

《身体警报》

图书基本信息

书名：《身体警报》

13位ISBN编号：9787222079229

10位ISBN编号：722207922X

出版时间：2011-7

出版社：云南人民出版社

作者：布鲁斯·洛厄尔博士

页数：275

译者：龚锦源

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《身体警报》

内容概要

《身体警报》

作者简介

书籍目录

第一章：头部和神经系统 一级警报 失语或说话不连贯伴一侧身体瘫痪 在一天内完全恢复的失语伴胳膊或腿不听使唤 面具样脸，流涎，声音改变，行走困难及手抖 头痛伴一侧瞳孔改变、恶心、复视、眼后剧痛及精神异常 癫痫发作伴意识丧失 二级警报 晕厥 清晨头痛，打喷嚏、咳嗽使其加重 偶尔的头痛 头痛伴对光敏感、恶心和呕吐 头痛伴颈僵硬、发热、恶心和全身痛 幻觉 预警 打针、持续疲劳及过易入睡 睡眠障碍 失眠 神经质 噩梦 误报 一侧面部麻痹，伴一侧不能闭眼

第二章：头发、面部、颈、喉 一级警报 起于颞部下行至颊和下颌的面部疼痛 突发性脱发 下颌及颞下的肿胀 持续三周以上的腺体肿胀 吞咽困难 吞咽阻 嚼食物进行性困难 喉突然堵塞，伴喘气和吞咽困难 咽痛 声音改变 二级警报 颈肥大 一侧颈部出现肿大包块 耳后淋巴结疼痛，伴发热、嗜睡 颌下颈两侧及耳后淋巴结疼痛 声嘶 虚警 秃发 头发灰白、稀少伴部分脱发 红色的蜘蛛状小血管 吞咽困难伴喉部堵塞感

第三章：眼、耳、鼻 一级警报 一只眼睛突出 流泪伴眼充血 眼前方的“帘子” 痛伴充血 眼出血 眼的异物感 视野中央的盲点 管状视野 一天中进行性睑下垂 耳缘的丘疹或皮疹 一侧听力丧失伴眩晕 突然失聪 鼻出血 二级警报 眼睑肿块 眼睑肿胀 眼睑抽搐 眼睛发痒和灼痛 视力模糊 聚焦困难 眩光 视野中有悬浮微粒和闪烁光 失聪伴眩晕 呼吸困难 鼻窦疼痛伴发热 误报 双眼突出 强光下眼痛 眼痛伴前额和颞部触痛和(或)突然失明 眼睑下黄色扁平新生物 闪烁的灯光 复视 一只眼视力突然改变 一只眼突然失明 一侧视野突然丧失 预警 耳的阻塞感 耳痒 耳痛 逐渐失聪 嗅觉减退 鼻塞 扩展阅读 不要归罪于摇滚

第四章：口腔及牙龈 一级警报 不愈合的口疮 丧失运动能力的舌 二级警报 口腔溃疡 口干 唾液过多 口腔金属味觉 口麻木感 味觉丧失 舌黑而多苔 舌头灼热 舌肿大 有溃疡斑块的舌 舌表面显现静脉 苍白和增厚的舌 预警 呼气臭

第五章：皮肤、背、脊柱 一级警报 变化的痣 棕色的不规则边界的皮损 有色的和粗糙质地的皮损 突起的珍珠样有色皮损 一侧面部痛性丘疹 面部的皮疹 局限于脊柱的区域性疼痛 一侧髋部疼痛放射至阴部 腰部疼痛伴臀部、下肢麻木 背部撕裂样疼痛伴无力和出汗 二级警报 丘疹 前额和鼻的丘疹及皮肤变红 皮疹 红色的鳞屑斑 臀部及足跟破皮 背痛伴有虚弱 运动后加重的背部疼痛 伴随失眠的背部疼痛 尾骨疼痛 皮肤乳头状瘤 预警 小斑片皮肤的色泽改变 橙黄色皮肤 皮肤苍白 皮肤红肿 皮肤黄染伴深色尿 虚警 身高变矮 驼背 扩展阅读 有关RetinA

第六章：胸部：心、肺和循环 一级警报 胸闷伴放射至颈和左前臂的疼痛，出汗 胸部锐痛伴气促 胸部刺痛，深呼吸加重 打嗝，出汗，气促 行走时胸部有重压感伴出汗或气促 急性呼吸短促 活动时急性呼吸短促 急性呼吸短促伴咳嗽 慢性呼吸短促伴干咳 慢性呼吸短促伴咳痰 呼吸短促伴咳嗽，粉红色痰及气喘 平躺后更严重的呼吸短促 长期喘鸣，伴呼吸急促、咳嗽 心率超过100次/分，伴偶尔呼吸短促 心率加快后变慢，伴晕厥 心率低于50次/分 心悸 二级警报 呼吸时胸痛 随活动加重的胸痛 活动时发生的持续性无痰咳嗽 活动后不缓解的持续性无痰咳嗽 无其他症状的无痰咳嗽 有痰的慢性咳嗽 有痰的急性咳嗽 咯血或痰中带血 进食时呛咳 虚警 胸骨内疼痛 胸骨末端有肿块或包块 扩展阅读 胸痛自测

第七章：腹部和消化系统 一级警报 腹部增大 左下腹痛伴发热和肠道改变 急性右下腹痛伴发热 上中腹部疼痛 右上腹痛伴呕吐、恶心和发热 二级警报 腹内肿块 腹胀和气胀 急性便秘 慢性便秘 便秘和腹泻交替 急性血性腹泻 非血性急性腹泻 非血性慢性腹泻 大便失禁 排便带血 呕吐 打嗝，伴胃灼热、返酸和咽喉痛 预警 餐后打嗝 并不一定在餐后的经常性打嗝 扩展阅读 消化器官位于何处？ 结肠癌的本质

第八章：女性的生殖与泌尿系统 一级警报 乳腺皮肤上带有小凹的外形变化 乳腺有溢出物 一侧下腹部疼痛 二级警报 50岁以上妇女小便失禁 50岁以下妇女小便失禁 乳腺轻微损伤后的肿块 乳腺包块 乳头萎缩 乳腺疼痛 乳腺疹 乳腺溃疡 绝经后阴道出血 绝经前阴道出血 牛奶样阴道溢液伴严重瘙痒 阴道溢液伴腹胀和周身不适 阴道损伤 绝经后阴道肿块和沉重感 误报 月经变化、潮热、抑郁、失眠、疲劳 月经周期停止 扩展阅读 有关乳腺癌的特别报告 乳腺自检

第九章：男性的生殖与泌尿系统 一级警报 乳房增大 阴茎有分泌物伴排尿困难 血尿 二级警报 小便困难 尿频 尿流改变 小便失禁 睾丸骤痛 射精痛，精液带血，勃起不消退 勃起无能 阳痿 预警 睾丸有硬结

第十章：手、足、肢体、关节和肌肉 一级警报 指关节疼痛、僵硬和肿胀 环指和小指向手掌挛缩 小腿肿胀，行走时疼痛 腿溃疡 突然运动失灵 二级警报 单个关节的肿与痛 手刺伤后红肿 手指屈曲受限 双手发紧发亮 手与手指皮肤开裂、发红及干燥 趾间红、痒、痛 鸡眼和胼胝 足底痛 指甲变形伴褪色和增厚 指甲出现横沟 趾甲痛 双手麻木 难愈的肘痛 运动后膝痛 小腿抽筋 腿痛、肿胀和发红

《身体警报》

腿肿伴无痛性静脉血管隆起 活动时肩痛，休息即逝 肩痛伴臂不能上举 曲张静脉感觉敏感和疼痛
预警 足后跟行走痛 误报 关节僵硬和疼痛 腕部的肿块 扩展阅读 有害疼痛与无害疼痛第十一章：
全身性反应 一级警报 糖尿病病人的心悸、精神紊乱、出汗 体重减轻 二级警报 血球计数异常 血
压升高(即高血压) 胆固醇水平达200以上 发热、寒战及夜间盗汗 葡萄糖水平升高 HDL胆固醇水
平低于40 肾功能化验异常 LDL胆固醇水平超过120 肝功能化验异常 周身不适 甘油三酯水平超
过150 体重增加 体重减轻 扩展阅读 关于血压的读数 有关胆固醇水平升高的话题

章节摘录

版权页：插图：很多中年人焦虑于患了结肠癌，其实如果能早期发现，结肠癌事实上是一种可治的疾病。但是，由于这种病非常严重，你应该了解结肠癌的表现及其诱因。首先，如果你或你的家人曾有过结肠疾病的历史——并不一定就是癌，也可能是结肠炎或息肉——或你已年过50而且有慢性便秘，你就应该让你的医生定期监测这种疾病。除了慢性便秘外，别的一些结肠癌的症状包括排便习惯的缓慢变化，其期间可以是几周或几个月，也可有腹泻，及腹胀胀气、体重下降、食欲改变、贫血和抑郁。但是上述这些都是“软”指标，人们可能会认为由于生活方式的改变或别的健康也可引发上述症状。当他们确实去寻求医生帮助并认识到那可能是结肠癌时，他们多有肠道被肿瘤梗阻或出现由于肿瘤开始出血而导致的癌性失血。人们针对结肠癌的病因已进行了若干年的研究，结肠癌发生于肠道的远端部分。有的人认为其病因是由于基因，而某一些人又归咎于典型的美国式静止生活及高脂、低纤维的食谱。然而，人们发现具有肠道息肉病史的家庭中结肠癌的发病风险较高，如果你有结肠癌高危因素，并有食欲改变、体重下降、抑郁或慢性腹泻的症状，你的医生将进行以下一项或几项常见检查：一份完整的病史和查体。这将有助于你的医生发现可能的基因联系或近期排便改变。实验室检查。这包括血常规、肝功检查，及大便隐血试验。试验是一种简单的可在家中完成的检查，可帮助你检出大便中潜隐的血液，这仅仅是肿瘤最初的征兆。

《身体警报》

媒体关注与评论

你所看到的是我40多年从医生涯中所面临的最常见的健康问题。阅读本书可帮你确定什么时候你病得很重，什么时候没有问题。——布鲁斯·洛厄尔博士

《身体警报》

编辑推荐

《身体警报:疾病来袭时的237个信号》：打鼾的根源是肺气肿？失眠归咎于大溃疡？你还敢对这些普通的身体不适掉以轻心吗？眼睛突然失明，罪魁祸首居然是颈动脉！胃疼得难受，实际却是阑尾炎发作？疾病也会声东击西，该怎么接招？胸口剧疼，医生却说什么毛病都没有！皮肤大褪色，对健康毫无影响！急急忙忙上医院。折腾一番才发现，身体也会摆乌龙！读《身体警报:疾病来袭时的237个信号》，了解身体警报！不再一无所知！不再大惊小怪！你也能主宰自己的健康！突发的疾病都有征兆。

《身体警报》

精彩书评

1、电饭煲有使用说明，榨汁机有保修证，人的身体呢？爷爷是个老中医，家有一医如有一宝，小时候一有小病痛，他老人家就会开出神奇的药方，几剂药后，便又脱胎换骨。长大离家，职业病缠身（胆汁性反流胃炎、颈椎痛、便秘、长期失眠），深受亚健康困扰。一旦病情加剧，只能求助网络，最痛恨网页打开后跳出的咨询对话框。去医院？有时！昂贵的医药费，医生冰冷的态度，非到最后关头不轻易去。这本书，是一个养生达人朋友推荐的，比较实用，有点像工具书，不必等到大病来临再心慌，平时有些不适便可对照查看。我一直笃信，人的健康在于身体的平衡：全面均衡的饮食+恰到好处的运动+愉悦豁达的心情。

《身体警报》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com