

## <<1分钟健康诊断>>

### 图书基本信息

书名：<<1分钟健康诊断>>

13位ISBN编号：9787510402425

10位ISBN编号：7510402425

出版时间：2009-4

出版时间：新世界出版社

作者：杨丽彩 主编

页数：207

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<1分钟健康诊断>>

### 内容概要

洗漱时，对着镜子翻开眼皮伸出舌头；化妆前，观察一下自己的脸色；乘车时，看看自己的双手和指甲。

这，有一分钟的时间就足够了；但，它能让您了解自己的身体健康状况。

这种简单易行的检查方法，就是一分钟健康诊断。

当您对自己身体的审视像洗脸刷牙一样成为一种习惯时。

您对自己身体的了解就绝不亚于任何一位名医；当您对自己的身体状况了如指掌时，那种无病疑病、有病却不知病的现象就会不翼而飞。

简单的医学知识不仅能拯救您自己和家人的生命。

而且也能让您防患于未然。

永葆健康与活力。

希望每个人都能成为自己的“体检专家”，都能自信的说“我的身体我清楚”。

## <<1分钟健康诊断>>

### 作者简介

杨丽彩

从事中西医结合临床研究20余年，在北京中医医院从事临床工作期间，获北京市科技进步奖及北京市中医药管理局科技奖等多项政府奖励。

目前在美国北美中国医药研究中心执业，在芝加哥开有多家中医诊所，致力于国际中医药学术交流，治愈数万例疑难病患，尤其是在针灸治疗不孕症方面取得极大成功，受到患者的广泛好评。

## <<1分钟健康诊断>>

### 书籍目录

#### 第一章 每天一分钟自我健康诊断

1. 观察脸色——反映体内病变的镜子
2. 检查眼睛——心脑血管病变的前哨
3. 检查口唇及舌头——了解消化系统和循环系统健康状况
4. 检查耳朵——微缩的人体健康图

#### 第二章 怀疑患病时的自我诊断

1. 观察肤色变化——健康状况的五色谱
2. 检查皮肤斑疹——全身性疾病的重要体征
3. 检查手——发现体内异常信号的健康状况全息图
4. 检查脚——心、肾等身体各器官异常状况的反射图
5. 观察鼻涕的变化——各种感染和炎症的早期信号
6. 检查痰液——呼吸系统病变的重要信号
7. 观察汗液和体味——了解体质和发现疾病的特殊窗口
8. 检查尿液——泌尿系统疾病的重要信号
9. 检查大便——消化系统健康状况的一面镜子

#### 第三章 感觉异常时的自我诊断

1. 视觉异常——发现眼部和脑部病变的重要信号
2. 听觉异常——耳部疾患和心脑血管病变的征兆
3. 嗅觉异常——鼻部炎症和精神疾患的征兆
4. 味觉异常——消化系统与内分泌系统疾病的征象

#### 第四章 婴幼儿的健康检查

1. 检查头部——了解宝宝发育状况和脑部疾患的重要窗口
2. 检查眼睛——发现宝宝身体隐患的小镜子
3. 观察粪便——宝宝健康状况的晴雨表
4. 观察尿液——泌尿系统健康状况的窗口
5. 观察睡眠——反映宝宝健康状况的好坏
6. 哭闹的判断——判断宝宝身体不适的重要依据
7. 呼吸状况的改变——呼吸系统疾患的征兆
8. 饮食与体味的改变——疾病的先兆
9. 其他状况——不能掉以轻心的疾病征象

#### 第五章 如何按症状选择就医

1. 如何选择门诊科室
2. 何时需要看急诊
3. 全身性症状与可能的疾病及首诊科室

发烧

水肿

肥胖

淋巴结肿大

黄疸

紫绀

贫血

4. 头部症状与可能的疾病及首诊科室

头痛

抽搐

昏迷

## <<1分钟健康诊断>>

睡眠障碍

痴呆

眩晕

红眼

眼球突出

鼻出血

耳聋

耳痛

咽喉痛

声音嘶哑

### 5. 胸部症状与可能的疾病及首诊科室

咳嗽

咯血

恶心呕吐

心悸

呃逆

胸痛

吞咽困难

食欲异常

### 6. 腹部症状与可能的疾病及首诊科室

胃肠胀气

便秘

便血

血尿

尿量异常

腹痛

腹水

### 7. 腰骶部症状与可能的疾病及首诊科室

白带

闭经

阴道出血

阴囊肿大

男性功能障碍

男性不育症

女性不孕症

### 8. 四肢症状与可能的疾病及首诊科室

面瘫、瘫痪、不自主运动

肌肉萎缩

腰腿痛

## 第六章 常用化验指标与相关的疾病

### 一、血液检验

#### 1. 血液的一般检验

#### 2. 红细胞与贫血的检验

### 二、血液无机离子测定

### 三、血清蛋白质检测

### 四、肾功能检查

### 五、血糖检测

## <<1分钟健康诊断>>

- 六、血脂测定
- 七、肝功能试验
- 八、肝炎病毒检测
- 九、血气分析与酸碱平衡测定
- 十、免疫学检验
- 十一、部分血清酶测定
- 十二、心血管病与心肌酶谱检验
- 十三、有关肿瘤的检测
- 十四、有关激素测定
- 十五、免疫血清学检验
- 十六、消化系统功能检测
- 十七、生殖系统体液检验
  - 1. 阴道清洁度检验
  - 2. 男性精液检查
- 十八、尿液检验
  - 1. 尿液的一般检验
  - 2. 尿液镜检
- 十九、粪便检验

<<1分钟健康诊断>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>