

<<人体疾病信号自查手册>>

图书基本信息

书名：<<人体疾病信号自查手册>>

13位ISBN编号：9787501335626

10位ISBN编号：7501335621

出版时间：2008-2

出版时间：北京图书馆出版社

作者：李娟,徐成

页数：261

字数：250000

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>

<<人体疾病信号自查手册>>

前言

“千万不要死于无知！

”这句口号曾经风靡一时。

可这绝不是危言耸听，因为无知和疏忽，许多人对自身的健康状况了解不够，不知道防微杜渐，往往病了才知道吃药，导致身体状况日渐不佳。

人体是一个有机的整体，五脏六腑通过气血经络与肌表皮毛、四肢百骸紧密联系在一起，人体任何一个细微的症状，往往都包含着重要的信息。

所以，通过观察人体的五官肌肤、躯干四肢、情志睡眠、饮食二便、声音气味等，可以测知体内的一些疾病。

“生物全息论”亦认为，人的整体与各部分之间，不仅有组成关系，而且有信息互映关系，部分与整体包含的信息相等，在一个生物体里面，任何一个相对独立的部分都是整体的缩影。

故观察机体的局部便可以了解整体的情况。

这为人们提前了解自己身体的种种不适提供了可能。

然而，人们日常工作、生活的节奏不断加快，虽然每个人都希望自己有一个健康的体魄，但却往往有心无力。

其实，在紧张忙碌的生活之余，关心自己的身体，也不是难事。

除了平时要注意保养外，最重要的是做个有心人，及早发现病症，防患于未然。

韩非子有句名言：“千丈之堤，以蝼蚁之穴溃；百尺之室，以突隙之烟焚。

”人的生命犹如一台运转不息的机器，在生命活动中像“蝼蚁之穴”、“突隙之烟”的现象时有显露，但许多人由于缺乏必要的疾病诊断方面的知识和警觉，往往使一些小疾酿成沉痾，乃至危及生命，无不令人叹息。

有感于此，我们精心编撰了《人体疾病信号自查手册》一书，并且，为了更多地介绍疾病信号的知识，编者采用简洁明了的说明方式，力求以一节几百言介绍身体信号所预示的疾病，便于大家在日常生活中见微知著、防微杜渐，保持一个健康的体魄，使人人参与保健，成为一名合格的家庭医生，服务于自己，服务于家人。

本书融贯中西医学，内容深入浅出，寓科学性、实用性于一体。

此外，与同类书相比，本书内容亦更为系统，更为全面，不失为一本具有必备价值的家庭医学知识普及读物。

我们相信，本书可以成为读者及早发现疾病，从而战胜疾病的最佳伴侣。

不过，疾病的信号偶尔会有异常，也常因个人的体质不同而有轻重缓急等不同表现，因此仅依本书也可能会对信号做出不太全面的判断。

因此，读者在阅读本书后，绝不可自行医治，盲目用药，而应及早就医，谨遵医嘱。

<<人体疾病信号自查手册>>

内容概要

人们日常工作、生活的节奏不断加快，虽然每个人都希望自己有一个健康的体魄，但却往往有心无力。

其实，在紧张忙碌的生活之余，关心自己的身体，也不是难事。

除了平时要注意保养外，最重要的是做个有心人，及早发现病症，防患于未然。

人的生命犹如一台运转不息的机器，在生命活动中像“蝼蚁之穴”、“突隙之烟”的现象时有显露，但许多人由于缺乏必要的疾病诊断方面的知识和警觉，往往使一些小疾酿成沉疴，乃至危及生命，无不令人叹息。

<<人体疾病信号自查手册>>

书籍目录

第一章 口腔信号 口腔溃疡 口干 口臭 嘴唇干裂、烂嘴角 唇色异常 睡觉流口水 牙痛 牙齿
 发酸 牙龈出血 牙齿松动 牙齿发黄、发黑 磨牙 牙齿数目异常 经常咬到舌头 无法咀嚼 舌
 下囊肿(“蛤蟆肿”) 舌头异常 舌头发白 舌头发黄 舌头发黑 舌头发红 舌头红绛 舌头青
 紫 舌头发麻 地图舌 舌头发热 味觉异常 味觉丧失 第二章 眼睛信号 眼睛流泪 眼睛干涩、
 疲劳 眼睛分泌物过多 眼睛酸痛 眼睛充血 眼睛出血 眼睛发痒 眼睛痛 眼睛有异物感 瞳孔
 状态异常 巩膜发黄 巩膜发蓝 老年环 视物不清 视物变形 突然失明 老年人视力突然变好
 斜视 目眩 眼发花、发黑 眼球突出 眼睑肿块 眼睑下垂 眼皮跳 “倒睫毛” 眨眼过频 黑
 眼圈 溢泪 老年人经常流泪第三章 耳鼻喉及呼吸 系统信号 耳朵疼痛 耳内奇痒难忍 耳鸣 耳
 朵流脓 听力减退 耳聋 耳廓颜色异常 盯聆过多 鼻子出血 鼻塞 鼻痒 打喷嚏 打呼噜 嗅
 觉异常 嗅觉丧失 流鼻涕 鼻涕颜色异常 咽喉肿痛 咽部溃疡 咽部有异物感 喉鸣 喉头有异
 物感 吞咽困难 声音嘶哑 咳嗽 咯血 呕血 频繁打哈欠 呼吸困难 口喉不适第四章 头部、颈
 部及神经系统信号 头发颜色异常 脱发 眉毛异常 面部疼痛 面部异常 面色异常 面部长斑
 表情异常 头痛 头晕 眩晕 昏厥 昏迷 颈部肿块 颈部疼痛 颈部红斑 颈部血管异常 幻
 觉第五章 胸部、背部、腰部信号 胸闷 胸痛 心口痛 心慌 心率加快 背痛 腰背痛 脊柱侧弯
 腰痛第六章 腹部、肠胃及消化、泌尿系统信号 腹痛 腹泻 急性腹泻 腹胀 打嗝 食欲减退
 食欲亢进 进食后感觉异常 饭后“返酸” 呕吐 恶心呕吐 烧心 肛门发痒 放屁异常 便秘
 便血 大便疼痛 大便颜色异常 大便形态异常 尿色异常 尿味异常 排尿异常第七章 手足、四肢
 信号 四肢麻木 关节痛 肩痛 腋下多汗 手掌感觉异常 手掌颜色异常 手心发热 早晨手指肿
 胀 指甲形态的变化 指甲颜色的变化 腿痛 踝部肿胀 趾甲异常 足部异常 脚痛 手脚冰凉
 四肢强直 四肢疼痛第八章 皮肤信号 肤色异常 皮肤瘙痒 皮肤出现网状血丝 皮肤皱纹 皮疹
 斑疹第九章 男性信号 男性面部变化 男性腹痛 男性腰酸、腰痛 睾丸疼痛 阴囊瘙痒 阴囊潮湿
 阴囊肿大 排尿困难 小便失禁 尿不净 尿后滴白 尿频 性欲亢进 精液带血 男性不育 不
 射精第十章 女性信号 女性低热 乳房疼痛 乳房包块 女性腰酸 女性腰痛 腰围增粗 女性腹痛
 女性腹胀 阴吹 外阴瘙痒 外阴溃疡 阴道排液异常 月经过多 痛经 非经期阴道出血 闭经
 白带异常 白带增多 性交痛 女性性欲亢进 夜间小便增多 小便失禁 尿不净 肛门坠胀第十
 一章 小儿信号 小儿低热 小儿头痛 小儿鼻塞 小儿鼻出血 小儿磨牙 小儿烂嘴 小儿哭啼 小
 儿哮喘 小儿呼吸不畅 小儿皮肤青紫 小儿盗汗 小儿胎记 小儿厌食 小儿呕吐 小儿抽搐 小
 儿胃痛 幼女外阴发红 小儿尿量异常 小儿尿频 小儿尿液异常 小儿便血 小儿粪便异常第十二
 章 其他信号 消瘦 浮肿 怕冷 老年人抽搐 多汗 汗液颜色异常 汗味异常 无汗 多梦 忽冷
 忽热 寒战 坐骨神经痛

章节摘录

第一章 口腔信号口腔是消化道上端的一个扩大空腔，由上下颌骨、肌肉、血管、神经、唾液腺、黏膜和皮肤等组成。

口腔的最前面是上下嘴唇，唇的正中有唇系带，能控制上下嘴唇的活动。

嘴唇的红色部分叫唇红，其毛细血管十分丰富而又分布得很浅，在呼吸困难或贫血时，嘴唇通常呈现青紫色或苍白色。

口腔内有舌和牙齿等。

舌的表面略显粗糙，一般可以见到很多红色和白色的小乳头，乳头四周有很多极细小的味蕾，味蕾里面有味觉细胞，能分辨出饮食的酸、甜、苦、辣等味道。

舌尖下面黏膜正中处，有舌系带与口底黏膜相连，能控制舌的运动。

由于人的消化及呼吸等系统的功能变化、新陈代谢的改变、体温的增高以及毒素的吸收等因素，舌黏膜会有不同的表现。

口腔是人体很容易发生病变和癌变的十大器官之一。

又因为口腔属于暴露器官，平时稍加注意，就能发现其异常。

比较常见的异常有口腔黏膜糜烂、黏膜白斑和红斑、口腔异味等。

口腔溃疡口腔溃疡又叫作口疮，就是口腔黏膜破裂，露出了下面敏感的组织。

溃疡部位十分疼痛，特别是遇到酸、成、辣的食物时，疼痛更加厉害。

对着镜子检查，可以看见溃疡是一些白色或淡黄色的小米粒大小的斑点，直径约为2~3毫米，四周边缘呈现红色。

【症状原因和潜在隐患】口腔溃疡通常与营养不良有关，患者体内缺乏维生素B2（核黄素）、锌、铁、叶酸等。

也有的是消化系统疾病及功能紊乱引起的，患者同时有腹胀、腹泻或便秘等疾病。

有的人在工作劳累、精神紧张、睡眠状况不佳的情况下也容易口腔溃疡。

有些口腔溃疡并非疾病，而是由牙齿或粗糙的牙托摩擦口腔黏膜所引起的。

这时消除这些特定因素就可以了。

轻微的口腔溃疡并不表示患者有什么重大的健康问题，溃疡通常都会自动愈合。

如果溃疡在10天内没有愈合，或反复发生，并伴有其他部位的溃疡（如外阴溃疡），就需要注意了。

这有可能是复发性口疮，也有可能是一种免疫系统疾病——白塞氏病的先兆。

白塞氏病又叫白塞氏综合症，以反复性口腔溃疡、生殖器溃疡、虹膜睫状体炎三联症较常见。

除此之外，如果口腔溃疡经久不愈，则可能是一种癌前病损。

口腔癌除了以肿块形式出现外，也可能出现口腔溃疡。

这类溃疡，周围常会出现硬化边缘，而且溃疡中心的组织，会呈现疣状或菜花状的表面。

口腔溃疡也可能是诸如贫血、白血病等全身性疾病的一个症状，不过这种情况很少见。

另外，舌溃疡也是口腔溃疡中的一种，有时是因为上火而引起的，具体原因目前仍无法解释。

【应对措施】要预防口腔溃疡，平常应注意保持口腔清洁，保证充足的睡眠。

平时多吃含丰富维生素的蔬菜水果，少食刺激性食物。

如果已经有了口腔溃疡，可以口服维生素C和维生素B2治疗，或去药房买一些非处方药物的敷剂或片剂，如冰硼散、西瓜霜、意可贴、华素片等。

使用抗菌漱口水或是用温盐水来漱口，对溃疡愈合有帮助。

口腔溃疡对热饮料、辛辣或酸的食物很敏感，为了减少疼痛，要避免食用。

口腔溃疡严重时要找医生求助，不可自行随意用药。

口腔癌症导致的口腔溃疡，不会自行愈合，而且范围会日益扩大，随意在它表面涂抹药物，有时反而会刺激其加速生长。

口干口干一般是正常的生理现象，多出现在中老年人身上。

多数人50岁后，神经生理调节功能会降低，唾液分泌减少，体内水分也会随年龄增长减少，30%左右，容易感到口干，但喝水后症状会逐渐消失。

<<人体疾病信号自查手册>>

如果口干的感觉十分频繁，就有可能是某些疾病的前期信号。

【症状原因和潜在隐患】轻微的口干通常是维生素B2缺乏所致，这时还会有口角溃疡、咽干、舌体溃疡等症状。

有些患者的口干是因为失去水分快而多导致，这些人通常有上下牙对合不好、鼻中隔偏歪、下鼻甲肥大、鼻息肉等情况，需要经常张口呼吸，口腔内气体呼进呼出，带走较多的水分，致使口干。

有慢性肺病（如肺气肿、慢性支气管炎）的人，特别是一些老年人，肺功能较差，机体缺氧严重，因而常进行张口的代谢呼吸，一旦肺功能有所改善，口干症状便可缓解。

唾液腺导管结石也可导致口干，结石会将部分导管堵塞，导致进食时大量分泌的唾液无法通过，进而造成唾液腺肿大，使口腔因为得不到唾液的滋润而干燥。

口干也可能是泌尿系统疾病的先兆，糖尿病、尿崩症和一些内分泌腺的肿瘤等疾病在发病初期都可能出现口干症状。

内分泌紊乱等，特别是性激素分泌紊乱，也是引起口干症的重要原因。

【应对措施】口腔原因和维生素缺乏导致的口干，要在平时多吃新鲜蔬菜与水果，因为新鲜蔬果不仅含大量维生素和水分，还含有丰富的粗纤维，在咀嚼过程中能有效刺激唾液的分泌。

水果以酸味水果如山楂、杏、猕猴桃、草莓、梨等效果最佳。

平时的饮食尽量以炖、焖、煮、蒸的烹调方式，主食最好以稀饭代替干饭，尽量避免饮用太甜或含咖啡因的饮料，如可乐之类，这些饮品会让患者更加口渴。

吸烟、喝酒会加重口干的状况，应当及早戒除。

其他疾病导致的口干，应当及早检查，对症治疗。

口臭【症状原因和潜在隐患】口臭的原因很复杂，因为口腔卫生清洁做得不好而导致的口臭，清除起来比较简单；有些则是因为口腔疾病导致口臭。

患有龋齿、牙龈炎、牙周炎、口腔黏膜炎等口腔疾病的人，口腔内容易滋生细菌，尤其是厌氧菌，这些细菌分解产生硫化物，发出腐败的味道，从而产生口臭。

口臭也与饮食关系密切，有些口臭就是由于吸烟、饮酒、喝咖啡以及经常吃葱、蒜、韭菜等辛辣刺激食品，或嗜好臭豆腐、臭鸡蛋等具有臭味食物而造成的。

有的口臭是胃肠道疾病的警示信号，如慢性胃炎、功能性消化不良等疾病，都可能伴有口臭；胃肠道幽门螺杆菌感染也有可能促使厌氧菌处于活跃状态，或直接产生硫化物，引起口臭；长期的便秘，会因体内的有害物质不能及时排出，而引起口臭，这时通常伴有腹胀、食欲减退、易怒等自体中毒症状。

有时晚餐吃得过饱或进食肉类、油腻食物比重过大，晚餐距离睡眠时间过短，睡觉时胃中还存留着过多食物，也会导致口臭。

因为减肥节食，或因病不能进食，或因年老唾液腺功能降低，都会产生口臭。

妇女在月经期间出现内分泌紊乱，会导致唾液分泌减少，有利于厌氧菌生长，也会发生口臭。

有些处于青春发育期的女性，卵巢功能不全，性激素水平较低时，口腔组织抵抗力下降，容易感染病菌从而产生口臭。

糖尿病酮症酸中毒、肝昏迷患者，以及一些呼吸道疾病如支气管炎、支气管扩张、鼻窦炎、咽喉炎、扁桃体炎、肺囊肿等，亦可能引发口臭。

此外，心理压力过大、经常性的精神紧张常导致唾液腺分泌减少，从而有利于厌氧菌生长，产生口臭。

一些老年人的口腔、鼻腔异味，大多由萎缩性炎症引起，主要表现为鼻及鼻咽部干燥、鼻塞、鼻出血、鼻内脓痂多、嗅觉障碍、呼气恶臭等。

【应对措施】预防单纯口臭，要注意口腔卫生，每天晨起、睡前和饭后认真地刷牙漱口，必要时，用牙刷或洁净的毛巾轻柔地刷除舌苔。

其次，戒烟戒酒，饮食要相对清淡，避免吃生冷、刺激性、有异味（如蒜、葱、韭菜、臭豆腐等）、不易消化的、油腻的（高脂肪、高蛋白）食物。

中医认为，口臭属于胃肠道有“热”，因此主张口臭者尽量少吃助热的温里散寒类食物，适量吃一些消热的清热类食物。

<<人体疾病信号自查手册>>

在治疗口臭时，要积极治疗原发病。

治疗口腔、消化系统、呼吸系统感染厌氧菌或兼性厌氧菌所致的口臭，一般可服用替硝唑或甲硝唑（时间不能超过7天）；幽门螺杆菌感染所引起的口臭，可以服用根治幽门螺杆菌的药物；还可以配合用中药佩兰，开水沏饮（就是像沏茶那样地以佩兰代茶喝）一天1~2次，这比吃口香糖效果要好。

要彻底治疗口臭，一定要到正规的医院治疗，不可自己擅自服药。

嘴唇干裂、烂嘴角冬春时节，气候比较干燥，人们经常会嘴唇干裂和烂嘴角，儿童尤其容易出现这种症状。

嘴唇干裂或烂嘴角严重时会发生少量渗血，有疼痛的感觉，以后逐渐糜烂。

糜烂处常发生裂口，有烧灼、痒及疼痛的感觉。

【症状原因和潜在隐患】引起嘴唇干裂或烂嘴角的原因主要是维生素B2（核黄素）摄入不足。

核黄素是人体新陈代谢酶系统的一个组成部分。

核黄素缺乏比较轻微时常不会出现症状，但对身体健康有不易察觉的潜在危害，可导致人的工作能力减低，易疲劳。

孕妇缺乏核黄素，将影响胎儿发育；幼儿长期轻度缺乏核黄素，也会影响智力发育。

此症状也有可能伴随唇炎、舌炎、结膜炎、角膜炎、阴囊炎和脂溢性皮炎等病出现。

【应对措施】预防嘴唇干裂或烂嘴角的措施主要有：多吃富含核黄素的食物，如动物性食品肝、肾、心，牛奶和鸡蛋；豆类中的四季豆、毛豆；新鲜蔬菜中的雪里蕻、油菜、蕹菜、菠菜、萝卜叶、苋菜、青蒜等。

得了嘴唇干裂或烂嘴角以后，应服用核黄素治疗，每次5~10毫克，一日三次。

亦可加用酵母片辅助治疗。

嘴唇干裂有时与维生素A缺乏有一定关系，所以必要时可服用少量鱼肝油。

口唇嘴角干燥时，为防止其起皮，可涂些唇膏，使口唇得到滋润，不要用舌头舔。

有些人想使口唇变得滋润、舒适，就常用舌头去舔口唇四周，但唾液很快就会蒸发，结果越舔越干，反而会促使口角、嘴唇干裂。

唇色异常正常人的嘴唇红润，干湿适度，润滑有光泽。

如果身体有问题，嘴唇的颜色就可能会发生变化，发出信号。

【症状原因和潜在隐患】上唇颜色焦枯或暗红，并伴有肩膀不松爽，口臭口疮、喉咙不畅、耳鼻不通等症状，为大肠病变的信号；上唇苍白泛青，泄泻、胀气、腹绞痛、冷热交加等症状间或出现，中医认为是大肠虚寒的信号；下唇绛红色，并见胃痛、肢体重滞、腹胀等，为胃热的信号；下唇苍白，会出现上吐下泻、胃部发冷、胃阵痛等，中医认为是胃虚寒的信号；唇内红赤或紫绛，脾气急躁，胁下胀痛，吃食不下，可能为肝脏疾病的信号；唇内黄色，有患肝炎的可能，黄色若暗浊，说明肝胆功能有问题；唇色火红如赤，发烧，是呼吸道炎症的信号；唇色暗黑而浊，伴有便秘、腹泻、头痛、失眠、食欲不振等症状，是消化系统功能失调的信号；唇色泛白为血虚的特征。

双唇变黄而燥，是脾脏分泌有碍的信号，会削弱免疫系统的功能，极易受感染；唇色青紫，现代医学称为“紫绀”，这是机体缺氧或药物中毒的征象，常伴有面色暗红或淡青、胸闷不畅或时有刺痛、心慌气短、舌有瘀斑、瘀点等症状。

【应对措施】嘴唇的色泽在一定程度上反映了人的精神面貌，因此，对嘴唇的美容十分必要。

如果嘴唇色泽不佳，可以适当涂抹唇膏，并且注意多喝水，免得嘴唇干裂。

但为求治本，还是要找出导致嘴唇颜色异常的原因，配合治疗。

睡觉流口水【症状原因和潜在隐患】偶尔睡觉时流口水的原因可能是睡觉姿势不当，或口腔卫生不良时牙缝和牙面上的食物残渣或糖类物质积存，导致细菌繁殖，甚至引起龋齿、牙周病等，在这些不良因素的刺激下，睡觉时会不由自主流口水。

经常性的睡觉流口水可能是前牙畸形或神经调节障碍的信号。

前牙畸形可能是由于遗传因素造成，也可能是后天不良习惯如啃指甲、吐舌、咬铅笔头等引起的。

神经调节障碍也可产生睡觉时流口水的情况，这种症病后果比较严重。

【应对措施】要防止睡觉流口水的发生，首先要注意睡觉时的姿势，不要趴在桌子上睡，不要俯睡。其次，要注意口腔卫生，饭后不要立即就寝，晚饭不要吃得过多，不要过多食用油腻、粘糯等不易消

<<人体疾病信号自查手册>>

化的食物，睡前也不要做剧烈的运动或过度用脑。

口腔疾病引起的流口水可请口腔科医生诊治。

若症状比较严重，要及时到医院做正规检查。

一旦发现问题，应及早治疗。

牙痛牙痛是常见的症状。

俗话说：“牙痛不是病，痛起来真要命。”

牙痛的表现一般为：牙龈红肿、松软，容易出血，反复发作，牙齿遇冷热刺激痛，面颊部肿胀等。

如果炎症继续扩大，可成为牙周脓肿。

【症状原因和潜在隐患】牙痛的原因是多种多样的，具体可分为两大类，一种是因牙病导致的牙痛，另一种则是因为其他病因所导致的牙痛。

由于牙病导致的牙痛有很多种，最常见的是龋齿。

当龋齿发展到一定的深度，达到牙髓或接近牙髓时，龋洞内的细菌就可以直接或通过牙本质小管而进入到牙髓腔内，引起牙髓炎。

牙髓炎引起的牙痛是极难忍受的，在外界没有刺激的情况下，就可产生间歇性的剧烈疼痛，常有半侧头痛、太阳穴痛的症状。

微裂是指牙齿上出现了极其微细而不易发现的裂纹，当这种裂纹深入到牙本质内接近牙髓，常引起牙髓炎。

有时微裂沿牙根面向根尖方向扩展，则可发生牙周组织感染或牙周袋形成，引起牙痛。

急性根尖周炎是由急性牙髓炎的发展或创伤等因素引起。

病牙呈持续性疼痛，有浮起感，不敢咀嚼，患者能正确指出病牙，如叩击病牙则引起疼痛。

急性牙周炎引起的牙痛与急性根尖周围炎类似，病牙不仅出现咀嚼痛和浮出感，而且已形成牙周袋甚至牙松动，牙龈组织可出现反复肿痛及出血。

牙周脓肿是指牙周组织炎症进一步发展引起的化脓性炎症，脓肿形成时疼痛剧烈，脓肿形成后局部出现波动感。

在牙周脓肿形成后，疼痛可明显减轻或缓解。

牙体过敏症常因牙龈萎缩、牙颈部牙本质暴露及牙体缺损所致，遇冷、热、甜、酸等刺激均可出现疼痛，刺激停止后疼痛即消失。

楔状缺损和磨耗也会引发牙痛，老年人因为牙齿已用了几十年，牙齿咀嚼面的磨耗和牙颈部的缺损都相当严重，当牙齿咀嚼面的磨耗和颈部的缺损接近或达到牙髓时，口内的细菌就可以进入牙组织而引起牙髓炎、根尖炎，甚至颌面软组织发炎肿胀，从而引起疼痛。

此外，牙与牙的间隙内被食物嵌塞也可引起牙痛，称为食物嵌塞痛。

拔牙后2~4天则可能会发生干槽症，可引起自发性持续性剧烈疼痛，检查时可发现拔牙伤口内血块形成不良，有臭味。

牙痛也可能是其他疾病的警示信号。

例如，因冠心病发作引起的牙痛，多表现在颌骨和牙齿上，而且牙痛剧烈，呈阵发性，往往因吃得太饱，情绪激动而诱发，休息后可自行缓解，口腔科检查无明显牙病，牙痛部位不确切，往往一侧牙齿都感到疼痛，且经牙科处理及服用止痛药，都不能解除疼痛，此种牙痛就可能是心脏疾病的警示信号。

患此病者以老年人居多，患有高血压、动脉硬化的老人在出现牙痛这种看似与病情不相干的症状，并且服用止痛药不能缓解、口腔检查又无病时，应高度怀疑是否患有冠心病，应及时作心电图检查，尽快明确诊断与治疗。

高血压患者血压升高，可引起外周小动脉硬化，若发生痉挛，可致牙龈出血，牙组织营养不足，出现牙痛。

三叉神经为面部感觉神经，当一侧三叉神经下支发生疼痛时，酷似牙痛，其疼痛剧烈难忍，呈跳痛或刺痛，比普通牙痛厉害得多。

有些患神经衰弱的人，牙神经也较一般人敏感，当受到外界刺激时，也可发生牙痛。

【应对措施】要预防牙痛，首先要注意口腔卫生；一旦发现蛀牙，要及时治疗；睡前不宜吃糖、饼干

<<人体疾病信号自查手册>>

等淀粉之类的食物，宜多吃清胃火及清肝火的食物，如番瓜、西瓜、荸荠、芹菜、萝卜等；忌酒及热性动火食品；如果因为脾气急躁、容易动怒而经常诱发牙痛，就要尽量使心胸豁达，情绪宁静；保持大便通畅，勿使粪毒上攻；不吃过硬食物，少吃过酸、过冷、过热食物。

<<人体疾病信号自查手册>>

编辑推荐

疾病在发生之初，会向人体发出警示信号，若忽视这些信号，往往会酿成沉疴，让人后悔不及。

《人体疾病信号自查手册》分门别类地对这些信号进行了详细的分析，指出其症状原因和潜在隐患，并提出了具体可行的应对措施。

阅读《人体疾病信号自查手册》，可以方便地通过信号来查找疾病，并对各种疾病的早期信号保持足够的警觉，做到早发现，早治疗，防患于未然。

<<人体疾病信号自查手册>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>