腿骨，疼痛可能在该骨受过碰撞后开始。

患处因疼痛而活动困难。

发高热及寒颤。

延续时间

如能及早诊断及治疗，可在数天内消退。

成因

受伤后细菌通过口侵袭断骨，造成感染。

身体某些部位感染（如脓肿等）的细菌，经由血流传送到别处，又引起感染。

很多时不能确定感染的来源。

并发病

可能转为慢性骨髓炎，并蔓延至邻近的骨头。

败血病。

患肢骨头发育缓慢。

在家护理

让患处休息，及早治疗。

何时去看医生

如果有原因不明的肢体疼痛，特别是小孩。

如果疼痛严重，或连带有发热，或疼痛持续八小时以上，应立刻去看医生。

医生会如何处理

安排患者立刻住院治疗。

验血以证实诊断及鉴定引起感染的细菌。

给患者服抗生素。

及早施外科手术，从患骨内导出脓液，以助早日痊愈。

预防方法

适当护理伤口及骨折。

预后

如能及早诊断，用适当的抗生素加以治疗，预后良好。

慢性骨髓炎症状

以前患过急性骨髓炎。

从患骨和皮肤间的脓肿处间歇排出脓液。

可能有小块坏死碎骨随同脓液排出来。

延续时间

即使加以治疗，也很难说此病会持续多久；有时症状可能消失一段很长的时间，使人误认为感染已完全治愈。

成因

未能根治急性骨髓炎。

并发病

骨头腐坏，以及感染扩散至其他骨头。

患童骨骼发育不全。

在家护理

休息。

何时去看医生

曾患急性骨髓炎的人如果出现上述症状，应尽快去看医生。

医生会如何处理

用棉花棒采样检查细菌及验血，以鉴定引起感染的是何种细菌。

给患者服食适当的抗生素。

请患者转看外科医生，以便施手术切除受到感染或已坏死的骨头。

预防方法

急性骨髓炎应及早治疗。

预后

既可很快痊愈，也可反覆发作，难以预料。

按骨术

这是一种用推拿术来治疗身体（特别是脊柱）活动功能失常的方法。有些国家或地方的政府医疗机构没有设立按骨术部门，但很多医生建议病人去找合格的按骨师治疗。用按骨术来治疗诸如慢性椎间盘脱出等常见病以及挠肱骨黏液囊炎等运动损伤，都有很显著的疗效。

过去按骨师曾大肆宣扬推拿术的治疗效果，但现代的按骨师已不再说自己

可以治愈感染性如结核或细胞癌变性疾病了。

然而，按骨术仍获很多医生推崇，认为有助于治疗背痛以及原因不明的关节和肌肉毛病；对这一类病，正统的医疗方法只能用止痛药减轻患者的痛楚，却不根治。现有些按骨术的原则已纳入物理治疗的范围内，在医生的指导下施行。

美国的按骨师要接受范围广泛的训练，为时长达七年，可以在专科医院内行医。英国按骨师受训的时间较短，有些甚至根本不用证书就可用治疗师的名义执业。

骨质疏松

骨质疏松患者的骨头会变得脆弱。此病最常见于雌激素分泌减少的更年期后妇女。

症状

往往没有症状。通常是在因其他问题而接受 X 射线检查时，才发现此病。

轻微的损伤，甚至普通的活动，都可能引致骨头折断或压缩。

常有持续性背痛。

背部可能弯曲，以至身躯缩矮。

延续时间

此病是永久性的。

成因

确实成因不明，但严重缺乏体力活动，似乎是部分成因。

可因长期服食类固醇药物而引起。

在家护理

卧床休息，服食止痛药。

何时去看医生

如有症状出现。

医生会如何处理

安排患者接受 X 射线检查患处。

验血以查明症状不是其他疾病引起。

给患者服食止痛药，也可能给患者钙片及维生素 D 药片，以补充钙质不足。

安排患者接受物理治疗，或者多做有治疗作用的运动。

预防方法

四十岁以上的人，尤其是更年期后的妇女，应该经常运动。

预后

即使加以治疗，骨质疏松也会随着年纪增长而慢慢恶化。

外 耳 炎

外耳炎是外耳道感染，可见于男女老幼，爱好游泳的人更易患上，因此有时称为“游泳耳病”。外耳炎可能是外耳道的全面感染，也可能是耳道内长出一些十分疼痛的小疖，如搔抓或有损伤，就更易长出小疖。

症状

患耳渗出小量或大量的排出物。生长在耳道内的疖则无排出物，除非疖已破穿。

耳痛或外耳道痛，可能很剧烈。

近外耳道口及耳孔处的皮肤，可能出现湿疹般的皮疹。如果患者曾患湿疹，这种情况就更易出现。

暂时失聪。

延续时间

如果加以治疗，外耳炎只延续数天。

如果不加治疗，可能持续多月。

成因

细菌或真菌。

在用氯消毒的水中游泳。

在热带水域或淡水湖中游泳后，可能引起严重感染。

在家护理

清除外耳道口及耳垂处的排出物。

不要试图清理外耳道内部。

让分泌物流出来。夜间可在枕头和枕套之间垫一块塑料布，以免弄脏枕头。

如有必要，可服食适量止痛药以减轻耳痛。

千万不要让水流入耳内。

何时去看医生

症状出现后四十八小时之内。

医生会如何处理

把从耳内流出的分泌物轻轻清除。

给患者滴耳剂或药膏，或者用浸透抗菌或抗霉菌药液的纱布条填塞耳道。

进一步清理耳道。

病情较重或延续较长的病你，转请耳鼻喉专科医生治疗。

预防方法

不要用棉花棒或任何异物掏挖耳孔，只可用纸巾或手帕揩拭耳外的耳垢。

游泳前在每侧耳内滴两、三滴橄榄油，可起一些保护作用。

预后

虽然危险性不大，但常会复发，可能持续颇长时间，引致诸多不便。

中 耳 炎

中耳的感染性炎症，有三种不同类型：急性、慢性分泌性和慢性化脓性。如果病性严重，中耳炎可引致失聪及剧烈耳痛。

急性中耳炎

婴儿及幼童最易患急性中耳炎，尤其是在冬天。然而，不论男女老，在任何季节也可发病。

症状

耳痛，可能突然发生，常连带有感冒或咳嗽。

婴儿哭闹不已，并用手揉擦患耳的耳垂。

发热，体温可高达华氏一百零二度（摄氏三十九度），如患者为婴儿，体温可能更高。

可能出现呕吐。

耳朵可能流软耳垢或脓液。

患耳可能听觉欠灵。

延续时间

一至四天。

成因

细菌或病毒。

咳嗽或擤鼻子可使喉部的感染蔓延至耳内。这种情况也可在潜水时发生。

腺样增殖体肥大。

并发病

少数病例可能导致鼓膜穿孔。

可能转为慢性中耳炎，分泌物更多，并导致失聪及耳痛。

在家护理

降低热度：给患者喝冷水、脱去过多的衣服、少盖被子，以及用海绵蘸温水擦身。降低热度对婴儿及儿童患者尤其重要。为免使患者觉得冷，应安置患者在温暖的房间内。服食止痛药以减轻不适及降低热度。

给患者喝大量液体，如水、牛奶、果汁等，用以补充因发热而损失的水分。婴儿或幼儿不吃东西也不要紧。

何时去看医生

如果怀疑患上中耳炎。

如果孩子发热，哭闹不已，即使把体温降低也仍然如此。

如果婴儿的囟门（头顶的软部）在不哭时凸出或明显下陷。

医生会如何处理

用检耳镜检查鼓膜。

给患者服食抗生素或减充血剂，以及指导患者如何应付疼痛及发热。

在康复后要再检查，特别是以前患过中耳炎或怀疑听力受到影响的人。

预防方法

不要让发热的孩子过暖，应使他保持凉爽，别给他穿太多衣服或盖太厚的被。

宜小心治好伤风咳嗽，以减少因咳嗽及擤鼻子而引致感染扩散的危险。

预后

如能迅速治疗，一般可完全康复。

大多数儿童长到五、六岁后，患耳部感染的危险就会减少，并且听觉正常。

慢性分泌性中耳炎

很多儿童长期患耳咽管阻塞，使中耳腔形成真空状态，鼓膜内陷，并在鼓膜后积聚无用的液体。患者耳内往往并无感染。

症状

五至七岁的儿童最易患上此病，因为这个年龄儿童的腺样增殖体最大，而耳咽管也最易阻塞。

在患急性中耳炎、感冒或耳咽管阻塞之后，可能引致患耳部分失聪；聋的程度或许很轻微，但在上课时可能察觉。

有时患耳听觉不大灵敏，但无排出物，也不疼痛。

延续时间

如不加治疗，耳聋可持续数月或数年，这可能影响到学习成绩及说话能力。

成因

耳咽管长期阻塞。

急性中耳炎复发。

在家护理

不宜。

何时去看医生

如果怀疑失聪。

医生会如何处理

用音差测验患者的听觉，还可能安排用听力计作更精确的检查。

检查双耳，特别是鼓膜部位。

给患者服食可使耳咽管通畅的药物。

部分失聪若持续数星期以上，便应由耳鼻喉专科医生作进一步检查。如有必要，可在医院内替患者施全身麻醉，把一根细小的通气管穿入鼓膜内；小管可使鼓膜内外压力保持均等，因而鼓膜后的液体可通过小管流出来，使听力恢复正常，由通气管代替耳咽管的功能。大约六个月后，小管可能自行脱出，或由医生取出来。

预防方法

急性中耳炎要彻底治愈，康复后小心护理。

预后

在数周后往往可自行消退，不须治疗。

如果加以治疗，则可完全复元，而且不会引致永久失聪。

如久病不愈，又不予治疗，可导致永久失聪。

慢性化脓性中耳炎

这是一种见于较大儿童及成年人的持久性中耳感染。此种感染可逐渐损害中耳的小骨及鼓膜。儿童如有急性中耳炎反覆发作，家长不加重视，或未能及时加以适当治疗，就可能转为慢性化脓性中耳炎。

症状

耳内时常间歇地排出分泌物，往往气味难闻。分泌物是通过鼓膜上的裂孔从中耳内流出来的。

患耳听觉越来越差。

间或有耳痛。

严重耳痛比较少见，如有则可能是并发病的征兆。

延续时间

数月或数年。

成因

急性中耳炎没有完全痊愈，并有鼓膜穿孔。

并发病

少数病例中的感染可能扩散，导致乳突炎或迷路炎。

中耳内膜脱落，积聚于鼓膜上面，发生感染，压迫着周围的组织结构。这就是胆脂瘤，可流出恶臭的分泌物，有时还会引起疼痛。

有时患耳的中耳腔内会出现一些非癌性的小息肉。

在家护理

不宜。

何时去看医生

如一耳或双耳失聪，流出分泌物或持续疼痛。

医生会如何处理

建议患者去看耳鼻喉专科医生。

专科医生会用观察及抽吸器具清除耳内的分泌物，必要时可在患者全身麻醉下进行。可能给患者服食抗生素。

消除感染后，专科医生可能要施手术，修补中耳的骨头及鼓膜。

如耳内有乳突炎、胆脂瘤或息肉，可能要施手术治疗。

预后

只要及早找专科医生诊治，加以适当治疗，预后十分良好。

耳骨硬化

在同一家族中，可能有多个成员患上耳骨硬化，可导致失聪。患者多在二十至四十岁之间发病，以女性较多。

患者卵圆窗（声音由中耳传进内耳的必经孔道）周围的骨质增厚，以致镫骨（中耳最深处的听骨）跟卵圆窗的骨黏合在一起，镫骨不能再起振动，于是声音就无法正常地传入内耳。

症状

两耳逐渐失聪。

耳鸣。

眩晕。

发病初期，听力在吵闹环境下可能好一些。

患者往往低声说话，不像其他人那样高声说话。

延续时间

如中断治疗，持续不愈。

成因

大概与遗传有关。

何时去看医生

如有持续失聪或耳鸣。

医生会如何处理

先给病情较为严重的一侧耳朵施手术，如治疗成功，再给另一侧耳朵施手

术。医生可能切除患耳的镫骨，换上一块人工镫骨。

预防方法

无。

预后

手术可使病情大为改善。

卵巢囊肿

卵巢的肿瘤，通常直径只有数厘米，内含液体。这些囊肿有时可能变成癌性；也有些长得很大，使患者看来犹如怀孕。

症状

可能没有症状，只有在患者因其他毛病接受检查时才发现。

下腹间歇疼痛，往往于经期或排卵期内发生。

性交时疼痛。

有时下腹部肿胀。

延续时间

细小的良性囊肿，可持续多年而无症状。

恶性囊肿则生长迅速，还可扩散至其他器官。

成因

多半是卵巢腺体内液体滞留所致。

有些囊肿充满血液，是子宫内膜异位所致。

有些囊肿可能是卵巢癌所致。

并发病

卵巢囊肿有时可能扭曲、破裂或出血，引致剧烈腹痛。

在家护理

不宜。如果怀疑有卵巢囊肿，应该去看医生。

何时去看医生

如下腹有肿块或感觉疼痛，应立刻去看医生。

医生会如何处理

触摸检查患者的腹部。

进行骨盆器官检查。

如果确定是卵巢囊肿，会转请妇科医生为患者作进一步检查，妇科医生可能建议施手术治疗。

预防方法

无。

预后

单纯性囊肿可维持多年不变，而其他性质的囊肿则可能增大或引起发病。癌性囊肿必须马上治疗。

换气过度

换气过度又称为“叹息式呼吸”或“空气饥”。很多焦虑的人经常有轻微换气过度的现象，以致血液产生化学变化，出现持久的症状。对患者来说，很难理解过度换气为什么会引发这些症状，但要证实这个诊断其实不难，只要患者故意大力急促呼吸数分钟，其后如果出现同样的症状，那么原因就很明显。有些人比较容易出现这些换气过度的症状。疼痛、严重焦虑，或情绪突然改变（甚至大笑或看电视），都可能引发症状。焦虑引致症状出现，症状出现又使焦虑加深，焦虑加深后又使换气过度恶化，于是形成恶性循环。一人独处时，不愿故意过度换气，不过，有经验的潜水员在潜水前，有时会这样做。

症状

头晕、目眩，精神不能集中。

疲倦，无精打采。

手脚及面部酸麻或麻木。如病情严重，肌肉会自行绷紧，尤其是面部、前臂和手部肌肉。

自己感觉到心跳，有时且跳得很急促。

打呵欠、叹息和口腔干燥。

患者虽然已经换气过度，仍感觉呼吸浅促（空气饥）。

如果继续过度换气，患者可能虚脱，看来非常虚弱。

延续时间

长期焦虑引发的症状可能多月或多年不退。

成因

剧痛，尤其是背痛或经病。

焦臣或精神突受打击。

在家护理

设法使患者冷静。

用纸袋（不是塑料袋）套着口鼻呼吸，可使患者较为舒服。

何时去看医生

如果症状恶化。

医生会如何处理

检查患者心肺，看二者机能是否正常。

给患者服药性温和的宁神剂，有助于抑制焦虑及进一步换气过度。

设法找出引发换气过度的焦虑或疼痛的成因，如果找到，就有可能加以消除。应该鼓励患者自己用简单的办法来控制呼吸。

预后

换气过度没有什么长期的危险。患者应可完全康复，但可能需要一段时间，尤以症状持续时间较长的患者为然。

服药过量

这是故意或无意地服药超过医生或药厂指定的剂量。如果一个成年人服药过量，医生往往会认为患者有精神上的困扰，需要帮助，甚至是意图自杀。

排卵症候簇

在每个月经周期的当中，卵巢排出一个卵子进入输卵管的时候，腹部可能感到轻微疼痛。妇女在服食避孕丸期间，不会出现排卵征候簇，因为服食避孕丸会抑制卵巢排卵。

症状

上次月经开始后十二至十六天，下腹左侧或右侧感到疼痛。如果腹痛明显，

并发生在右侧，常易误为阑尾炎。

可能轻微发热，乳房有触痛感，阴道可能轻微出血。

延续时间

休息三至六小时后，腹痛常会消除。

有时腹痛可持续一到三天。

成因

卵巢排卵时轻微出血，刺激腹膜，引起疼痛。

并发病

无。

在家护理

如果确定是排卵症候簇，就应该休息，并且服食适量药性温和的止痛药。

何时去看医生

如果腹痛在右侧，轻四小时休息仍未消除。

如果腹部突然疼痛，即使正是排卵的日子，也应去看医生。

医生会如何处理

作骨盆器官检查，以确定不是患上严重疾病。

如果对诊断有所怀疑，送患者进医院作进一步观察。

有时可能要施手术，以确定腹痛是否与阑尾炎有关。

预防方法

无。

预后

除了把阑尾炎误作排卵症候簇，粗心大意，以致造成危险之外，此病是无害的。大多数患者在三十五岁以后就不会再出现症状。

变形性骨炎

骨头逐渐增厚，主要见于颅骨、脊柱、骨盆及腿骨。未满五十岁的人极少患此病。

症状

骨头持续隐隐作痛，走路时疼痛加剧。

颅骨显著增大。

往往没有症状，只在患者因其他原因接受 X 射线检查时才发现此病。

延续时间

无法治愈，持续终生。

成因

不明。

在家护理

服食适量止痛药。

何时去看医生

如果止痛药不能缓解骨痛。

医生会如何处理

验血看看症状会否由别的疾病引起。

安排患者接受 X 射线检查。

给患者服食止痛药。

如疼痛剧烈，给患者服用钙、激素或其他特效药物。

预防方法

无。

预后

治疗可使病情恶化的速度减慢，但不能完全阻止其恶化。

疼　痛

疼痛是每个人都体验过的感觉，但这种感觉又往往难以说得清楚，以致容易引起误解。疼痛通常是身体组织受伤所致，不同类型的损伤，会引起不同的痛感。某一部位肿胀或发炎，例如疖或牙痛，可引起连续胀痛；肠道或子宫等空心的管道受到拉扯，可引起阵阵剧痛；器管的血液供应被截断，如坏疽或心绞痛等，会引起持续剧痛；身体组织被热力或化学物质破坏，可引起灼痛；轻微扭伤和肌

肉痉挛，通常引起持续的局部疼痛。

疼痛有两大功能。第一，迫使患者停止再做引致疼痛的事情，并使病变的组织得以休息，这种强迫性休息也有助伤损组织愈合。第二.疼痛起着早期警告作用，可使患者和医生知道毛病的存在，追查成因。至于疼痛在诊断上的重要性，及在身体不同部位上感到疼痛可能表示有什么毛病，则在本书第一部分症状分类中有详细说明。

疼痛有三个特征必须解释一下：第一，疼痛可以扩散，影响到远比受损伤部位为大的范围；例如，疼痛可从受伤的心脏扩散到臀部，而椎间盘脱出的疼痛也可扩散到腿部；这个特征有助医生找出及签别引起疼痛的病变。第二，由损伤引起的疼痛，有时可在跟伤处似乎无关的部位上感觉出来；例如，在肩部感到的疼痛，可能原发于肺部或胆囊的炎症；切除下肢后，仍可能感到脚趾疼痛，而实际上这些脚趾已经切除；这一类型的疼痛称为牵涉性痛。第三，疼痛有医生所称的"痛觉阈"：如果痛觉阈提高，痛感会较轻微，甚至感觉不到；如果痛觉阈下降，则轻微的疼痛也会变成剧痛，而原来不会引起疼痛的感觉，如触摸、噪音等，都会变成疼痛之源。这些暂时性的变化，往往与组织的操作程度没有多大关系。

以下的一些因素虽与引起疼痛的原因无关，但是可有助于提高痛觉阈，使疼痛的程度减轻。

医药的影响，如止痛药、针刺疗法、热敷、麻醉及酒精。

心理上的影响，如兴奋、精神集中、自信、对医生有信心、宗教信仰等。例如，足球员在一场剧烈的比赛中，可能不知道自己是如何受伤的。

相反地，也有一些其他因素可降低痛觉阈，因而增加疼痛的强烈程度。这些因素包括：

肉体上的影响，如患病、饥饿、寒冷或由其他来源引起的疼痛；例如，在疖或牙痛部位附近刮胡子，甚至触摸一下，也会觉得十分疼痛。

心理上的影响，如害怕、担忧、焦虑、疲劳、失虑、抑郁、失意、厌烦等；因此在白天能忍受的疼痛，到了晚上就往往难以忍受。

这些因素所造成的影响，很多时不为人所重视，甚至医生也如此。但其实充分认识上述因素是很重要的，因为宗教信仰、对医生的信任、友谊、爱心和有趣的活动，在对付疼痛方面往往比止痛药更为重要。

据最近的研究指出，在身心两方面的种种影响下，人体会产生出一种特殊的物质，这种物质可提高或降低痛觉阈，从而影响人的痛感。

关节疼痛症候簇

患者向侧举起手臂时，肩关节处即发生疼痛。开始上举时并不感到疼痛，但手臂越举越高，就会感到越来越痛。由于肩痛，肩关节的活动就受到限制。如患上凝肩或肩关节旋转环带损伤，就可能出现肩关节疼痛的症状。

胰癌

胰腺的肿瘤不大常见，症状因肿瘤所在的部位而异。约有百分之七十胰肿瘤生于胰的“头”部，这类肿瘤会堵塞胰管和胆管，引致恶心、食欲不振、体重减轻，并出现无痛却逐步加深的黄疸。

在腺“体”处的癌肿则会引起持续的疼痛，并可在背部感觉到；在进食后及躺卧时，疼痛会更加剧烈。

胰　炎

胰炎是一种不太常见的疾病，即胰腺（靠近胃部的腺体）发炎，有急性及慢性两类。

急性胰炎症状

上腹部中间或左方剧痛，并扩散至背部。活动时疼痛加剧，有时且会绞痛。

呕吐。

发病最初几天体温上升至华氏一百至一百零二度（摄氏三十八至三十九度）。

如果病情严重，患者会处于休克状态，面色苍白，皮肤湿冷，脉搏急促，血压降低。

延续时间

急性胰炎恶化迅速，继而维持在严重状态数天至数周，其后症状在数周内逐渐消失。

成因

胆囊功能障碍。

酒精中毒及有吗啡瘾。

腮腺炎，动过手术，以及利尿剂、抗生素甚至避孕丸等药物，都可能引起胰炎。成因不明的病例约占三分之一。

并发病

如胆管受到影响，可能引起黄疸。

如病情严重，可引起麻痹性肠梗阻。

康复后仍可能复发。

在家护理

胰炎的症状通常都很严重，患者应该尽早请医生诊治。

医生会如何处理

给患者打针止痛。

送患者进医院检查，以确定不是患其他疾病，并作静脉输液治疗。

有时必须施外科手术，以排除十二指肠溃疡穿孔或阑尾炎的可能性。

慢性胰炎

慢性胰炎可损害胰腺。

症状

如同急性胰炎一样，上腹痛及背痛反覆发作，经常呕吐；在进食、喝酒后及躺下的时候，症状加重。

延续时间

慢性胰炎可持续多年，有时发作十分严重，有时则较轻微。

成因

成因很多，包括酗酒、施过腹部手术及囊性纤维变性等。

并发病

发果胰细胞受破坏，可引起糖尿病。

胰腺不能继续分泌消化酵素，以致粪便量多且恶臭。

慢性胰炎患者生胰癌的危险比其他人高。

在家护理

应终生戒酒。

进低脂肪饮食，但碳水化合物及蛋白质则须保持正常分量，以维持营养。

何时去看医生

如果疼痛时常复发。

医生会如何处理

送患者到医院检查，以确定诊断。

劝告患者进适当的饮食及戒酒。

给患者服止痛药。

给患者胰腺酵素（消化酶），以助吸收脂肪。此外，患者还须服食减少胃酸产生的药物。

给患者服食钙片及维生素 D 片以补吸收不足。

如果并发糖尿病，通常用胰岛素治疗。

视神经乳头水肿

视神经乳头是视神经的首端，连接视神经从眼球后方直达脑部。患者往往双眼视神经乳头都会肿胀。此病用检眼镜检查，即可发现。

头颅内的压力，如因某些严重疾患而增加，就会引起视神经乳头水肿。严重的高血压、脑膜炎、严重肾病、脑肿瘤、脑脓肿或脑出血，都可能引发此病。如果原发病不及时加以治疗，颅内压力继续增高，患者就可能失明。

乳头状瘤

乳头状瘤通常为良性（非癌性），生长于皮肤或粘膜（附于体内大多数空腔及管道壁上的潮湿组织）上。皮肤的赘疣（属乳头状瘤）如有疼痛、变形或流出分泌物等现象，应立即去看医生。

膀胱乳头状瘤可能反覆引致无痛性血尿。此病虽然并非癌性，但很难根治，可因属次出血而导致贫血。

麻痹

肌肉如果不能正常地收缩，就称为麻痹。如果从脑部通过神经连接肌肉的肌肉活动控制系统其一部分失灵，就会引起麻痹。举例来说，中风可影响脑内部分，运动神经元病可影响神经，而重症肌无力则可影响神经与肌肉的连接处。如果肌肉的控制力只是部分丧失，则称为轻瘫。

膈神经麻痹

由颈椎损伤而引起的麻痹，多见于臀位分娩的婴儿。症状是横膈膜抬升，呼吸困难，脸色发绀。还有矛盾型呼吸（两肺吸气和呼气时与胸腔的动作不协调）的现象。治疗方面，可补给气，呼吸困难加剧时，可由鼻向咽喉插入管子以输氧，施人工呼吸。症状不好转的，要动手术，使横膈膜得以下降。

妄想狂

妄想狂的精神病患者，总是坚信自己正受某些人或某些事物迫害，并且因此荒谬地把任何事情都跟其妄想联系起来，但其实这些所谓“迫害”全是子虚为有，毫无事实根据的。妄想狂常是其他精神疾病的一种症状，例如在精神分裂症、痴呆或抑郁症中，都可出现。

截瘫

截瘫指双腿麻痹，大多数病例因脊髓神经受伤或生病，（如脑脊髓多发性硬化或肿瘤）而引起。截瘫部位感觉消失，并常连带有小便失禁现象。

四肢麻痹又称为四肢瘫，通常都是颈部受伤所致。单瘫则仅有一肢麻痹，可由多种不同的疾病引起。

副 伤 寒

一种极易传染的疾病，是属于食物中毒的严重疾病。苍蝇从带菌者的粪便上沾了病菌，然后污染食物和水源，病菌就这样传播开去。有些带菌者（细菌通常在胆囊内）本身并无任何症状，却可经由他们接触过的食物传播疾病。副伤寒没有伤寒那么严重，带菌者也没那么多。

症状

出现玫瑰色点状皮疹。

头痛。

腹泻，可能先有一段时间便秘。

食物中毒后数天发病。

成因

一种称为副伤寒杆菌的细菌。

何时去看医生

如果原因不明的发热或腹泻持续多天。

如果负责处理饮食的人发生腹泻。

如果最近到过外地，或与此病患者有过接触。

医生会如何处理

验血及验粪便。

给带菌者服食抗生素。但如病情严重，抗生素可能并无帮助，且会延长病程；严重病例的主要治疗方法是补充液体和小心护理。

有时或会考虑动手术切除带菌者的胆囊。

预防方法

带菌者在感染完全消除之前，不应从事加工制作食品以及参与处理饮食的工作。

柏金森氏病

一种精神系统的疾病，也称为震颤麻痹。患者的肌肉变得僵硬，并出现震颤现象；随着时间的过去，病情逐渐恶化。五十岁以下的人很少患上此病，而患者以男性为多。在一千人中，每年约有两人患上柏金森氏病。症状逐渐出现，初期的症状可能被人忽略。

症状

初期的症状包括：手、臂和腿震颤，有节奏地点头，两手不自主地颤动，拇指和手指之间有如捻着一颗小丸。患者在休息时，震颤往往比在活动时厉害；不过，入睡后此症状多会消失。

面部肌肉逐渐变得僵硬，患者木无表情，不眨眼睛，或者眉头轻皱。

四肢变得僵硬，活动不灵。走路越来越困难，患者弯腰由背地拖着脚步走路。病情严重的，可能觉得向后倒退着走比向前走还要容易。

患者常有抑郁症状，有时且很严重。

延续时间

通常恶化得十分缓慢，可持续多年。但严重的病例则可恶化较快，并且会缩短正常寿命。

成因

柏金森氏病是脑部基底的神经节退化所致。神经节是神经系统的连接细胞体，位于两束神经纤维的连接处。

此病一般发生于中年的后期，往往由动脉粥样化引起。脂肪沉积于动脉壁，使动脉变得狭窄，因而阻碍血液流到脑部，引发此病。

患脑炎后也可引发柏金森氏病，此种病例则可见于任何年龄的人。

并发病

如果呼吸肌肉到严重的侵害，可能引致死亡。

在家护理

不宜。如怀疑患上此病，应该去看医生。

如同其他由动脉粥样化引起的疾病一样，此病所造成的损害是无法挽回的，不过仍有很多方法可以减轻受损的程度，并帮助患者在家生活。护理的重点是鼓励患者多作运动，及多参加社交活动。医生、护士、作业治疗师、物理治疗师等，都可对患者有所帮助，但主要还得靠亲戚朋友，他们的支持鼓励对患者极其重要。

何时去看医生

如有上述症状出现。

医生会如何处理

给患者服食药物以缓解僵硬及震颤。

嘱患者的亲戚朋友多给患者帮助和鼓励，以减轻其精神抑郁。也可能给患者服食抗抑郁剂。

患者的活动能力降低到某一程度时，医生可能安排患者使用辅助步行的器具。

如果病情严重，而其他各种治疗都无效，医生可能考虑施脑部手术。

预防方法

无。

预后

虽然柏金森氏病是一种日益恶化的疾病，但上述的各种护理及治疗方法通常仍可大为延缓其恶化，并可明显地减轻各种症状。

甲 沟 炎

这是指甲或趾甲边缘皮肤皱褶的感染，有急性和慢性两种。

急性甲沟炎

症状

甲沟疼痛和触痛。

皮肤红仲。

化脓，可能见于指(趾)甲下。

婴儿有时会患上轻微的甲沟炎，但只须小心地清洗，即可消退。

延续时间

甲沟炎会在烽小时内变得十分疼痛，但脓液一旦放出，或感染治愈后，疼痛便消失。

成因

在轻微的刺伤或其他外伤后，受到细菌感染。

单纯疱疹病毒可能引起非常疼痛的感染，但患处不会化脓。

在家护理

用热水浸手指或足趾，并用硫酸镁软膏涂敷，使患处成成熟出脓。

无须用消毒乳剂，因为这类药物并不能透过皮肤到达感染处。

何时去看医生

如果感染持续六个小时以上，并逐渐恶化。

医生会如何处理

在发病初期，给患者服食抗生素，以制止感染恶化。

拔掉指(趾)甲，或在麻醉下切开脓肿，放出脓液，消除疼痛。

预防方法

无。但医护人员工作时应尽量戴上保护手套，以防止细菌感染。

预后

可完全康复。

慢性甲沟炎

大多由真菌感染引起，糖尿病患者以及那些双手经常要浸在水中工作的人，如家庭主妇、清洁工人、酒吧侍者、渔民、厨师等，容易患上此病。

症状

甲沟红肿隆起，以至该处间隙扩大，污垢即容易积聚其中。

指甲变得凹凸不平面带坑纹。

指甲下可能呈现绿、黄或黑色的感染症状。

通常有多只手指受到感染。

很少发生剧痛。

延续时间

如不加治疗，可持续多年。

成因

指甲剪得太短。

真菌或细菌感染。

并发病

常会反复发作和引致指甲变形。

在家护理

两手尽可能保持干爽。

如要戴橡胶手套，手套内面应有棉质襟裹，用以吸收汗水。

不要将软化膏揉进甲沟里。

每天将患处浸于外科消毒用的酒精内五分钟。

何时去看医生

尽快。没有任何药物可以代替。保持双手干爽，但是越早治疗，真菌感染就可以越快消除。

医生会如何处理

给患者抗真菌药膏或洗剂。

给患者抗生素。

验尿，看看是否由糖尿病引起。

检查身体上可能被真菌感染的其他部位，如臀部、阴道等。

预防方法

保持双手干爽。

不要把指(趾)甲剪得过短。

预后

愈合所需的时间很难预料，一般需数周左右，患者要有耐性。如果双手能够保持干爽，最后一定可以痊愈。不过，此病仍可复发。

阵发性心搏过速

这是心脏快速搏动的发作，开始既突然，结束也突然。患者通常是成年人，尤以年轻者为多，除阵发性心搏过速外，健康大都正常。

症状

如果发作时间较短，患者会感觉到自己的心跳很快或不规则。

如果发作时间较长，可能出现呼吸困难、胸痛（心绞痛）、昏厥等症状。

延续时间

从数秒钟到数小时不等，甚至可延续数天。

成因

往往找不到成因。

喝酒、喝咖啡或抽烟过多。

对很多种药物敏感。

如作心电图检查，可能发现多种不大重要的轻微心律失常现象。

在家护理

避免过度的体力劳动，发作时应坐下休息。

何时去看医生

如果发作持续十至十五分钟以上。

如果呼吸困难，感到十分懊恼。

如有胸痛（心绞痛）或昏厥等症状出现。

医生会如何处理

首先尝试按压颈动脉以制止发作；如果有效，就教患者使用此法或类似方法自行制止发作。

送患者到医院作心电图。

如果简单的疗法无效，医生便可能采用药物注射治疗或给予口服药物。若仍然无效，就会送患者进医院。

预防方法

患者对喝咖啡、喝酒及抽烟都应有所节制。

预后

往往复发，每次发作相隔的时间因人而异。

大多数发作不严重，发作过后仍可照常生活。

类天疱疮

一种罕见的皮肤病，主要侵袭六十岁以上的人，患者身上长出成因不明的大水疱。

症状

突然出现大水疱，直径达二十五毫米或以上。常见部位为腹部、大腿及臀部前面，口腔内也可长出。

在蔓延之前，水疱可能只出现在某一个部位，持续多月。

延续时间

多月或多年。

成因

未明。

在家护理

不宜，应该去看医生。

医生会如何处理

送患者去进行活组织检验（从水疱刮取一些组织，置于显微镜下检查）。

用类固醇乳剂治疗可能有效，但往往须要口服皮质类固醇或其他药物。

预防方法

无。

预后

经治疗后，效果良好；即使不加治疗，数年后类天疱疮也可自行消失。

天疱疮

此病十分罕见，但往往可以致命。特点为身上出现水疱，多见于四十到六十岁的人。

症状

在皮肤会发生摩擦的部位出现大水疱，如腹股沟、两股之间、腋下等部位；口腔、眼睛、肛门和外阴等处，也可能受到侵袭。

水疱很快即破裂，留下露肉的地方，面积可能增大。

在蔓延之前，水疱可能只出现在某一个部位，持续多月。

患者很快就觉得不适。

延续时间

未经治疗的天疱疮可能迅速恶化，导致死亡；或者持续多月，最终仍是不治。

成因

未明。

在家护理

不宜，应该去看医生。

医生会如何处理

送患者进医院检查、接受护理及皮质类固醇治疗。

预防方法

无。

预后

如果不加治疗，天疱疮通常可致命。现代医疗方法可能有效，但并非一定可靠。

鼓膜穿孔

耳内的鼓膜可因外伤或感染而穿孔。

症状

在急性中耳炎或耳部损伤之后，患耳失聪。

急性中耳炎引起的耳痛，鼓膜一旦穿孔便可能突然消除。

受伤的耳朵可能出现“耳鸣”现象。

脓液从中耳内通过鼓膜裂口，经外耳道流出之后，中耳内的压力即降低，耳痛也就消失。

延续时间

儿童患者一般可在两周内痊愈，成年患者鼓膜的小裂口多半可以在数周内愈合，但延续时间比儿童长些。

成因

患上较重的急性中耳炎或患急性中耳炎没有及时诊治。

耳部损伤，特别是因突然爆发巨响或被打耳光而在鼓膜内、外侧形成很大的气压差。

潜水或使用水中呼吸器不当。

在家护理

洗澡、淋浴或洗头的时候，用沾上凡士林的棉花保护双耳。

医生会如何处理

用抗生素治感染。

清除耳朵排出物。

裂口历久不愈、裂口较大的病例，可在全身麻醉下施行鼓膜修补手术。

裂口闭合前，劝告患者不要去游泳。

预防方法

使用枪械、引爆炸药或操作产生巨大声响的机械时，应戴上护耳罩。

如患急性中耳，一定要加以适当治疗，直至痊愈为止。

没受过正规训练或设备不完善，都不应潜水。

预后

只要操作或感染的耳朵得到治疗，预后一般甚佳。然而，如果成年患者的感染没有完全治愈，则可能转为慢性化脓性中耳炎。

心 包 炎

这是包裹心脏的心包发炎。有时候发炎的心包会增厚，以致压缩心脏，这种心包炎称为缩窄性心包炎。有些患者的心包可能因积聚液体而胀大起来，称为心包积液。心包炎有时和胸膜炎同时发生。

症状

胸痛往往十分剧烈，容易误作胸膜炎或冠状动脉栓塞。

呼吸异常困难。

缩窄性心包炎患者的腹部及踝部可能肿胀。

有些病例并无症状，患者并不知道自己患上心包炎。

延续时间

病郁持续多久因成因而异。有的发作可能只持续几天，有的则可能达数月之久。

成因

多种不同的微物生感染。

心包炎是冠状动脉栓塞、风湿热、癌、风湿性关节炎等疾病的并发病。

在家护理

不宜。

何时去看医生

如果无故胸痛或呼吸困难。

医生会如何处理

安排患者接受 X 射线检查，作心电图及验血，以找出引致心包炎的原发病。

一找到原发病之后，就采用适当方法治疗。

如果确诊是缩窄性心包炎，则可能要施外科手术，以解除心脏的压力。

如果确诊是心包内的液体不正常或妨碍心脏排压血液的功能，则须抽出心包内的积液。

预防方法

可参阅**成因**项下所述各病的有关资料。

预后

因原发病而异。

月 经 异 常

去看医生的人中，约有百分之三是月经出毛病的妇女，而大多数毛病的成因比较简单，都可治愈而不用担心。停经（经闭）最普遍的原因往往是妊娠。痛经（经期疼痛）是女孩子和年轻妇女十分常见的症状，但很少是患病所致。一些妇女的月经可能有所改变（机能障碍性子宫出血）；有时经血量也可能较多（月经过

多)。

癌是较罕见的引致月经异常的原因,如发现很早,仍可以治愈。在月经期之间、妊娠期、更年期之后,如果有不正常的出血现象,都要加以重视,及早告诉医生。

经闭

经闭是没有月经、月经停止或月经非常少(月经过少)。这种情况通常是妊娠或更年期的正常现象。

症状

没有月经或月经停止。

月经非常稀少。

延续时间

因人而异:

如果是神经性厌食症或严重的疾病所致,一旦体重恢复正常,月经也会重新开始。

如果因服避孕丸引起,则停服后会恢复行经,但有时停服后六个月至一年才有月经。

更年期过后,月经即永远停止,但可能需要时数年才完全停止。

成因

妊娠是最普遍的成因,妊娠的其他迹象在数天内会出现。

更年期通常始于四十五到五十岁之间,经血量逐渐减少,月经次数也越来越少。

服避孕丸有时也可引致经血量少或无月经。

神经性厌食症。

某些慢性疾病,如贫血、粘液水肿或结核。

焦虑或担尤。

先天性女性生殖器官畸形,虽然是很罕见的成因,但女孩子到十六、七岁还没有来月经,可能有此毛病。

并发症

少数患者可能因而不育。

在家护理

不宜。

何时去看医生

如果月经停止而无明显的原因。

如果女孩子满十六岁后仍没有来月经。

怀疑有孕。

医生会如何处理

进行一次全身检查及骨盆器官检查。

作妊娠试验。

安排验血，看是否贫血。

如果在更年期面色潮红，给患者服食激素药片作短期治疗。

预防方法

无。

预后

除更年期所致者外，一旦治愈原发病，月经就会恢复正常。

机能障碍性子宫出血

如果月经的正常规律有任何改变，如经血量很多或月经周期不规则等，又找不出什么成因，就称为机能障碍性子宫出血或机能不良性子宫出血。这种情况常见于开始来月经的女孩子或接近更年期的妇女。

症状

月经不规则，可能次数较频密、量多或持续时间较正常为长。

正常月经的情况有所改变。

延续时间

这种情况可能在数月后消失，也可能在数年内间歇出现。

成因

未明；但常怀疑是激素分泌不平衡所致。

并发病

贫血。

在家护理

不宜。

何时去看医生

如果月经的情况有所改变达三个月以上。

如果似是妊娠或可能有严重疾病，则不要等，尽快去看医生。

医生会如何处理

进行骨盆器官检查、子宫颈涂片检查、验血或转请妇科专科医生进行刮宫检查，以确定有无其他严重的疾病；如有则安排治疗。

如果找不出明显成因，给患者试服避孕丸或有类似作用的激素药片一个疗程，看效果如何。

预防方法

无。

预后

通常是一种暂时性的机能障碍，不用治疗也可痊愈。

痛经

行经时疼痛称为痛经，每次月经开始即发生下腹疼痛，这种情况多见于女孩子及年轻妇女；生过一次孩子后，往往可减轻或消失。

症状

下腹部疼痛，通常是间歇性（绞痛）。

腰背痛。

有时恶心或呕吐。

感到头晕。

延续时间

疼痛通常在月经开始后一、两天消退。

成因

少年或年轻妇女可能是子宫颈过紧所致。

年长的妇女则可能是子宫内膜异位或慢性输卵管炎所致。

使用子宫环。

焦虑和精神紧张。

并发病

无。

在家护理

在家护理的方法视乎身体情况及个人因素而定。这种疼痛通常无大害，有些人会置之不理，但痛得恼人时也要认真护理。以采取适合自己的应付方法为佳。

以下是一些有效的方法：

服止痛药。

坐下或卧床休息。

洗热水澡或用热水袋热敷痛处。

患者本身、家长、老师及朋友都应抱一个理解和不苛求的态度。

何时去看医生

如果痛经妨碍日常生活。

如果本来无痛经而后来有痛经现象，或疼痛越来越剧烈。

医生会如何处理

作骨贫器官检查。

给患进服食止痛药、激素药片或避孕丸。

如果成因不明，则转请妇科医生进一步检查。

预防方法

父母亲在女孩子月经来潮之前，认真跟她解说一下，有助于避免不必要的恐惧和尤虑，否则这些担忧会使疼痛加剧。

预后

痛经通常在生过第一个孩子后消失。

月经过多

经血量太多有时称为“血崩”。如果找不到明显的成因，医生 时也会把它列为机能障碍性子宫出血的另一类型。

症状

经常经血量过多或月经时间延长。

经血量比平时多。

疲惫。

延续时间

月经过多如果是由激素不平衡引起，可能持续两、三个月。由子宫肌瘤或稽留流产引起的，若不加以治疗，则症状会持续下去。

成因

激素分泌不平衡。

子宫肌瘤。

稽留流产。

子宫环。

并发病

贫血。

在家护理

如出血很多应躺下休息。

何时去看医生

如果经血量比平时多，而且这种改变已有三个周期以上。

如果出现贫血征象。

医生会如何处理

作骨盆器官检查、子宫涂片检查、验血或介绍到妇科医生处作刮宫检查，以确定有无其他较严重的疾病，如有则安排治疗。

如果找不出明显的成因，会给患者试服避孕丸或其他激素药片一个疗程。

预防方法

无。

预后

因原发病而异。

更年期后出血

约经期过后的不正常子宫出血，称为更年期后出血。更年期一般从四十多岁开始，这时两次月经中间间隔越来越长，然后月经突然停止或经血量逐次减少直至没有。虽然很难断定更年期何时结束，但更年期后出血一定要报告医生，即使查明出血是最后期的月经也别嫌麻烦。一般来说，最后一次月经后三至六个月又出血，一定要报告医生。

骨膜炎

骨膜是骨头外面的薄层组织，骨膜发炎可能因外伤而起，须用消炎药物治疗；也可能因结核等多种疾病而起，治疗时要一并治疗原发病。

蠕动

人体内某些器官或通道壁的肌肉，像波浪似的收缩叫做蠕动。这种肌肉活动可把该器官或通道内的东西推动。食物就是藉肌肉蠕动才能通过整条消化道，即从咽喉移动到直肠。女性的卵子通过输卵管进入子宫，也借助于这种蠕动作用。

腹膜炎

腹膜是衬贴在腹腔内的膜，围绕着胃和其他柔软的内脏。

腹膜发炎总是一种严重的急性疾病，常随腹内器官发炎而继发。腹膜炎可能是下列疾病的并发病：阑尾脓肿破溃、胃或十二指肠溃疡穿孔、子宫外孕造成输卵管破裂，或肠壁上任何溃疡穿孔，以致肠内的东西流进腹腔内。肠道外积聚受到感染的物质及脓液，肠道全部活动就会瘫痪，如果不进医院治疗，在二十四到四十八小时内可致命。

性格异常

性格异常一般用来形容那些不能处理人际关系，以致无法适应正常社会生活的人。如果这些与社会格格不入的人，在行为上带有侵犯性、捣乱性及破坏性，就可列为社会性病态人格者或精神病态者。轻微的性格异常患者，可以借个人接触及社团帮助而获得改正。

佩特兹氏病

此病是股骨顶端的生长部分发炎并软化。病变部分的骨质坏死，但坏死部

分可随着骨头生长而完全活骨质所替代。在此康复期间，一定要避免髋关节负重，不然股骨顶端就会变形。此病见于四到十岁儿童，通常只在一侧髋关节发病。

症状

跛行。

轻微疼痛，痛感常在髋部，但有时在膝部。

髋关节活动可能不灵活。

延续时间

二或三年。

成因

股骨顶端的生长部分缺乏血液供应，其原因未明。

并发病

长大后髋关节发炎。

在家护理

不宜。要延医诊治。

何时去看医生

如怀疑患此病应立即去看医生，又如发现儿童跛行持续两天以上，也应带他去看医生。

医生会如何处理

立刻送患童到医院请矫形外科医生进行检查。

专科医生或施行手术，或给患者装上夹板固定髋部，以免股骨在康复期间负重。

预防方法

无。

预后

如及早发现，加以治疗，患者又年龄较小，则预后极好。但如未能及时治疗或在八岁后发病，则预后没那么好。

小发作癫痫

小发作癫痫是癫痫的三大类型之一。此类癫痫患者主要为儿童及少年，发

病年龄在四岁至青春期之间。

宠物

家庭宠物偶然会把疾病传染给人，并且可能引起过敏反应，包括轻微的皮疹到严重的哮喘发作。

有些人吸入动物表皮的碎屑或毛后会发生哮喘或枯草热。有些人被猫或狗舔后数分钟内就会起荨麻疹或皮疹。对猫特别敏感的人一进入养了猫的房子，数分钟内眼部即可发生眼睑肿胀，甚至严重到两眼都睁不开。

小沙鼠、家兔、豚鼠和其他浑身是毛的动物都可引起过敏反应。

引起过敏反应的物质主要是宠物尿液所含的蛋白质。这些动物身上的毛沾染尿液，人搂抱或接触这些动物之后，很快就会出现过敏症状。

惟一的有效预防方法是不要养这些宠物，其后要经常清扫房子，持续二到三个月，房子内所有动物毛和表皮碎屑才会清除干净。脱敏疗法并不普及，而且也没有什么证据可证明其疗效。

猫传染的关病

猫抓热是由猫引起的一种罕见疾病。其主要症状是被猫咬、抓或舔过部位的淋巴腺肿胀。肿胀时连带有轻微发热及患流行性感冒似的症状。成因相信是一种病毒。

此病几乎总会自行好转，只须短期服适量的止痛药来减轻痛楚。

蚤咬

宠物常把蚤带进家里。狗蚤及猫蚤以吸宠物的血维生。这些蚤通常无狗、猫可咬才咬人，常见的例子是，养宠物的家庭搬走了，没有宠物的家庭住进这所房子。

蚤多半只有部分时间附在动物身上，其余时间藏匿在动物躺卧处或附近的家具中。

在纬度较调换地方，蚤咬后至多只会发痒，搔抓后才会感染。但是在热带地区，蚤咬可以传染一些严重的疾病，例如淋巴腺鼠疫。

要消灭家中及宠物身上的蚤，可以使用灭蚤粉，然后给宠物戴一个防蚤颈圈。如此法无效，可带宠物到兽医处，还可要求地方卫生局到家中喷杀虫剂。

宠物传播的寄生虫病

家庭宠物（尤其是狗只）可能把两种寄生虫病传染给人：胞虫囊病和毒蛔虫

病。这两种病都是因吞下狗或猫粪里的寄生虫卵所致。传染的途径不是直接与动物接触,就是在溜狗的公园里双手沾上虫卵。小孩子在公园或游乐场内玩耍时很容易被传染,因此有很多地方当局禁止狗只进入某些游乐场地。

胞虫囊病的成因是,虫卵在人体肠内孵化成幼虫,幼虫穿入肠壁进入血流,寄生于人体内肝及肺等血液充沛的部位,囊肿就在该处发生,有时须要二十到三十年才能完全成熟。囊肿可长至葡萄柚那么大,因而引起此病的各种症状,如腹痛、出汗、发热、不适等。

胞虫囊病是非常罕见的,但在饲养绵羊的地区,如英国威尔斯、纽西兰和澳洲等,这种病在狗与绵羊间互相传染。

毒蛔虫病的传染途径与胞虫囊一样。虫卵进入血液内孵化成幼虫后,就钻到肝、肺和脑内,于是人体产生防御反应,制造大量称为嗜曙红细胞的白血球。

毒蛔虫病通常是一种轻微的疾病,或会引起一些隐约的不适及痛感,不过也可在眼球后部产生一些斑点,以致会误诊为眼癌。为预防此病,狗和猫必须接受适当的驱虫护理。

狂犬症

狂犬症是一种极危险的病,传染媒介是动物的唾液,人被咬、被舔或偶尔吸入动物吠叫、打喷嚏时喷出的唾沫而受传染。已知传染此病的动物以狗和猫最普遍,其次为家鼠、蝙蝠、狐、松鼠、牛等。

英国的野生动物至今尚未发现有狂犬症,但在欧洲、南美洲、北美洲、非洲和印度的野生动物中,则有此病流行。

新研制的疫苗的治疗功效已比过去大得多,而且痛苦也大为减少。

鹦鹉热与爱鸟者肺

养鸟可引至两种病,都是与活鸟密切接触所致,不是因吃家禽而起的。

鹦鹉热的病原为一种病毒似的细菌,这种细菌通常可使鸟类生病,特别是鹦鹉科鸟类。人类因吸入病鸟干粪中的病菌而受传染。轻者像患轻微的流行性感冒,重者则如患严重的肺炎,症状包括不适、疼痛及持久干咳。胸部 X 射线照片可显示有肺炎的症状。

预防宠物患病

为预防宠物感染疾病,以及避免主人受到传染,应把宠物带到兽医处作下列

处理：

猫

怀孕的母猫妊娠中期应予驱虫。

给小猫驱虫，在出生后五周作一次，再在八、九周之间进行一次。

小猫出生后十二周，就应注射预防猫肠炎及流行性感冒疫苗，此后视疫苗种类每年或两年注射加强剂一次。可以向兽医查询详情。

狗

给怀孕的母狗驱虫。

小狗出生后四到七周应予驱虫，十四到二十周之间重复一次，此后每六个月应再驱虫一次，直至老死为止。

让狗只接受犬温热、传染性肝炎及钩端螺旋体病的防疫注射。所有注射都应进行两次，每次注射相隔一到两周。注射时间在小狗出生后八到十二周之间。

小狗出生后十到十二周之间接受预防犬小球病毒疫苗注射。

小狗六个月到十二个月大时接受预防犬咳疫苗注射。

所有疫苗须每年注射加强剂一次。

其他宠物

十二周大的家兔应接种预防多发性粘液瘤病疫苗。

给十二周大的白鼬接种预防温热疫苗。

养在笼中的鸟及小沙鼠、仓鼠、豚鼠、鼹鼠等恕齿类动物，不必作例行防疫注射。

用一个疗程抗生素可杀灭此病的病原体，但是人体不能产生对此病的免疫力。病鸟通常会死亡；如能存活，则再不会有传染性。

爱鸟者肺是对鸟血内一种蛋白质的过

敏性反应。这种蛋白质混在鸟粪中，清理鸟笼时如果吸入大量这种蛋白质，在四至八小时内常会出现过敏症症状，如呼吸困难、不适、疼痛，病情与患流行性感冒相似。

此病如果未能及早延医诊治，以及避免再与鸟类接触，则会使肺部产生永久性损伤。不关在笼子里的鸟不会引起此病，因为鸟粪不会堆在一起，而人也不会吸入那种蛋白质。

嗜铬细胞瘤

嗜铬细胞瘤通常是体内某些细胞的一种良性（非癌性）肿瘤。大多数病例的

病变发生于两个肾上腺(位于肾脏之上)中的一个,但也可能发生于身体其他部位,如脑及泌尿道。此病主要特点是患者血压极高,其他症状有剧烈头痛、呕吐、心跳加速、心悸、出汗、便秘、视力障碍等,但不一定全部都出现。疗法是施外科手术切除肿瘤。

幻想肢痛

几乎所有截肢的病例,患者常感觉截除了的肢体仍然存在,往往幻想它仍能活动或有一定形态。随着时间的过去,患者甚至也会感到该肢体形态在变化。

发生这种情况,是国灰手术中切断的神经纤维仍把残肢末端发出的信息传到大脑,这样大脑就误认肢体仍然不适、冷热感和轻重感。

约有百分之三十五患者认为,在幻想肢上也有痛觉。这种幻想肢痛可因身体其他部分受压、排尿或心烦意乱而触发。有时因在残肢末端处的神经组织过度生长(神经纤维瘤)而加剧这种疼痛感觉。

幻想肢的感觉一般是相当微弱的,而且过一个时期后可消失,但有百分之五至十患者的幻想肢痛十分严重,而且越来越剧烈。在这情况下,患者可能要施行局部麻醉治疗。可在残肢末端注入强效止痛剂、苯酚或盐溶液来镇痛。

咽　炎

咽是连接鼻腔后部和口腔后部的通道,下能喉腔及食道。咽部发炎有急性和慢性之分。

急性咽炎

急性咽炎因病毒及细菌感染而引起。每年至少有百分之四十的人患急性咽炎。症状一般不严重而且不妨碍日常生活。如果扁桃体也发炎,就叫做扁桃体炎。

症状

喉痛。

体温升高,发冷及头痛。

颈部淋巴腺肿胀。

干咳。

有时有结膜炎(眼红)。

延续时间

潜伏期(从接触感染起到症状开始出现止)通常是三到五天。

儿童及不吸烟的患者,最严重的症状在四十八小时内可消失,喉痛偶尔持续达十天之久,吸烟的患者更是如此。

成因

大多数病上侵袭呼吸道的病毒引起,有些则由细菌(链球菌)引起。

入学第一年的儿童最容易患咽炎,因为他们一下子接触多种病毒而其抵抗力还未足。

较少见的成因有麻疹、德国麻疹以及流行性感冒。

并发病

咽炎后可继发风湿热和急性肾炎,不过这些病目前不多见。

在家护理

喝大量液体来减轻咽痛及预防脱水现象。

服食适量止痛药片来减轻咽痛以及退热。

休息。

如有结膜炎,应闭眼休息并用棉花蘸温水擦去眼上的分泌物。

不要抽烟或至少在病愈前暂时停止吸烟。

何时去看医生

如果咳出绿色或黄色粘痰和发热。

如果有耳痛。

如果出现皮疹。

医生会如何处理

如有细菌性并发病,给患者服食抗生素治疗。

不论是细力还是病毒所致,都可在几天内自行痊愈,因此使用诸如青毒素之类的抗生素并没有什么好处。除有引致并发病的特殊危险外,医生的治疗方法与上述的在家护理方法相同。

预防方法

无。

预后

通常在十天内完全康复。

慢性咽炎

慢性咽炎是咽部长期发炎。

症状

长期喉痛。

喉头发红。

延续时间

若不除去刺激物，炎症不会转好。

成因

受灰尘或其他物质刺激。

抽烟。烟可刺激敏感的咽膜。

用口呼吸（例如因患鼻窦炎、鼻息肉或鼻中隔弯曲），让未经过虑、未加温的空气刺激咽部。

焦虑或抑郁症患者有时也有长期的喉部肿痛。其原因未明。

并发病

无。

在家护理

漱口水及含漱剂可减轻症状，可用一片可溶性阿斯匹林溶于温水中，每日漱口两、三次。

避免刺激性饮食，特别是辛辣的食物和酒精，也不要抽烟。

何时去看医生

如果似乎是用口呼吸致病。

如果怀疑患上严重的抑郁症或极度焦虑。

医生会如何处理

检查鼻部和喉部。

治疗原发病。

预防方法

不要抽烟。

预后

慢性咽炎并不危险，但使人厌烦，而且容易复发，比如情绪紧张时就会复发。

咽与眼结膜炎

因病毒感染而导致的病。潜伏期为三至七天。儿童多在游泳池中受到感染，因此又名“游泳池热症”。

症状

发高热，咽喉红肿疼痛。

眼睛充血，多眼屎。

有时会有腹泻。

在家护理

用脱脂棉花或纱布擦去眼屎。此外，要注意切勿感染其他部位。

医生会如何处理

此属病毒感染，抗生素无效。若怀疑伴有细菌感染的可能（例如有咳嗽和痰），会给患者用抗生素。

婴儿患者可能会有腹泻，因此必要时，应采取适当措施输液，以免脱水。

预后

一般经三至七天退热，没有后遗症。

咽瘤

咽部或喉部的任何部分如有瘤生长，应该及早延医诊治。男女性都可患此病，但三十岁以前比较罕见。

苯酮尿症

苯基丙氨酸是人体内制造蛋白质的氨基酸之一，需要一种酵素来分解。若这种酵素因遗传的原而缺乏时，便发生此症。

可以出现下述症状：体内蓄积苯基丙氨酸及其代谢物，神经发育迟缓，癫痫发作，皮肤和头发色淡。

检查新生儿和幼童尿中的苯丙酮酸，早期作出诊断，如能在六至八岁之前坚持食用苯基丙氨酸含量低的食物，能预防神经发育障碍。此类食物有现成制品出售，可经医生指定选购。

包　茎

包茎指包皮的开口较为紧窄。如果包皮向后缩至龟头之后，紧套阴茎颈部，称为箝顿包茎。

症状

包皮开口处很紧，包皮不能向后翻过龟头。

幼童可能排尿困难，因尿液出口开口太小，排尿时包皮可能胀起。

成年人性交可能有困难。

箝顿包茎可引起龟头疼痛及肿胀。

延续时间

如不加治疗不会自行好转。

成因

出生时就有包茎现象。

感染，特别是年纪大的人。

箝顿包茎通常是包皮受轻微感染所致。

并发病

龟头发炎。

在家护理

阴茎正常勃起和清洗时拉开包皮，均有助拉松包皮。如果患者是幼童，可轻轻把他的包皮往后翻，促进其自然伸张，但切不可过分用力。

何时去看医生

如有上述症状出现。

医生会如何处理

检查阴茎。

某些病例可能要施行包皮环割手术。

箝顿包茎一般可采用医疗手技矫正，但在某些情况下可能要紧急施行包皮

环割手术。

预防方法

注意个人卫生以预防感染。

预后

如经治疗可以很快痊愈。

静脉炎

静脉炎是静脉内壁粘膜发炎，大多数见于下肢，如果有血块形成，就称为血栓性静脉炎。

恐惧症

这是焦虑的一种，与强迫行为相似。遇上特殊的环境或物体即产生强烈的焦虑和不正常的恐惧。环境引起的恐惧症，包括广场恐惧症（恐惧空旷地方）及幽闭恐具症（对拥挤的场所、乘升降机及关在小房间内感到害怕）。类似的环境恐惧症还包括怕社交活动的场所，特别是患者要执行某些职务，如在大庭广众前演说。有些人对在公共场所遇见人和吃东西，也异常的恐惧。

另一类型的恐惧症，是对某些物体产生异常的恐具，特别是狗、猫、蜘蛛、蛇、鸟、鼠等动物。至于对癌、心脏病等疾病的恐惧，也可列入这一类型。

患者置身于自己惧怕的环境中时，会出现激动、出汗、脉搏加快及一切常见的焦虑症状。此病发作次数的多少不易测定，因为很多患者能设法避开足以使他们紧张的场合。有些患者备受此症折磨，以致不能过正常生活，甚至成为一个不敢离家的人。

恐惧症的成因可能是患者在潜意识中害怕某一事物，也可能是心中的攻击性冲动受压抑。

治疗恐惧症可用镇静剂及试图矫正患者的行为以适应环境。治疗常采取饮和疗法，这种疗法主要是让患者面对他们害怕的事物，并逐渐延长面对的时间。

对 光 敏 感

有些人对阳光极敏感，受阳光照射很短的时间，就会出现“晒斑”，这种情况称为对光敏感。

症状

皮肤产生晒斑严重，与阳光照射的时间不成比例。较轻的病例，皮肤发红后

变黑;较重的病例,皮肤疼痛、压痛及肿胀,其后出现水疱。

延续时间

如果不再晒太阳,数天内可痊愈。

成因

药物是最觉的成因,包括以下各种:

吩噻嗪,用于神经系统疾患及用来抑制呕吐。

四环素类的某些抗生素。

磺胺制剂。

灰黄霉素,用于治疗真菌感染。

萘啶酸,用于治疗泌尿系统感染。

巴比妥类。

其他成因包括:

烟酸不足,此病见于长期营养不良的人。

其他很少见的疾患,如吡咯紫质沉着症和色素不足引起的疾病。

在家护理

保持皮肤清凉,可涂抹痱子水或施行冷敷。抗组织胺乳剂效果甚微。

让有水疱的部位暴露于空气中。

必要时可服食适量止痛药片。

避免衣服与疼痛皮肤摩擦。

不要再晒太阳。

告诉医生正在用什么药物及医疗措施。

何时去看医生

如果对阳光及太阳灯光有不正常的反应。

医生会如何处理

安排患者在小块皮肤上作阳光试验,以作准确诊断。

预防方法

如果皮肤白皙,可涂抹防晒乳剂。

除非无别种药可以替代,否则停用引致此病的药物。

预后

预防措施一般十分有效。

物理治疗

物理治疗主要是用来医治和预防足以影响患者正常生活的运动机能障碍。关节炎、某些肺病，以及某些外伤，若用物理治疗法医治，很有功效。

物理治疗的方法有多种，但不包括药物治疗和外科手术。物理治疗师使用的方法和技术，有热敷、冷敷、超声波（利用高频率声波按摩深部的组织）、短波（应用电波的热疗）、紫外线、红外线，以及按摩脊柱和关节。只用上述一种方法或多种方法并用，可有效地治疗肌肉、脊椎、关节等的许多种疾患，比如椎间盘脱出，桡胧骨粘液囊炎、肌肉扯伤等。

物理治疗师除常要用特别的仪器和技术治病外，也要做患者的导师，必须积极鼓励患者尽可能运用本身的潜在体能。这是康复的必要条件。

物理治疗师往往受聘于工业或商业机构，在工作场所和工作程序设计方面提供意见，以避免工人过劳和减低受伤的可能。他们又经常指导运动员如何在操练期间尽量减少受伤的危险，以及在不幸受伤后如何尽快复元。

患者通常是经医生介绍转看物理治疗师的，但也可以直接请合格的物理治疗师治疗。物理治疗师检查后，如果病况不在自己治疗的范围，自会介绍患者去看合适的专科医生。有些物理治疗师更对某些科目特别有兴趣，学有专长，例如神经科、妇产科、儿科、老年医学、体育医学、矫形外科、推拿按摩、职业病等等。

有些物理治疗师自行开业应诊，有些则驻在医院或疗养院中。在痉挛医疗中心、康复中心、伤残者训练学校等，他们也是主要的医护人员。

鸡胸

胸骨异常凸出的现象称为鸡胸，可能一出生就如此，有时也可能是佝偻病的一种症状。鸡胸几乎总是无害的，不必担心。

鸽趾

足趾向里弯称为鸽趾，轻微的是一种正常现象，幼儿初学走路的时候就可发觉。多开始于两到六岁之间。除非过分畸形，而且成年后仍然如此，否则不必治疗。

着色痣

这是一种无害的带色胎痣，可是浅灰色或色深至近于黑色。开始时像斑点或坚硬结节，可见于身体任何部位。几乎人人身上都有一个或多个着包痣，多数人会有二十个或以上。往往以青春期才开始变得显著，成年后可慢慢地长大到直径五十毫米。如果长在脸上，可如“真皮内痣”一样生长，呈圆丘形，常有硬毛长出来。

延续时间

痣永远存在，除非施手术切除。

成因

此种异常现象大概是生来就有。

在家护理

不必理会，切勿试图自己动手除去。

拔去痣上长出的毛并无危险。

何时去看医生

如果自感焦虑或想加以切除。

如果着色痣的大小或周围皮肤的颜色有改变、出血或疼痛持续二三周以上。

医生会如何处理

向患者说明痣是无害的，如果患者要求，也可安排手术切除。

如果对诊断有任何怀疑，可安排手术切除，然后置于显微镜下检查。

预防方法

无。

预后

随着年龄增长，深色的痣会变浅色，不如过去那样明显。

如无变化则无害，也不会变成癌肿。

痔

肛门内、外的静脉发生曲张（静脉肿胀）称为痔或痔疮，呈肿块状，常常出血，

是肛门出血最常见的原因。

外痔

症状

在肛门外出现青紫色的圆形小肿块。

用力大便后，肿块可能很快变大，往往疼痛达五天之久。

如受摩擦，可能出血。出血降低肿块的张力，因而缓解疼痛。有时出血可产生深色小血凝块。

延续时间

外痔通常穿破皮肤后，在一二周内愈合。皮肤上常残留些皮肤“结节”。

成因

肛门外一条静脉因用力大便破裂出血，血液在皮下积聚肿起，其后不久形成血凝块。

在家护理

洗热水澡或热敷（用一块海绵或绒布浸过热水后挤一挤，然后敷肛门），有助减轻疼痛。

可到药房买止痛药膏涂患处。

何时去看医生

如疼痛剧烈。

医生会如何处理

在局部麻醉下切开痔核取出血凝块。

将含麻醉剂的软膏给患者暂时涂用。

内痔

肛门内的静脉曲张称为内痔。

症状

排便时可能有一些柔软的紫色肿块脱出，肿块甚至长期脱出肛外。

内痔的出血一般为鲜红色，沾在厕纸上，甚至滴到便盆内。粪便表面也带血。

瘙痒。

可能有粘液漏出。

直肠内有胀满感，导致不断用力排便，致使痔长期脱出，连带有肿胀、栓塞，甚至因痔蒂扭转而绞窄。

延续时间

便秘可引致短时期的发作，数天后或两至三周后可痊愈。

痔疮可反复发作多年。

脱出的痔如不加治疗，可一直凸出于肛门括约肌外。

成因

因用力排便、长期咳嗽、肥胖病、妊娠或腹内肿瘤等引起直肠内静脉压增加。

肝静脉阻塞。

并发病

可因不断失血而引致贫血。

在家护理

如果痔肿胀或脱出，洗热水澡或热敷（方法同用于外痔）可减轻疼痛。此外，可用海绵将内痔推回直肠内。

保持肛门清洁，小心地用湿纸巾或海绵擦拭，并轻轻抹干。

栓剂有助于减轻疼痛，可以在药房买到。

卧床休息有助于减轻肿胀及疼痛。

何时去看医生

如果疼痛或出血严重或排便后痔不易推回。

医生会如何处理

检查患者以排除其他可引起出血的原因。

给患者注射收缩剂（用此法治疗后可复发）；痔核如圈住，转送患者到外科医生处用冷冻手术除痔。

预防方法

避免用力排便，治疗慢性便秘。

多吃水果蔬菜等含丰富纤维质的食物，多喝水或服食轻泻剂。

预后

如经适当治疗，预后良好。

藏毛窦或藏毛囊肿

这是多见于臀部两边之间皮肤上的含毛的窦或囊肿，不时发生感染及疼痛。患者多是年轻人。可施外科手术切除。

丘疹

在皮肤上出现隆起的含脓小斑点，又称为脓疱，可能是皮脂腺分泌的油脂堵塞毛孔，发生感染所致。年轻人常在青春期间出大量丘疹和痤疮。

发麻

因神经受挤压而引起肢体上有一种麻刺感。如果经常有这种麻刺感，就必须去看医生，因为这种情况可能显示息有神经系统的疾病。

品他病

这是一种传染性皮肤病。在脸部、颈部、手脚同现很多鳞屑斑，开始时为红或蓝色，后来转为白色。此外，手脚的皮肤可能变硬。与患者身体接触便可能受传染。主要发生于南美洲热带地区。用青霉素可能受传染。主要发生于南美洲热带地区。用青霉素可以治愈。

玫瑰糠疹

这是一种皮肤病，其特点是皮肤上有很多细碎的糠样鳞屑。玫瑰糠疹和头皮糠疹都是极常见的。玫瑰糠疹常见于年轻人，特别是年轻女性，多发于春秋两季。

症状

在糠疹出现前七至十天，通常在躯干上先出现单一个红斑，直径为五分之四至四寸（二十至一百毫米）不等。

大约一周之后，在躯干及上肢广布斑点，直径约为五分之一至五分之四寸（五至二十毫米）。

病变部位常是短袖运动衫所遮盖的部位。

斑点通常为圆形或近乎卵形，边缘有鳞屑，会有轻微痒感，开始时斑点为橙红色或玫瑰红色。

经一至四周后，斑点中心的鳞屑消失，斑点转为浅褐色，其外围则形成稍微隆起的红圈。

延续时间

一般在三四个星期后痊愈，偶尔可持续数月之久。

成因

未明。可能是感染所致。

在家护理

如斑点发痒，用止痒洗剂（如痱子水）可能有助于止痒，为必用其他治疗方法。

何时去看医生

虽然通常不必治疗，但红斑开始出现时最好还是去看医生，以确定有无其他成因。

如果糠疹奇痒难当。

医生会如何处理

检查疹块，可能要验血以排除患其他疾病的可能，同时作出诊断。

给患者药物或止痒洗剂止痒。

预后

糠疹会自行消失，患者可完全痊愈。

安慰剂

安慰剂是一种没有药效的制剂。医生只在确知病人不须用药，但病人如果拿不到药就不会满意时才开安慰剂。在很多情形下，安慰剂所以能缓解病人的病情，全因为病人相信那是有治病功效的药物。

前置胎盘

前置胎盘是妊娠中的一种不正常情况，供应胎儿营养的胎盘，不在子宫的上部而在下部成长。分娩时胎盘可能挡住胎儿的通道，引致大量出血，所以此种情况是十分危险的。

鼠疫

这是一种严重的动物传染病，主要见于老鼠。由鼠疫耶尔森氏菌引起，传染

给人类的媒介是蚤。经过二至四天的潜伏期后，症状突然出现，患者发高热及淋巴腺肿胀，还可能有剧烈头痛、呕吐及谵妄，病情极其严重，可能继发肺炎。此病见于鼠患严重而环境卫生又差的地区。

几百年前，鼠疫在世界各地流行，引致很多人死亡。在十四世纪时，仅欧洲一地就，死了二千五百万人。目前此病已极少流行。较易染病的人也可以接受有效的防疫注射。治疗方法是使用抗生素，预防方法是抑制鼠类繁殖。

庶肌膜炎与跟骨刺

庶肌膜炎是足底靠近足跟处的肌鞘（庶肌膜）发炎，可能与长在跟骨上的不正常类锐凸出物（跟骨刺）有关。

症状

站立或走路时足跟剧痛，疼痛可能沿足底向前蔓延，通常仅发生于一足。

延续时间

持续一至六个月。

成因

确实原因未明，但肥胖、站立或走路过久，以及鞋不合穿都可能引致此病。

在家护理

穿鞋时在鞋内足跟处放置一块海绵胶垫子，以防摩擦足跟。

让患足休息。

何时去看医生

如果在家护理后，足痛仍未消除。

医生会如何处理

安排验血。

用 X 射线检查足跟。

嘱患者用鞋跟垫子。

在足跟处注射氢化可的松，此法往往可以很快消除疼痛。

如果上述治疗无效，医生可能送患者到医院接受物理治疗。少数病例则可能要施外科手术，切除部分骨头。

预防方法

穿合适的鞋。

设法避免身体过重。

预后

几乎所有的病例都会自行痊愈，或经医生治疗痊愈，但有时可能复发。

整形外科

整形外科是医学上的一个分科，利用外科手术改造或填补人体的畸形、变形或创伤部分。如果单纯为了改善外貌而施行整形外科手术，则称为整容外科。

胸膜炎

肺与胸壁内面之间有纤细胸膜（肺膜），将两者分隔，附有一层滑液，使肺在呼吸时便于胀缩自如。胸膜炎有干性和湿性两种。干性胸膜炎只是胸膜发炎；湿性胸膜炎渗出大量液体，把肺部压缩，以致呼吸困难。这两种胸膜炎都有相似的症状，通常都是其他疾病的并发病。

症状

胸口有剧痛或刺痛，与呼吸活动有明显关系。

干性胸膜炎的胸痛较剧烈。

干咳。

常伴有发热，可能还有其他原发病的症状。

成因

病毒或细菌引起的感染。

肺炎。

癌。

胸壁创伤，如在交通意外中受伤。

有时可能找不出什么原因。

在家护理

卧床休息，按医生规定剂量服食止痛药。

何时去看医生

如有上述任何症状。

医生会如何处理

检查病人以确定病因。

预后

因原发病而异。

肺霉菌症

由霉菌类引起的肺部感染。这些霉菌是在健康人的身体内常有的，也有从体外侵入的，在服食类固醇剂等药物，或身体的抵抗力不济时，这些霉菌便引起感染。

根据致病霉菌的种类，肺霉菌症分为数种，其中有曲霉病、诺卡氏霉菌病、放线菌病等。

曲霉病：呼吸急促，可咳出混有褐色菌块的痰。

诺卡氏霉菌病：有发热、咳嗽、胸痛、脓痰等症状，有时不光是肺等呼吸器官受损，胸腔和其他器官或皮肤也会受损。

放线菌病：上述两症是由外界的霉菌所致，而放线菌病是由口腔不沽者的齿根部或扁桃体上的放线菌所致。感染初期，有轻度咳嗽和发热，病情恶化后，咳嗽变剧，有痰。

如怀疑是肺霉菌症，医生会做胸部 X 射线检查、血液检查、痰中的霉菌培养检查等。确诊后若是曲霉病，可用二性霉素 B 等抗生素；诺卡氏霉菌病和放线菌病可用青霉素、链霉素等抗生素或磺胺剂。

此外。放线菌病患者有时可能需要施行外科手术治疗。

肺　炎

由细菌或病毒引起的急性肺部发炎。细菌性肺炎可能在健康的肺组织上迅速发病，也可能是接受过麻醉后或原有感染（如支气管炎）的并发病。

症状

持久干咳。

发高热，呼吸十分急促。

往往只有单侧胸痛，呼吸和咳嗽时胸痛加剧。这种胸痛一般表示已患上胸膜炎，病毒性肺炎甚少有此种胸痛。

病情突趋恶化。

有小量痰，可能含有血丝。

幼儿患上肺炎，症状常不明显，可能有轻微咳嗽或完全没有咳嗽。比较明显的重病症状，可能只是发高热、呼吸急促和下胸内陷。患婴往往面色苍白，无精打采，病态毕露，必须即带他去看医生。

延续时间

细菌性肺炎采用适当的抗生素治疗后，七至十天之内，多可治愈。

病毒性肺炎的病情稍轻，药物治疗无功效，但病情持续很少超过七天。

上述两种肺炎都可能要两三周时间才完全康复。

成因

肺炎双球菌、葡萄球菌等细菌引起。

Q热和鹦鹉热是病毒引起的肺炎的两个典型例子。

上呼吸道的细菌感染蔓延至肺部。

并发病

自从抗生素面世后，并发病已很少出现。肺炎可能复发，也可能引致支气管扩张症。

在家护理

求诊前，卧床休息，多喝开水。

何时去看医生

如有上述的肺炎症状，或呼吸道感染患者的病情突然恶化。

医生会如何处理

检查患者，确定诊断。

安排患者接受X射线检查胸部。

如果诊断是细菌性肺炎，可用抗生素治疗。参阅74页药物常识25。

安排患者再次接受X射线检查胸部，看看是否已完全痊愈。复查对儿童和四十岁以上的患者是必要的，因为肺炎患童容易引起并发病，而四十岁以上患者有些可能已患上肺癌。

预防方法

儿童和上了年纪的人患轻微伤风咳嗽时，应该在家中细心护理，以便预防肺炎复发。

预后

经治疗后，男女老幼患者的预后都良好。

尘肺

煤矿工人吸入大量煤尘而引导的一种肺病。矽肺是一种工业病，患者可向有关当局索取赔偿。

气　胸

肺膜覆盖在肺叶上，正常情况下紧贴内胸壁表面上的胸膜，两者之间只隔一层薄薄的粘液。如有大量空气进入肺膜和胸膜之间，造成肺萎陷，就称为气胸。

症状

胸口突然剧痛，深呼吸或咳嗽时痛楚加剧。

有时肩部也感到疼痛。

呼吸短促，严重时尤为明显。病情轻微则往往没有此症状。

延续时间

肺外的空气逐渐被吸收之后，症状在一至四周后消失。

成因

肺表面出现成因不明的小气泡组织，突然破裂所致，常见于青年人，尤以年轻男性最常见。

肋骨骨折，刺破肺脏。

刺穿胸壁的创伤，也可引致气胸。

在家护理

气胸是一种急症。患者在医生诊治前，应该绝对休息。

何时去看医生

怀疑患有气胸，应立刻找医生诊治。

医生会如何处理

立即安排 X 射线检查或住医院观察。

在肺萎陷的危险消除之前，不断观察患者的情况，或以简单手术排除所积聚的空气。

预防方法

无。

预后

少数病例易于复发。

预后良好。

脊髓灰质炎

一种病毒感染引起的流行病，俗称小儿麻痹症。此病有一段先兆期，在严重的主要症状出现前，先有一些隐约的早期征兆。在这段期间内，有百分之九十五病例可以完全恢复健康。有些患者根本不知道曾患过此病，但已产生免疫力，不会再受感染。脊髓灰质炎由感染者粪便中的病毒传播开来。在缺乏良好卫生习惯的场所，如拥挤的居所、学校和更衣室，特别易于扩散。自从一九五〇年代预防疫苗面世以来，脊髓灰质炎大致上已受以控制。

症状

早期症状是轻微发热，或有类似患流行性感冒的症状，伴有喉痛和头痛，可持续几天。

在少数病例中，患者在五至十天后再次发热，还可能出现脑炎的症状，引起剧烈头痛和呕吐。

患者的神志一直清醒。

脉搏加速。

肌肉抽搐疼痛，大组肌肉痉挛，例如整条腿。

患肢可能麻痹或无力。未满五岁患童常有单一肢体痹，患者年龄越大，病变的肌肉就越多。

在先兆期间内活动多的肌肉，似乎更易于发生麻痹。

呼吸肌或吞咽肌如发生麻痹，可能致命。

潜伏期

两至五天。

延续时间

先兆期症状只持续几天。

脑炎症状或麻痹的持续时间，视乎病变的严重程度而不同。麻痹可能是永久性的。

成因

三种脊髓灰质炎病毒。

在家护理

不宜。如怀疑染上此病，应请医生诊治。

医生会如何处理

安排患者入院以确定诊断。

没有特殊治疗方法。细心护理，加上必要时利用呼吸机施行人工呼吸，有助患者康复。

预防方法

广泛实施防疫注射，可以预防脊髓灰质炎，因此父母应送子女去接受防疫注射。

婴儿在出生后头一年内，服食预防小儿麻痹症的活疫苗三次，同时接受预防白喉、破伤风及百日咳注射，九成婴儿可获得免疫力。

开始上小学及毕业时，再各服食加强剂一次，加强免疫力。

如果要到外地旅行，出发前可向有关当局询问应该采取什么防疫措施。

预后

麻痹是永久性的，但残废的程度则因麻痹的部位及病情轻重而各有不同。

频尿

排尿次数多于正情况的症状。一天的正常排尿次数，可因人、因习惯而有所不同，但成人一天排尿十次以上者，可断定为频尿。成因可能是：一天的总尿量过多、膀胱小（膀胱萎缩）、膀胱炎、前列腺病、神经原性膀胱功能失常、精神性作用等。

红血球增多症

这是血液中的红血球数目日益增多的现象。骨髓制造红血球、白血球、血小板的功能可能同时全部亢进，叫做真性红血球增多症。此外，由于肺部疾病而缺氧，氧不足以充分供应红血球中的激素分泌增加而刺激红血球增多，这叫做绝对

红血球增多症：因腹泄或发高热引起脱水，使血液的血浆量减少，红血球相对地增多，这叫做相对红血球增多症。一般称红血球增多症的，多指真性红血球增多症。

症状

头痛。

面色紫红。

真性红血球增多症患者有脾肿大、血压高。其他二型患者无此症状。

何时去看医生

脸部发红而有头痛等。

医生会如何处理

红血球增多症比较严重的，要放血（用注射器抽掉血液）。

又可用药物治疗。

风湿性多肌痛

一种风湿性疾病，常见于五十岁以上的人。发病突然，患者常难以起床。患者常漠视此病，以为是年老或轻微风湿病所致。

症状

颈部和肩部肌肉疼痛及僵硬，其他关节和肌肉也可能受到侵害。

肌肉无力。

轻征发热或感觉不舒服。

延续时间

六个月至六年。

并发病

动脉炎。

在家护理

不宜。应该先找医生诊治。

何时去看医生

如怀疑患上此病，应立即去看医生。

医生会如何处理

验血确定诊断。

嘱咐患者休息。

给患者服止痛药。

在七至十天内，病情如不好转，或反而恶化，医生可能给患者服食类固醇治疗，疗程为四至六个月。

预防方法

尚无。

预后

如能及早诊断及治疗，预后良好。

一般可完全康复，但常会复发，复发时须再用类固醇加以控制。

多发性神经病变

各种周围神经疾病的通称，又称为神经炎或多发性神经炎。周围神经是把大脑、脊髓与身体各部连接起来的神经纤维。

症状

肌肉无力，并开始萎缩。症状通常最先见于手脚，因手脚肌肉距离大脑最远，通往手脚的神经也最长。

皮肤感到麻木，丧失感觉。这种情况也从手脚处开始。

正常的腱反射消失，如轻敲膝腱或跟腱时没有反射。

延续时间

此病一般可以疹愈，但如果不加治疗，消除病因，病变可能持续下去。

成因

维生素 B_1（硫胺素）不足。

铅、汞或砷中毒及酗酒都会引致多发性神经病变（此病是酒精中毒的特征之一）。

可由多种疾病引起，包括糖尿病、白喉、急性感染性多神经炎、麻疯和许多病毒感染疾病。

在家护理

不宜。应找医生诊治。

如四肢持续麻痹，则有必要为患者提供物理治疗及居家护理。

何时去看医生

如有上述症状出现。

医生会如何处理

检查神经系统，包括膝反射及踝反射。

在皮下插针测量神经传递信息的速度。

验血以证实是否维生素不足、中毒、酒精中毒或患了糖尿病。

治疗方法视病因而定。

预防方法

饮食要包括全麦面包、糙米、壳类食物等，以防摄取维生素 B_1 不足。避免过量喝酒更会减少患多发神经炎的危险。

预后

多发性神经病变往往是其他疾病的一种症状，消除原发病因，就会痊愈。

结肠息肉病

息肉是粘膜上的良性肿瘤。生在结肠粘膜上的，称为结肠息肉病。此种肿瘤有单发的和多发的，呈扁平形或带有长短不一的瘤蒂。

症状

大便时出血。

直肠和肛门流出粘液。

轻征腹泻。

成因

单一个或一小簇息肉是肠膜上的腺细胞功能失常所致。

家族性腺瘤息肉病似乎有遗传的倾向。有些患者十多几时长出息肉，但一直到三十多岁出现粘性分泌物等症状时才发现。

各种炎症，如清疡性结肠炎、局部性回肠炎、阿米巴病等。

并发病

极少数情况下，息肉会变成肠癌。

在家护理

不宜。

何时去看医生

大便习惯如有改变或排出血液或粘液，持续两周以上。

医生会如何处理

建议患者进医院接受专科检查，可能要接受X射线检查和内窥检查，把仪器插进结肠内观察有无息肉及其病变范围。医生在检查时可将肠道下段的息肉切除。

息肉如生在肠道上端、分布范围很广或数量太多，则可能施外科手术切除病变的肠道。

如确诊为家族性息肉病，医生会建议患者的直系亲属到医院检查，以便及早治疗。

预后

经过适当的外科治疗，避免恶化成为癌，结肠息肉病患者可望完全康复。

吡咯紫质沉着症

一组罕见的遗传病，因吡咯紫质（红血色素分解的产物）代谢紊乱而起。吡咯紫质沉着症可在肝内（肝性吡咯紫质沉着症），也可在骨髓内（造红血球性吡咯紫质沉着症）发病，或在两处同时发病。特征是尿变色，放置一个小时左右尿转为暗褐色；皮肤对阳光敏感，引起水疱性皮疹；腹痛、精神障碍；神经炎等。此病无特效治疗方法，患者须注意避免使用引起发作的药物，包括某些麻醇剂、巴比妥类、氯喹、避孕丸和磺胺。

酒色斑

皮肤上一种扁平的暗红色斑块，面积可大可小，出生时就已经存在，又称为胎痣。酒色斑除了随儿也有危险，而且可能会体型细小或早产：严重的初期子痫有时甚至可能造成死产。

在家护理

妊娠期间，遵照医生的指示休息、钦食和服食镇静剂。

何时去看医生

一旦出现任何不正常症状时。

医生会如何处理

定期量血压、称体重及检查小便。

指导患者休息、调节饮食和服食镇静剂。

如在家护理无效，送患者住院治疗。

预防方法

孕妇如跟医生或助产士紧密合作，认真遵照他们的指示去做，那么即使不能预防全部疾患，也可大为减少患病的危险。

预后

如认真依产前护理方法去做，预后良好。

月经前紧张

这些症状无害，但令人烦恼，常在月经前出现。生育期中的妇女，多半会在某些时间患上月经前紧张，这是妇女一生中无法回避的，只好容忍。

症状

情绪不定、烦躁易怒、哭泣、无精打采、头痛及疲劳，这些变化常引致心烦意乱，极易与人发生争执。

乳房疼痛、背部及腹部不适。

体重轻微增加。

症状常在月经前十天内出现，月经开始后不久即消除。

延续时间

一般持续约两至七天。

成因

月经前紧张是因雌激素平衡的自然变化而引起的，这些变化会导致体液积聚。

在家护理

如果家人、朋友或同事不能了解这些情绪变化非个人所能控制，患者应该向

他们解释月经前紧张的性质，使他们明白她的情况，体谅她。

患者应设法调整日常工作，使自己在月经前十天内不致受到特别压力。

有些妇女认为，做运动或瑜伽会自觉身体健壮和精神松弛，因而可以减轻紧张。

何时去看医生

如果症状严重，无法忍受，或影响正常活动。

医生会如何处理

给患者服食利尿药片，使尿量增加，从而排出积聚的体液。

给患者服食合成的激素药片，或使用合成的激素阴道栓剂。

预防方法

无。

预后

症状在几年后或一次妊娠后可能会消除。

异常勃起

这是指阴茎持久勃起，通常连带有疼痛，但是跟性行为无关。在睡觉时有此现象是正常的，但如果异常勃起引起疼痛、焦虑或在其他时间发生，就应该去看医生。

痱　子

痱子是一种非常刺痒的皮疹，在炎热潮湿的天气中特别容易患上。此病可轻可重，轻者仅有些不适，严重的则可影响至不能工作。婴儿及胖子特别容易发病。

痱子在医学上称为红色粟粒疹。

症状

皮肤上出现许多小丘疹或小水疱。在皮肤的皱褶处，或为衣服紧箍着的部位，最易出现。婴儿的头项、胸部、腹肌沟和腋窝等处，也是易生痱子的部位。

延续时间

除非天气转凉或患者迁移到气候较凉的地方，否则痱子可能继续存在。

成因

在炎热潮湿的情况下，因大量出汗而引致皮肤细胞肿胀。

皮肤细胞肿胀以致阻塞汗管。

在家护理

改穿宽松的衣服。

中午时躺在风扇下纳凉，或可避免不断出汗。

多洗澡，用凉水及小量肥皂。

患处可涂炉甘石洗剂（俗称痱子水），或含千分之四苯酚的酒精溶液。

此病并无简单有效而又快捷的疗法。

何时去看医生

如果刺痒难以忍受。

如果嗜睡及软弱无力。

医生会如何处理

如何患者十分衰弱，各种症状又很严重，便要送进医院治疗。

预防方法

天气炎热时避免穿紧身衣服。

易生痱子的人应留在凉爽的环境中，或每天中午在凉爽的地方休息一下，避免连续出汗太多。

预后

天气转凉时，皮肤会很快恢复正常。

原本性心理治疗

此种疗法的理论基础是，假设神经过敏行为是在出生之前、刚出生时或童年时期心灵受过创伤所致。治疗方法是先将患者隔离三周，然后让他加入一个心理治疗小组，在心理治疗师的引导下，使患者忘却创伤的经历，从而摆脱自己的神经过敏行为。在治疗过程中，患者常会真情毕露，还会发出所谓原始的痛苦呼喊。

普鲁卡因疗法

1960年代初期，一项来自罗马尼亚的报告，阐述普鲁卡因治疗老年人的功效，据称老年人接受盐酸普鲁卡因注射后，停止衰老。

这种治疗方法一度大为流行。数年后，医学界作出进一步的科学观察和研究，发现其疗效并不比注射蒸溜水好。盐酸普鲁卡因只不过可以使接受治疗的人"自觉"好一点，这相信是与某些作用于脑的抗抑郁药的功用相似，即改变脑中某些神经传递质的含量。

虽然有了这项科学发现，目前这种疗法在某些地区仍很流行，如在香港、台湾及东西亚许多地方，但正统的医生则从没广泛应用过。

直 肠 炎

直肠炎是直肠粘膜发炎。

症状

直肠不适。

频频想排便，又排不出粪便，这种症状称为里急后重。

腹泻，粪便中可能带有血液、粘液和脓。

排便时疼痛，便后可能有更剧烈和不自主的疼痛性肌肉收缩，并且又想去大便。

延续时间

因成因而异。

成因

直肠炎可能是溃疡性结肠炎及局部性回肠炎的并发病。

阿米巴病及淋病等感染侵袭直肠。

因附近器官生癌而进行射线治疗，可引起类似直肠炎的症状；某些药物或损伤，也可引起同样的症状。

并发病

直肠狭窄。

直肠壁发生裂隙。

直肠壁可能出现瘘管，通入膀胱或阴道。

痔。

在家护理

服食止泻剂及解痉剂可缓解较轻微的症状。

何时去看医生

如果长期腹泻。

如果粪便内有血液、脓液或粘液。

医生会如何处理

找出原发病，对症下药。

给患者使用含类固醇的栓剂或灌肠剂，放入直肠内一夜。

给患者服食解痉剂。

给患者服食一种磺胺抗生素。

预防方法

如能发现成因，就有可能防止直肠炎复发。

预后

因成因而异。

脱出

身体某部分的组织向前、后、一旁或向下移位，称为脱出。最常脱出的部分是椎间盘（椎间盘脱出），女性则为子宫、膀胱和直肠。

预防治疗

这种治疗的目标在于预防疾病。例如用免疫的方法来预防白喉、脊髓灰质炎和其他疾病，以及清除牙齿上坚硬的牙垢以防发生齿龈疾病。

前列腺素

一种存于前列腺、脑、子宫、精液等身体组织及体液内的物质。前列腺素具有多方面的功能。举例来说，可影响流过肾脏内的血液，以及在月经期间刺激子宫收缩。医生可利用前列腺素药剂诱发流产及催生。

前列腺肥大症

精液中的一部分液体是由前列腺产生的。前列腺是一个像李子大小的器

官，位于膀胱下方，尿道通过它的中心。男性在五十岁以后，前列腺常会变大，可增大到像苹果那样大小，以致阻碍尿液通过。前列腺还可能生恶性瘤。

症状

排尿不畅。

每次排尿时尿量很少。

尿频，尤其在夜间。

排尿后仍感到膀胱未完全排空。

阴茎长时间勃起，并感到疼痛。

完全不能排尿。

延续时间

可持续多年，有时只出现轻微策状。

成因

老年人的前列腺可能有生长缓慢的囊肿，压住膀胱及尿道。

膀胱感染。

喝酒可能加重病情。

在爱护理

排尿后阴茎滴尿，弄湿内裤，以致发出异味，令患者非常尴尬。在每次排尿后，用一只手从阴囊后两到三寸（五十至七十六毫米）处用力向前及向上按压尿道，而且另一只手像挤奶一样把最后一滴尿从阴茎挤出，就可以避免或减轻这种小便后滴尿的情况。

如果排尿困难，患者坐在热水浴盆内排尿，也许较为容易。

何时去看医生

如果症状轻微，可按一般预约时间去看医生。

如果小便失禁，应在二十四小时内去看医生。

如果完全不能排尿，应马上去看医生。

医生会如何处理

验尿及验血。

从肛门内检查前列腺。

送患者到医院检查。

预防方法

少喝酒。

不要忍尿，不可让膀胱过度充盈。

预后

有些病例可持续多年，只偶尔出现一些轻微症状。但是，也有些较严重的病例可能要施手术。如果生有肿瘤，则可能要用激素治疗，以控制肿瘤增长。严重者，切除前列腺，预后良好。

前列腺炎

前列腺发炎可为急性或慢性，两者的症状及治疗大致相同，但慢性的持续时间较长，治疗效果也较差。

症状

排尿时生殖器疼痛（多为灼痛）。

排尿时下腹疼痛，往往在排尿后也不消失，持续一段时间。

昼夜的小便次数都比平时增多，往往突然想排尿，难以控制，甚至来不及去厕所。

尿液可能混浊、带血，还有鱼腥味。

发高热。

在肛门与阴囊之间的部位有痛性肿胀，或感到沉重不适。

也可能没有什么症状，只在作例行验尿时才发现前列腺受到感染。

全身健康情况欠佳。

延续时间

如果不加治疗，急性前列腺炎通常持续一周或更长时间。

慢性前列腺炎可持续多周或多月。

成因

常见的成因是肠道内的一种细菌进入尿道，并且侵及膀胱内。

最近有人认为，在膀胱充满尿液时缓跑，会迫使尿液进入尿道及前列腺内，引起刺激，致前例腺发炎。

便秘。

患急性前列腺炎之后、曾经使用导管，或者尿道内有异常情况（如泌尿道结石、狭窄或先天畸形等），都可引发慢性前列腺炎。

并发病

如果不加治疗，感染可扩散到睾及附睾，引致发炎。

可能引起膀胱炎。

可能引发肾盂肾炎，不过较为少见。

在家护理

卧床休息。

喝大量不含酒精的饮料。

何时去看医生

如有上述症状出现。如果症状十分严重、尿中带血或有其他变化时，就要立刻去看医生。

医生会如何处理

验尿，检查是否含有细菌及脓液。

作直肠检查。

给患者服抗生素。

如治疗无效，转请专科医生诊治。

预防方法

避免便秘，勿长时间不喝水。

膀胱胀满时不要缓跑。

预后

急性前列腺炎如经治疗，五天内可以痊愈。

慢性前列腺炎即即使加以治疗，效果也较差，而且常可复发。

牛 皮 癣

一种反复发作的皮肤鳞屑疹，通常在五到二十五岁之间发病。牛皮癣不是传染病，不会影响患者的日常生活。

症状

皮肤慢慢出现一些红色斑点，上面盖着一层鳞屑：约有三分之一患者有轻微

痒感。

几个斑点融合一起，其直径可达两、三寸（五十至七十六毫米）。

大斑点呈深红色，上面盖有银色鳞屑，这种鳞屑可以刮去。斑中央的皮肤可能恢复正常，而留下形状怪异皮疹。

有时皮疹出现得很突然（尤其是儿童患者），长在躯干及四肢，形成多个小圆斑，面部则很少受到侵袭。这种发作方式的牛皮癣称为滴状牛皮癣，可在任何普通疾患之后出现。

指甲起凹坑及破损。

头皮可能有很厚的痂皮，并有脱发。

可能引致关节炎。

牛皮癣可在疤痕及新的伤口上形成。

延续时间

这种皮肤病虽然可以疹愈，但常会终身反复发作。

成因

未明，但有些病例是遗传性的。施皮肤手术后、链球菌感染、忧虑以及某些药物，都可诱发此病或加重病情。

并发病

有百分之五患者可并发关节炎，多侵入双手关节。这种关节炎与风湿性关节炎相似，但是比较轻微。

在家护理

并无有效的在家护理方法，须找医生诊治。

何时去看医生

一发现皮疹即应去看医生。

如果牛皮癣复发，对以前用过的治疗方法不起反应。

如果用二痉基蒽酚软膏后出现疼痛、不适或潮湿的现象。

医生会如何处理

向患者解释病情及治疗方法，以便发作时患者可以自行处理。

给患者涂敷煤焦油或二羟基蒽酚软膏，这两种药最为有效，但会染污衣服及被褥。

在牛皮癣上涂敷类固醇乳剂，外盖以聚乙烯薄膜，疗效无疑甚佳，同时很容易弄污衣服；但在治疗后牛皮癣仍很易复发。还可产生副作用，因此这种治疗应在医生的密切监察下进行。

皮肤病变面积大，安排入院接受更有效治疗。

紫外线对治疗此病有效，但要冒多年后引致皮肤癌的危险。

预防方法

无。

预后

虽然可能长期有一、两片疹块不能痊愈，但大多数患者会顺其自然，很少要去看医生。

精神病态

经常在行为上悖于社会既有规范的人。常被人笼统地称为精神病态者。医生往往也不明白这些精神病态的成因，因而得以治愈的也极少。但也有成因明确的病例，例如因滥用海洛英成瘾而行为异常。

精神病

精神病一辞包括精神分裂症、痴呆、躁郁病、酒精中毒、滥用成瘾药物等严重的精神疾病。精神病患者的特征是对自己的病况一无所知，根本不了解自己有病。患者与现实生活脱节，不能再过以前那种较为正常的生活。

虽然在所有因精神疾患而求诊的病例中，精神病仅占百分之一，但精神病医院的大部分住院病人，患的都是上述精神病。

心身疾患

心身疾患是指身体出现一些症状，其发病和延续时间与心理的变化有密切关系。不论是谁，遇到不安时心跳会加快，手掌会渗出汗来。这是感到不安后，在自律神经的作用下分泌出一种叫做肾上腺素的素，以致心跳加快和身体产生各种变化。强烈的不安、纠葛、郁悒等突然加剧或逐渐增强的时候，原来的生活方式和遗传体质等与上述因素产生综合作用，肉体便出现疾患。心身疾患通常易与神经系统疾病和精神疾病混淆。但神经系统疾病和精神疾病主要表现是不安、郁悒、幻觉、妄想等精神方面的症状，心身疾患则以身体方面的症状为主，例如高血压、脉搏加速、腹泻、溃疡等，两者是可以区别的。

种类

典型的心身疾患如下：

皮肤方面：过敏性皮炎，荨麻疹，神经性皮炎，皮肤瘙痒症，圆形脱毛症，多汗症等。

肌肉、骨骼方面：慢性风湿性关节炎，斜颈，手指痉挛，肌肉紧张性头痛等。

呼吸系统方面：呼吸急促，支气管哮喘等。

循环系统方面：心绞痛，心律不整，自杀性高血压，偏头痛等。

消化系统方面：胃溃疡，十二指肠溃疡，溃疡性大肠炎、贲门及幽门痉挛，慢性胃炎，神经性食欲不振，肥胖等。

生殖和泌尿系统方面：月经失调，性冷感，阴痿等。

内分泌方面：突眼性甲状腺肿，糖尿病，甲状腺机能减退等。

感官方面：青光眼，眼睛疲劳，眼睑痉挛等。

症状

根据病患的类型而有各种表征。参阅本部分有关的条目。

延续时间

心身疾患的症状，包括一次性发病以及转为慢性，有很多种。一般说来，与环境的因素相比，倒是性格上的、体质方面的因素更易导致病状慢性化。心身疾患的某些症状是很轻的，也容易消失，但如果诱发病症的心理问题不消除，就容易产生其他的新症状。

成因

并不是说以上各病在各种情况下都与心理的原因有密切关系。不过，多为心理影响发病并波及病变的整个过程，因此一般称为心身疾患。

在家护理

患者周围的人要设法减轻施于患者身上的精神压力。此外，患者一旦知道自己患病是心理作祟后，便会认为自尊心受到伤害，甚至会出现类似神经过敏的误解行为，因此周围的人应该尽力使患者认识到心身疾患是人人都会有的一种自然反应。

何时去看医生

认清症状后，应立即诊治；或者在症状尚不十分明显而只是感觉到有这种先

兆时，就请医生诊断。

医生会如何处理

医生会根据症状的类型、状况，做内科处理、药物治疗或食物治疗等。出现溃疡等症状的，有时也须采用外科手术来治疗。设法促使患者精神安定的精神治疗，以及给患者服食宁神剂等，也是十分重要的疗法。医生可能叫患者去看精神病专家。

小儿牵曳肘

患此病的儿童臂部疼痛，不能活动自如。小儿牵曳肘多因外伤引起，例如，走路较快的成人拖着小孩的手走路，由于小孩前臂的桡骨尚未完成发育，顶端处便容易发生部分移位，造成牵曳肘。此种脱位可由医生用推拿术加以整复，过程中不必施行麻醉。在感到桡骨顶端滑回原位时，有时可以听到咔嗒一声。

肺血管栓塞

肺内血管的阻塞，通常都是由血凝块引起的，有时导致栓塞的也可能是脂肪（在骨折之后发生）或空气（例如在潜水意外或把空气误入静脉等情况下），但不论造成栓塞的东西是什么，都称为栓子。

症状

异常的呼吸浅。

突然发生咳嗽。

胸痛。如果病情轻微，疼痛常只在胸的一侧发生，患者尚可控制自己的呼吸；但如果栓塞范围大，胸痛便可能很严重，有压缩感，并局限于前胸。

嘴唇变紫。

可能咯血。

如病情非常严重，可能出现休克现象，或不省人事。

发作后常有发热。

延续时间

通常在数周内血凝块即会消散，受损的肺也会随着复元。

成因

身体某处静脉发炎，出现血凝块（血栓性静脉炎），血块可能脱落，顺着静脉

流动，通过心脏进入肺部，便造成肺血管栓塞。血栓性静脉炎最常发生于下肢的静脉内，在受伤、动手术或分娩后，下肢活动受制，最易发病。骨盆静脉也会经常发生血栓性静脉炎，多发生于腹部手术之后。有些人及家族特别容易患上此病。

在家护理

在去看医生前，采取最舒适的姿势休息。

何时去看医生

症状一旦出现。应立刻去看医生。

如果在患其他疾病期间，或在分娩、手术之后数天或数周，出现呼吸系统毛病，例如咳嗽、胸痛、呼吸浅促及咯血等。

医生会如何处理

对病情轻策者：

用 X 射线检查胸部。

给患者服用抗凝血剂及其他能影响血液凝结的药物，以防止进一步形成栓子。

对病情严重者：

送患者入院接受输气及抗凝血治疗，必要时施外科手术除去栓子。

预防方法

在开刀、受伤和分娩之后，在床上及离床后都尽可能多做活动。

某些手术可能会引起血栓性静脉炎，在开刀之前，先给患者服食抗凝血剂。

发作过一次以上的人，可能须长期服食抗凝血剂。

预后

大栓子可引致突然死亡。

较小的栓子可以自行痊愈，不会留下任何永久性的损伤。

十分细小的栓子是无害的，通常自行痊愈也不自知。

肺纤维变性

因各种疾病而导致肺中纤维性组织异常增生的病变。有局限在肺泡范围的，称为间质性肺纤维变性，也有范围广泛的，称为弥散性肺纤维变性，特别是后者，要认真治疗。

症状

肺纤维变性局限于肺泡范围内的，多无症状，只有导致此病的疾病的症状可见。

纤维变性严重的，可有咳嗽、多痰、行动时气喘等。

成因

简质性肺纤维变性：肺炎，支气管扩张，肺结核，放射线照射。

弥散性肺纤维变性：慢性支气管炎，肺气肿，尘肺等，也有原因不明的。

在家护理

不宜。

何时去看医生

如果咳嗽，多痰，行动时气喘。

预后

如果纤维变性急剧地扩展，预后情况则大都不良。

肺水肿

患有某种心脏病，到病情恶化时，左心室功能不全，肺静脉的血液不易循环流回左心房去，因此肺里的血液瘀积。渐趋严重后，血液中的血浆成分由毛细血管渗入肺组织。这种情况就称为肺水肿。

易诱发肺水肿的心脏病，有僧帽瓣和主动脉的心脏瓣膜病、高血压性的心脏功能不全、瘀血型的心肌病等。

症状是呼吸十分艰难，致使很多患者无法躺下来，只能坐着；同时，会咳出粉红色（带有血液）的痰液。这是很严重的病症，需要立即进住设备完善的医院治疗。

紫　癜

皮肤和粘膜出现血斑（紫斑）的病。有血球中血小板减少而导致的血小板减少性紫癜，也有因血管壁薄弱导致血管病变而出现的紫癜。

症状

皮肤或粘膜出现瘀血斑块，这是共有的症状，还可另有下列症状。

血出血。

刷牙后出血。

月经过多。

血小板减少性紫癜：

由于患者免疫功能异常，使自身对血小板产生了抗体，血小板便纷纷遭受破坏而减少，导致“特发性血小板减少性紫癜”。急性患者多是儿童，时好时坏的慢性患者多是成人，女性比男性多。至于因急性白血病、再生障碍性贫血等导致骨中的血小板减产，则称为“续发性血小板减少性紫癜”。

由血管病变导致的紫癜：

过敏性紫癜又叫亨诺克氏神经性紫癜，患者皮肤上出现紫斑，同时伴有强烈的腹痛，还有便血现象。大多有关节痛发生。单纯性紫癜患者多为女性，有少量一厘米大小的紫斑在下腿部出现又消失，消失又出现。老年紫癜是因皮下组织萎缩，在手背等处的大范围内出现紫斑。这些都无须特别治疗。

何时去看医生

皮肤或粘膜有多处出现出血瘀斑时。

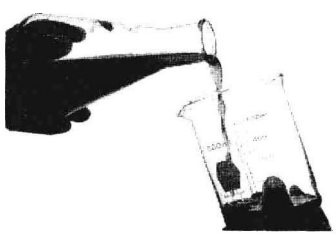
脓

脓是身体抵抗细菌感染而形成的黄色液体。脓内有可与细菌作战的白血球、已死和活着的细菌、被细菌破坏了的组织碎屑，以及血凝固后留下的水样液体血清。脓可在身体内部或表面形成。

肾盂肾炎

这是一个或两侧肾脏因感染而引起的炎症。肾盂肾炎有急性及慢性两种：急性肾盂肾炎只持续数天，慢性肾盂肾炎如果不加治疗，则可能持续多年，而且有时可引致肾衰竭，甚至死亡。

膀胱炎或泌尿系统先天畸形等疾病，可促使肾盂肾炎恶化。



急性肾盂肾炎

症状

腰背及两个突然疼痛，有时还有下腹痛。

尿频。

往往发高热，开始时还有剧烈的寒颤。

婴儿和幼童可能只是面色苍白、发热及不适。

成人可能连带有膀胱炎的症状。

孕妇可能没有任何症状，只在做产前例行检查时才发现患上此病。

延续时间

用抗生素治疗，大多数病例在十四天内可以治愈。

成因

细菌感染。通常是随其他疾病而继发，如前列腺肥大症、膀胱炎或尿道先天畸形等。

在家护理

喝大量流质。

卧床休息。

服适量止痛药。垫高床尾大约六寸（一百五十毫米）也有助于减轻剧痛。

何时去看医生

如有上述症状出现。

医生会如何处理

验尿。

给患者服抗生素。

安排患者接受 X 射线检查：如有其他疾病的症象，便转请专科医生诊治。

预防方法

治好膀胱炎或其他可引致肾盂肾炎的疾病。

预后

用抗生素治疗后，大多数病例可在十数天内痊愈。如果细菌能抵抗抗生素，或患者有尿道畸形情况，则急性肾盂肾炎可能会转为慢性。治疗后应经常验尿，一直到尿中无菌为止。

慢性肾盂肾炎

症状

与急性肾盂肾炎相同。

有时出现高血压或肾衰竭。

婴儿和幼童看来似有隐病，体重不增。

延续时间

除非加以治疗，否则一直持续下去。

成因

与急性肾盂肾炎相同。

老年人的急性肾盂肾炎特别容易转为慢性。

并发病

年轻患者的肾脏可能受到损害。

可能形成结石。

在家护理

与急性肾盂肾炎相同。

何时去看医生

如果症状复发（或治疗后仍持续不愈），为时二三周以上。

医生会如何处理

检查患者的血压及尿液。

安排患者接受X射线检查，如果发现有别的疾患，则转请专产医生检查及治疗。

规定患者进食低蛋白质的饮食。

预防方法

用抗生素治疗膀胱炎或急性贤盂肾炎的疗程结束时，一定要验尿，以检查是否完全康复。

预后

只要病人能认真地接受治疗及检查小便，预后一般良好。但若有以下情况，预后就可能较差：患者年老、细菌对抗生素有抵抗力、一肾或两肾受到广泛损害，或有先天性畸形。

幽门狭窄

幽门是强力的肌肉瓣膜，位于胃部出口处，可控制食物向下进入十二指肠及

小肠的活动。幽门狭窄就是此肌肉环出现梗阻，此病有一型特别容易在婴儿中发生。

症状

腹部阵痛。

胃部剧烈痉挛，连带呕吐；呕吐量多，且为喷射性，即呕吐物向外喷出，可达体外数尺之处。

在数小时甚至数天前吃下、已部分被消化的食物残渣，也可在呕吐物内发现。

体重减轻及脱水。

以前曾患十二指肠溃疡。

延续时间

成年人患幽门狭窄，多是十二指肠溃疡患者，即使溃疡愈合后，幽门狭窄仍可持续。

成因

活性十二指肠溃疡周围的炎症侵袭幽门。长期存在、已经结的溃疡，更易造成此后果。

并发病

因呕吐而使身体失酸过多，可导致血中含钙不足，引起肌肉搐搦症。

在家护理

少吃多餐，忌吃油腻、辛辣及酸性的食物。面包、饼干及温牛奶是最合适的饮食。

解酸剂有助溃疡愈合，因而可减轻炎症。

何时去看医生

如发生持续或喷射性的剧烈呕吐。

如果胃痛反复发作。

医生会如何处理

给患者服食解酸剂及解痉剂。

给患者作 X 射线胃肠检查。患者事前要服下一些可阻挡 X 射线的钡剂，以便显出幽门的轮廓。

可能还须用胃镜(一种可直接窥测胃内情况的仪器)检查。检查时从口腔插入胃镜,会使患者略感不适。

严重的病例可能须要施手术。

预防方法

如能适当治疗十二指肠溃疡,即可防止形成引致幽门狭窄的疤痕。

预后

经治疗后,预后良好。

婴儿幽门狭窄

男婴(尤其是第一胎)患此病比女婴多三倍。

症状

出生后第二到第六周开始呕吐。

呕吐加剧,每次喂奶后都喷出奶液。

呕吐物不会染有正常的黄绿色胆汁。

体重不增加。

婴儿常便秘,常因饥饿而哭闹。

延续时间

如果不加治疗,会一直持续。

成因

胃的出口处(幽门)发育过度。但成因未明,可能跟遗传有关。

并发病

如果不加治疗,婴儿可能因饥饿及脱水而产生严重后果。

在家护理

不宜。

何时去看医生

如婴儿反复呕吐,或发生喷射性呕吐。

医生会如何处理

触摸患婴右侧肋骨边缘之下部位,看看幽门有无异常;如果在婴儿安静地吃奶时进行检查,很容易就可感觉出来。

即使只有些微怀疑婴儿患上幽门狭窄，医生也会建立患婴住院接受观察；如果诊断是此病，可能须施外科手术治疗。

预防方法

无。

预后

病情轻微的，可能会自行痊愈，或只须药物治疗及观察；严重的则须施外科手术治疗，手术后可完全康复。

齿槽脓漏

使牙齿固定于颌骨齿槽的组织会受到感染而发生病变，其中有一种慢性牙周炎，叫做齿槽脓漏。患者齿龈流脓，固定牙齿的齿槽骨萎缩，致使牙齿松动，甚至脱落。这种病是由齿龈炎引起的，一般相信，十个成人中有八、九个患有这种病，只是病情轻重不同而已。

成因

难刷及的齿龈以及牙齿间的缝隙上附有牙垢，渐渐在牙齿周围积成牙石。由于附在牙垢上的细菌引起炎症影响以及牙石的机械性刺激，齿龈就会发炎。

不合适的补牙填料和假牙、牙齿排列不整齐、用口呼吸等都容易引起此病。

症状和延续时间

起初出现边缘性齿龈炎，随着牙垢和牙石不断刺激，渐渐恶化。虽然尚无症状出现，也没有疼痛感，但是齿龈边缘慢慢充血、红肿，刷牙和嚼食物时，齿龈会出血。

若不理会牙齿周围的牙垢和牙石，齿龈会因积血而发肿。

齿龈的炎症逐渐向周围和深处扩展，出血和流脓情况日趋严重，还会有口臭现象。

牙槽骨萎缩渐变严重后，牙齿开始松动，无法用力咬嚼食物。

在慢性疾病或感冒等影响下，全身的抵抗力减弱，则病状急转直下，牙齿周围会产生脓肿。

最后牙齿脱落。

并发病

病情恶化时，会招致齿槽脓肿、齿槽骨膜炎，甚至引起齿槽骨髓炎。

多数牙齿会一次脱落，或者像梳齿断折似的渐次自行脱落。颌部便因齿槽沟平坦而难以安装假牙，这可以说是此病留下的后遗症。

在家护理

如在咬苹果或刷牙时发现齿龈出血，要特别注意，不可疏忽牙齿和口腔的清洁。

一般说来，每次餐后必须刷牙，可预防或刷除牙垢，同时能改善齿龈的血液循环，增强齿龈的抵抗力。

采用上下刷法和平面清扫法刷牙，既能预防齿槽脓漏，又有效预防龋齿，因此应当学会正确的刷牙法。

在日常生活中养成一天三次、餐后三分钟内、刷牙三分钟的习惯极有好处，是保护牙齿、预防牙病的有效法门。

何时去看医生

至少每年定期检查一次，注意检查龋齿和齿龈上牙石和牙垢的附着状况。

齿龈变红、发肿、出血等现象都是不良症兆，所以用镜子观察到其中任何一种症状，就立即请牙科医生诊治。

医生会如何处理

局部疗法是彻底去除牙垢和牙石，控制炎症。齿龈脓肿颇深时，要做外科放脓手术，完全去除附在齿龈边缘的牙石。

此外，要减轻牙的负担，或调整咬合不正情况。一直有牙齿松动现象，可能要固定相邻的牙齿来制止动摇。其余症状是根据实际情况治疗。

预防方法

治好牙齿互相压磨的现象，修整不合适的填料或假牙，彻底保持口腔清洁，养成良好习惯。

预后

如能经常保持牙齿和口腔清洁，根除口臭，齿槽脓漏大致上是能够控制和预防的。

Q 热

Q 热是绵羊、山羊及牛的传染病，由列克次体引起。列克次体是介乎细菌与病毒之间的微生物。人类如果与患 Q 热动物的排泄物接触，或喝下这些动物的

奶，就可染上此病，但Q热不会直接由一个人传染给另一个人。此病潜伏期为十九天左右，症状包括发热、头痛及全身无力；随着数天可能发生肺炎，体重下降，但以后可完全康复。治疗方法主要是使用抗生素。特别容易被动物传染Q热的人，如屠宰场、制革厂及牛奶场的工人等，可先接受预防注射。

检疫

为了避免传染病传播，须要采取把传染病（例如天花、伤寒等）患者或跟患者接触过的人加以隔离的措施，就是检疫。被隔离的人要在医院里接受观察一段时间，观察期长短则视传染病类型而定。

扁桃体周脓疡

扁桃体周围的粘膜下面形成脓肿，就是扁桃体周脓疡。

症状

吞咽、说话及张嘴都感困难。

喉痛，主要在喉部一侧，可蔓延至耳部。

颌部肌肉痉挛。

发高热。

延续时间

如果不加治疗，脓肿在四至十天内就会破裂。

如经治疗，可迅速痊愈。

成因

扁桃体炎。扁桃体炎发作时，细菌可能向四周蔓延，在一周内即可引起扁桃体周脓疡。

并发病

扁桃体周脓疡可能复发。

在家护理

多喝水。

服止痛药。

如病情严重，应卧床休息。

何时去看医生

二十四小时之内。

医生会如何处理

给患者服抗生素。

切开脓肿，放出脓液，征状即可消除；这种手术通常在局部麻醉下施行。

预防方法

使用抗生素治疗扁桃体炎，以免引发扁桃体周脓疡。

很多医生主张在扁桃体炎消退后切除扁桃体。

预后

治疗后预后极佳。

如果不切除扁桃体，此病可能复发。

狂 犬 症

狂犬症是种危险的传染病，由狂犬症病毒引起，这种病毒由动物传播，尤以狗和狐最常见。狂犬症又称恐水病，因为患者对水发生恐惧的表现，是狂犬症最突出的症状之一。人给患有狂犬症的动物咬伤，便会受到传染。病毒会直接由伤口进入脑部，引起脑炎；伤口越靠近脑（如脸、颈等部位），病毒入脑的路程就越短，因此越须迅速治疗。在症状出现之前，伤口通常已经愈合，但仍有些发红及发炎。症状一旦出现，治疗就无效了，患者往往在四天之内就会死亡。除了英国、斯堪底纳维亚半岛、澳洲、日本及南极洲之外，世界上大多数地区都有狂犬症发生，每年约有一万五千宗之多。

症状

在被咬伤的地方愈合之后，出现发热、头痛、喉痛及肌肉痛等症状，跟着伤口疼痛或麻木。

一至四天后，患者开始烦躁不安。

精神混乱，产生幻觉。

肌肉痉挛、背颈僵硬、惊厥及身体上某些部位麻痹。

因唾液过多，且吞咽困难，以致嘴里产生很多泡沫。

试图吞下唾液或喝水时，喉部产生痛性痉挛，连带有一阵恐惧反应。

潜伏期

从十天到一年以上不等，但通常为二十至九十天。

儿童若面部被咬，潜伏期最短。

成因

狂犬症病毒。

何时去看医生

如果怀疑被患有狂犬病的动物咬伤，应该立刻去看医生。

医生会如何处理

如果确定有患上狂犬症的危险，须在症状出现之前进行一连串注射。

预防方法

阻止息狂犬症的动物进入无此病发生的地区及国家，是唯一可行的预防方法。此项工作可由海关人员严格执行。

兽医等易被传染的人，或要到有狂犬症发生的地区居住的人，都应接受预防注射。

射线病

世界不少地方现已采取极谨慎的措施，预防人体受到放射性物质的伤害。虽然如此，仍免不了发生意外。自开始使用核能发电机起至一九七五年止的三十年中，由于违反核能安全守则，全世界已有将近三十人受到射线的严重伤害，其中七人死亡。

人体经大量射线照射后，那些快速繁殖生长的组织细胞特别易受破坏，如淋巴细胞、睾丸、卵巢、骨髓（造血的组织）、阴膜、皮肤和其他器官上的粘膜。

人突然受到大量射线照射受伤，就会觉得恶心，并会呕吐和腹泻。如果这些症状在数天内消失，可能在二三个星期后造成感染、贫血和出血，这是因为已经制成的血细胞和凝血因子并不会受射线影响而失去功能。如果造血组织已遭受射线破坏，到这些旧血细胞和凝血因子的功能消失后，骨髓细胞已不会繁殖加以补充。损伤严重的，可能死亡。受伤较轻的，可能月经不来、毛发脱落、皮肤溃烂，或生白内障；多年之后，似乎比一般人更易患癌症。

射线疗法

X 射线及其他放射性物质，常用来治疗癌症，一般与抗癌药物并用。射线疗

法的基本原理是，生长快速的癌细胞比生长较慢的正常细胞更易受射线（以及扰乱其增殖机制的药物）破坏。接受射线治疗的人多半会暂时感到恶心和不适，这些症状通常在数天内自行消失。

鼠咬热

这是一种因被有病的鼠类咬伤而引起的疾病。在被咬一至二十八天之后，患者开始发热，还连带有淋巴结肿块，或者关节痛、头痛及呕吐，有时也出现皮疹。治疗可用抗生素。此病在亚洲一些地区甚为流行。

雷诺氏病

一种见于手、手指及脚的疾病，患者是对寒冷过度敏感的人。

症状

手及手指（有时还有脚部）发白，断而转为发紫。到血液循环恢复后，皮肤发红。

麻木。

延续时间

只要能将成因除去，症状只持续十五到三十分钟左右。

成因

供应血液给手部的动脉收缩。手部在受到压力时，如做抓握或提东西等动作，都可能引起一次发作。

有时也可能由其他毛病引起，例如多了一条肋骨压迫着颈动脉，其他疾病引致动脉发炎，神经麻痹，使用电动工具引起剧烈震动，因其他原因服食药物，吸烟等等。

并发病

如果雷诺氏病是由其他疾病引起的，则手指末端可能变形；极严重的病例还可能出现坏疽。

在家护理

使双手及身体暖和。

双手保持在较低的位置，不宜经常高举。

何时去看医生

如症状严重，或使患处暖和后症状仍无好转。

医生会如何处理

给患者服食促进血液循环的药物。

预防方法

尽量避免做可能引起病发的事，如在极寒冷的地方逗留、长期使用电动工具、吸烟等。

预后

如果不是由其他疾病引起的，雷诺氏病并无大害，但会时常造成不便。

直肠脱出

脱出是指一个器官移离其正常。如果肠管内层的部分粘膜受到下向压力，便会由肛门凸出，造成直肠脱出。成年人还可能出现直肠壁全部脱出的情况。

症状

一团潮湿而肿胀的粉红或红色环形组织凸出肛门外，使患者感到不适。

延续时间

除非加以治疗，否则会持续不愈。

成因

用力排便时间太长，因而将直肠的内层粘膜推压向下，这是儿童直肠脱出的最常见成因。

儿童还可因长时间阵咳而引导直肠脱出。

成年人的直肠脱出往往跟内痔有关。痔核被推出时，直肠粘膜也可能随之脱出。

在家护理

躺下，放松身心。

脱出的组织和凸出的痔，都可以用手指或温热的湿海绵轻轻地推回原位。

何时去看医生

如果已休息数小时，自己仍不能把脱出部分推回原位。

医生会如何处理

用手推按已脱出的组织，使脱出情况减轻。

给患者使用栓剂。

儿童患者在家休息一周左右，即可康复。

严重或经常复发的病例，或患痔疮的成年人有直肠脱出现象，可能要施外科手术，使移位的组织回复原位。

预防方法

避免便秘及大便时用力过度。

教孩子大便时不要太用力，也不要用力过久。

预后

如果简单的疗法无效，动手术通常可以使脱出的组织恢复原位。

复发性腹痛

大多见于三至九岁儿童，往往是肚脐周围作痛。

症状

主要是肚脐周围作痛时，脸色变青，有痛苦的表情。有的是在往幼儿园或者上学之前，疼痛转剧。但玩耍时是不会叫肚子痛的。

成因

尚不清楚。有各种说法，例如起立性自律神经调节障碍（站起来时头晕），便秘，大肠挛缩，在横行结肠朝下行结肠移行的部位贮留着气体等等。另外，也不能否定与癫痫以及精神性的应激反应有关。

在家护理

大多起因于心理性的因素，所以一旦发现可能是病因的因素，要注意预早消除。例如，若因精神性的应激反应而起，要进行适当的生活指导和改善环境。有时暗示疗法也能见效。

何时去看医去

多能自然好转，不必特地去看医生。但是发生严重的呕吐、发热、腹泻等症状时，也有可能是患上其他疾病，要请医生诊断。

医生会如何处理

测量血压。

做脑电图，检查有无癫痫症状。

用X射线检查腹部，确定病因。

疼痛剧烈时，服用镇静剂。

预防方法

尽量不要过分注意，消除孩子的紧张心理。

用干布或湿布擦身，锻炼身体。

预后

通常最迟在满十岁后可自行痊愈。

反射疗法

中国人相信，足部和小腿跟身体其他部位有一定的相应关系，例如左拇趾尖就跟头有关系。因此，他们相信在脚上的适当部位进行大力按摩（用足够的压力来刺激该处的肌肉），就可以治愈诸如偏头痛、鼻窦炎、哮喘及精神紧张等官能性疾患。这种医疗技术有时又称为体区疗法，虽其反射理论至今尚无令人信服的科学解释，但在本世纪初叶，反射疗法在美国已颇受欢迎，到现在则更为流行。

屈光异常

屈光是光线透过眼球聚集于视网膜的过程。视网膜是眼内神经细胞组成的感光屏幕，在这些神经细胞上形成的影像，会由视神经输送至脑内，在脑内产生称为视觉的感觉。

症状

难以清楚地聚集，视线模糊。

屈光异常可引起眼睛，也常会引起头痛。

成因

屈光异常分四大类：

近视。近视的人很难看清楚远距离的物体，但看近处的东西则很清楚。例如，一个患近视眼的小孩，如果坐在课室后排，就很难看清楚黑板上的字，而看书则没有什么问题。

远视。远视的人对近距离的物体很难聚焦；年纪较轻的远视患者，如果远视程度不深，可以看清楚远距离的物体。

老花是中年以后出现的一种远视。约在四十或四十五岁以后，眼球的水晶体便会开始硬化。眼内有一些肌肉可能牵拉水晶体，使水晶体变形，从而把近距离的物体影像投在焦点上；水晶体变硬后，这种作用就会减弱，阅读小字也就逐渐困难，看书报时要拿得远些，才能看清楚。

散光是视物变形，颇为常见。眼睛表面，特别是角膜面各子午线的屈光力强弱不一，使视网膜上的成像不在同一平面上，就会造成散光。患散光的人视物有一些变形，屈光力相差越大，变形就越厉害。