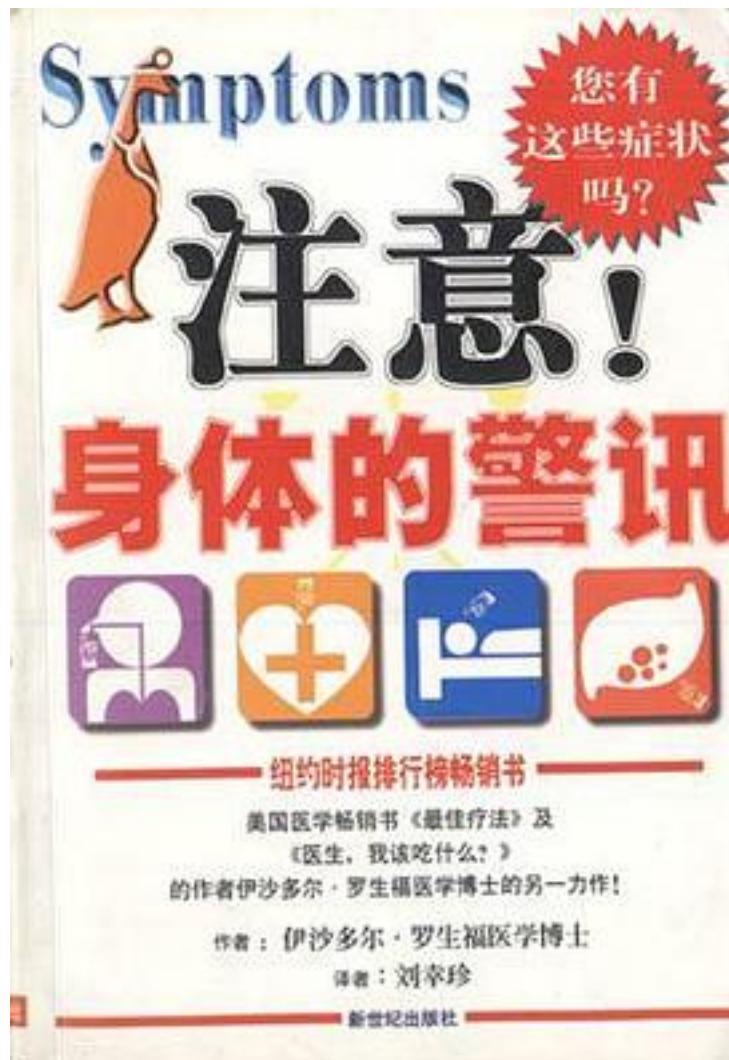


# 注意！身体的警讯



[注意！身体的警讯 下载链接1](#)

著者: (美) 伊沙多尔·罗生福医学博士

出版者:新世纪出版社

出版时间:1998-05

装帧:平装

isbn:9787540516710

本书是一本极具价值及便于使用的家庭医学参考书。作者伊沙多尔·罗生福是一位杰出的医师、畅销书作家及电视《钟点杂志》的专栏医学评论者。《注意！身体的警讯》是一本彻头彻尾的医学指南，包含了所有您都可能经历到的疼痛和其他生理不适的讯号。有别于其他一般家庭医学指南，本书对某些特别的症状提供最彻底清楚的解说及精炼直接的建议，内容分成“疼痛”、“流血”和“发烧”数个大题，让您能迅速找到想要查阅的部分。透过温馨、可靠的笔调，作者告诉您如何正确解读您身上发出的警讯，应该怎样寻找医师疗治，及该如何排除对自己健康的不必要的顾虑。《注意！身体的警讯》就像您的家庭医师，随时随地马上解答您的疑难，给您对某些疾病的疑虑一个圆满的建议，及减少您延误治病的风险。

## 作者介绍：

伊沙多尔·罗生福医学博士

目前职业以内科为主，心脏科为辅，任教于纽约医院康乃尔医学中心，最近刚被荣封为“罗西杰出奖临床学教授”，纽约医院和癌症纪念中心的主治医师，并担任过纽约医学社会的会长，国家健康中心心脏研究所的特别委员，以及美国猝死症顾问委员会成长达10年之久。他最出名的是连续8年每周在全美联播的“钟点杂志”电视节目上担任健康咨询专家，并担任CBS晨间新闻的医疗顾问长达4年。目前是健康及人群服务部部长的职业医师咨询委员会的成员、康乃尔大学医学的监督长，加州大学戴维斯分校医学院及艾默利大学医学院全国顾问委员会的访问医师，并身为ROSENFELD心脏基金会的总裁，每月并为世界著名的《时尚》杂志写一篇健康专栏文章。其近年来的著作包括《最佳疗法》和《注意！身体的警讯》、《医生，我该吃什么？》，均被评为最佳美国医学畅销书。

## 目录: 第一章

疼痛一个你不能忽视的讯号！ · 是怎样感觉到痛的？又为什么会觉得痛？ /1头痛/2眼睛痛/3耳朵疼痛/4舌头疼痛/5喉咙痛/6颈部疼痛/7背痛/8肩膀疼痛/9腿部疼痛/10脚部疼痛/11关节疼痛/12手肘疼痛

13胸部疼痛（从心脏引发的胸痛） /14从肺部引发的胸痛

15肋骨疼痛/16从身体任何部位引发的胸痛/17胃灼热（心口灼热）

18腹部疼痛（右方、左方、右上及左下） /19腹部正中央部位的疼痛

20肋腹（腰窝）疼痛/21直肠及肛门疼痛/22腹股沟（鼠蹊部）疼痛

22睾丸疼痛/24阴茎疼痛/25乳房疼痛/26经痛/27性交时的疼痛

28排尿时的疼痛/第二章肿块及非肿块性质的肿胀状况

· 非病态增衍所形成的“肿块” /1舌头肿胀/2牙龈肿胀/3眼睛鼓胀（凸出） /4颈部肿块/

5腋窝肿块/6乳房肿块/7腹部肿胀/8腹股沟（鼠蹊部）肿块/9睾丸肿块/10直肠肿块/11腿部浮肿

## 第三章不正常的出血现象

1皮下出血/2流鼻血/3眼睛充血/4牙龈出血/5耳内出血/6呕血

7唾液中带血/8乳头出血/9尿液中带血（血尿） /10带血性射精

11粪便中带血/12阴道异常出血/13月经量过少或无月经

## 第四章发烧多高的体温才算发高烧？ /1测量体温/2真的发烧时/3找出原因

第五章神经系统是否完全正常？ /1猝发/2晕眩或昏倒/3脸部麻痹/4不自主的震颤/5身体各个部位的麻木和刺痛感/6嗅觉与味觉退化/7失禁

8丧失记忆、神智不清与怪异行为/第六章视力除“失明”外的所有视力障碍现象/1逐渐老化的视力/2黑点、视力模糊、泛光及双影等现象

3眼睑下垂/第七章听力障碍失聪、耳鸣、杂音等现/第八章消化系统进食和排泄的问题/1没有胃口/2恶心（反胃想吐） /3原因不明的肥胖/4吞咽困难

5黄疸/6便秘/7腹泻/第九章呼吸系统感到呼吸困难吗？ /1长期的咳嗽

2呼吸急促/3打鼾/4失去原有的声音（音质） /5打嗝/第十章性障碍

1男怕阳萎，女怕冷感/2不孕症/第十一章当症状只出现在皮肤上时

1发痒/2秃头/3毛发过于浓密/4满脸通红/5皮肤变色/6脸色苍白/7多汗症  
8指甲是健康指标/第十二章心悸、脉搏及不规律的心跳/1如何测量脉搏  
2脉搏提供些什么讯息？/3这样的心跳是正常的吗？第十三章高血压这个现象提供了什么讯息？/1哪些人较容易罹患高血压？为什么？/2造成高血压的原因/第十四章睡眠不足或过度/1经常昏睡/2失眠/3经常性的疲倦  
第十五章尿液异常现象/1检查自己的尿液/第十六章经常觉得口渴/1水的摄取与排出/2找出原因/第十七章遗传及生活方式对症状的影响/1年龄的影响  
2性别差异的影响/3种族特质的影响/4婚姻状况的影响5家族遗传基因的影响/6工作环境的影响/7酒精的影响/8香烟的危害/9药物的影响  
10特别写给同性恋及杂交者/结语只要觉得有问题，就马上求救！  
· · · · · (收起)

[注意！身体的警讯](#) [下载链接1](#)

## 标签

健康

生活

我有的书

98年

## 评论

慢食、慢喝水、失眠的話就注意呼吸、不憋尿、中藥調節也要注意對肝的傷害、早餐重要、多吃五穀解決便秘、吃完飯休息一會再工作、心情愉快很重要，定期檢查很重要，健康最重要！

[注意！身体的警讯](#) [下载链接1](#)

## 书评

好像是盗版，实际上是正版。不论中文还是英文部分，均有不少校对疏忽，但书的整体品质倒是不错，翻译得也不错。

---

[注意！身体的警讯](#) [下载链接1](#)