

深圳大学国际文化系主编

旅游文化丛书



旅游医学

赵振渤 高德彰 臧运敏 编著

同济大学出版社

校

深圳大学国际文化系主编

旅 游 医 学

赵振渤 高德彰 臧运敏 编著

820X1100 1/32 31.83 321.0 旅· 321.1X028 旅·

1990年11月第1版 1990年11月第1版

1.50元 7.50元 1.50元 1.50元

1.50元 1.50元 1.50元 1.50元

同 济 大 学 出 版 社

主编系小女利国学大服系

学 国 旅 游

主编 康社斌 康社斌 康社斌

旅 游 医 学

赵振渤 高德彰 臧运敏 编著

•

同济大学出版社出版发行

(上海四平路1239号)

长沙科技印刷厂印刷

开本: 850×1168 1/32 印张: 9.125 字数: 265千字

1990年11月第1版 1990年11月第1次印刷

印数: 1—5,000 定价: 5.80元

ISBN 7-5608-0750-X/F·67

同济大学出版社

《旅游文化》丛书编辑委员会

顾问:

王立纲 李 基 陈传康 黄辉实 曹惠民

主任:

胡经之 郁龙余

副主任:

张 践 章必功

编 委: (按姓氏笔划为序)

于学谦	马家楠	申葆嘉	包凤珍
刘 翔	刘丽川	刘德谦	朱艳霞
李明德	张学勤	张汝昌	吴俊忠
陈乃刚	郎丰生	荣 伟	赵兰香
倪钟鸣	褚玉龙	景海峰	

总 序

五洲出版社

实行改革开放政策以来,我国的旅游事业万象更新,取得了突飞猛进的发展。然而,在“硬件”建设不断增多、完善的同时,“软件”建设日益显得欠缺。我们在创办旅游文化专业的过程中,更是深深感到教材缺乏是一个普遍的问题。于是,我们决定编写一套《旅游文化丛书》,为我国旅游事业的“软件”建设贡献出一份力量。

为保证书稿的高质量,必须排除地域之隔、门户之见,诚请各方专家教授,同心合力。我们在全国范围内公开征稿,其结果,响应热烈,有14位教授、副教授和6位讲师参加《丛书》编写。他们来自北京、上海、深圳的8所高等院校与科研机构。聘请作者,我们唯贤是重,唯才是举,老中青并重。编著者中,有国内外知名的老教授、老专家,有年富力强的中青年骨干,他们都富于教学和科研的经验,注重理论联系实际。

倘若问《旅游文化丛书》的主要特点是什么,简而言之就是全面、系统、创新。近年来国内出版了一些旅游学科的书籍,但是缺乏全面性与系统性。为改变这种状况,本《丛书》力求齐全、配套。创新也是我们着意追求的目标,《丛书》里不少种书如《中国旅游史》、《旅游营销学》、《旅游资源鉴赏与开发》、《旅游美学》、《旅游法学》、《旅游医学》、《旅游商品开拓》等都是首次问世,填补了国内旅游学科的空白。

《旅游文化丛书》的出现不是偶然的,是我国近年来旅游事业飞跃发展的一个产物,是各位作者多年心血的结晶,也是整个旅游学界多年艰苦努力的结果。我们相信,《丛书》的出版,必将为促进我国旅游事业的发展作出应有的贡献。

由于我们水平所限,《丛书》还存在不少缺点与不足。敬

《旅游文化丛书》

书 目

旅游经济学

岭南文化

旅游心理学

导游艺术

旅行社经营管理

旅游饭店经营与管理

民俗学与民俗旅游

旅游营销学

中国旅游史

旅游商品开拓

旅游资源鉴赏与开发

旅游医学

旅游美学

旅游法学

旅游管理学

西方旅游业

《作者简介》

目 次

赵振渤1935年生，1958年毕业于北京医学院。现任内科副
主任医师，北京医学专科学校副校长。

高德彰北京医科大学骨伤科主任医师。

臧运敏北京医科大学妇产科副主任医师。

臧曾已营益古刘藩

藩藩藩另已学藩另

学静营藩藩

史藩藩国中

品开品商藩藩

式开已营益藩资藩藩

学烈藩藩

学美藩藩

学去藩藩

学聚营藩藩

业藩藩式西

前言

《旅游医学》开始酝酿是在五六年以前。那时，还在北京旅游学院旅游科学研究所工作的张践先生说，鉴于我国旅游业的迅速发展，旅游医学研究应该跟上去，应该编写一本旅游医学专著。在张先生的提议下，我们开始思考、讨论、收集资料，准备编写这部书。直到1989年，深圳大学国际文化系计划编写一套“旅游文化丛书”，并把《旅游医学》纳入丛书，有了出版机会，我们才动手编写。凡有人的地方，都需要医学。随着旅游业的蓬勃发展，旅游业已形成了一个人群，这一人群中既有成亿数的庞大的旅游者人群，也有为他们服务的旅游企事业的庞大的职工队伍。医学应该根据旅游业的发展，滋生出新的分支学科，研究旅游及旅游业中遇到的医学问题，以保障旅游者的健康与安全，这是提高旅游业服务质量的重要一环。所以说，本书是应时代的要求和现代文明的召唤应运而生的。

世界上都公认，安全是旅游的“第一生命”。旅游安全问题是各种各样的，而医学方面的安全问题是大量的普遍存在着的问题，是关系旅游者及旅游从业人员乃至国民人身安全的重要一环。况且，因旅游活动能增进身心健康，有相当数量的旅游者本来就是以锻炼、疗养、治疗为主要动机外出旅游的。由此看来，旅游确实需要医学，医学确实需要研究旅游。

旅游及旅游业人群几乎都需要或多或少的旅游医学知识。旅游者需要一点旅游医学知识自不待言，旅游企事业的管理人员、导游人员、宾馆饭店的服务人员、旅游交通部门的服务人员等等，由于工作需要，更应具备一定的旅游医学知识。而旅游接待部门的医务工作者，除了应具备广博的一般医学知识外，还要研究旅游医学这一特殊领域的知识与技能。如此看来，在

目 录

(081)		第一章
(111)		第二章
(141)		第三章
(151)		第四章
第一章 旅游医学的性质和特点		(1)
(第一节 旅游医学的概念)		(1)
(第二节 旅游医学的职业性质)		(3)
(第三节 发展旅游医学应持的态度)		(9)
第二章 人体机能的变化和保持		(13)
(第一节 人体机能及变化)		(13)
(第二节 旅游的饮食和营养)		(18)
(第三节 旅游中的睡眠)		(32)
(第四节 预防医学一大卫生观念)		(35)
(第五节 旅游过程中的休整和锻炼)		(38)
(第六节 旅游前的医学准备和旅游后的调整)		(42)
第三章 旅游环境与疾病		(48)
(第一节 热带生物源性疾病——热带病)		(48)
(第二节 外源性变态反应——过敏)		(67)
(第三节 高原地域的疾病)		(76)
(第四节 气温引起的疾病)		(82)
第四章 交通运输工具与疾病		(87)
(第一节 时差及似昼夜节律的破坏)		(87)
(第二节 时差反应及对策)		(93)
(第三节 晕动病)		(101)
(第四节 旅客的适航性及几个常见病症)		(112)
第五章 旅游中的性医学		(115)
(第一节 性与性行为)		(115)
(第二节 新婚旅游与性)		(121)
(第三节 性传播疾病)		(132)
第六章 旅游急症		(139)

第一节	急症与急救	(139)
第二节	急、危、重	(141)
第三节	危重情况和红十字急救技术	(143)
第四节	常见的旅游急性症状与简便处置	(151)
第五节	绞痛发作	(157)
第六节	若干急症的简便处理	(161)
第七章	旅游中若干常见病	(166)
第一节	上呼吸道感染类疾病	(166)
第二节	下呼吸道感染	(171)
第三节	肠炎样疾病	(173)
第四节	消化功能紊乱	(177)
第五节	常见传染病简介	(180)
第八章	旅游与心理治疗	(184)
第一节	几个心理学概念	(185)
第二节	旅游与心理因素的关系	(188)
第三节	旅游与心理疗法	(191)
第九章	旅游与就医	(196)
第一节	健康与疾病	(196)
第二节	主动就医与被动就医	(198)
第三节	旅游与疾病的预防	(200)
第四节	旅游活动与疾病治疗	(202)
第五节	旅游与疗养	(203)
第六节	几个具体方法的介绍	(204)
第七节	旅游业与就医行为	(210)
第十章	旅游与疼痛性疾病	(213)
第一节	头部疼痛	(213)
第二节	颈部疼痛	(215)
第三节	肩部疼痛	(217)
第四节	肘部疼痛	(219)
第五节	腕手部疼痛	(220)

第六节	胸部疼痛	(222)
第七节	腹部疼痛	(224)
第八节	腰部疼痛	(230)
第九节	髋部疼痛	(233)
第十节	膝部疼痛	(234)
第十一节	小腿部疼痛	(236)
第十二节	踝部疼痛	(237)
第十三节	足部疼痛	(239)
第十四节	肛门疼痛	(241)
第十一章	女性旅游者的医学问题	(243)
第一节	月经期的卫生保健	(243)
第二节	生殖器官异常出血	(245)
第三节	女性生殖系统炎症	(256)
第四节	下腹疼痛	(263)
第五节	生殖器官损伤	(268)
第六节	女性特有的生理和心理问题	(270)
第七节	老年女性的特殊问题	(273)
第八节	旅行中分娩的紧急处理	(276)
第九节	新婚避孕问题	(277)
附 录:		(281)
一、	化学消毒药品	(281)
二、	防蚊药物	(282)
三、	有机磷类杀虫剂	(282)
四、	人工合成的除虫菊酯类药物	(282)
五、	常用驱避剂	(283)
六、	旅游中通用药包的最低限度装备	(283)
七、	可供选择携带的药物名称	(284)
八、	常用中成药及功能	(286)

第一章 绪论

——旅游医学的性质和特点

第一节 旅游医学的概念

旅游医学是医学科学中的一个专门学科，是研究旅游活动中出现的各种医学问题的发生及发展规律，从而保证旅游活动正常进行并促进其不断发展的一门科学。

科学的发展历史告诉我们：人类对周围的自然现象进行探索较早，而对人类自身的研究起步较迟。生产的不断发展，促成了交换的频繁，人类之间的交往也随之增多。在漫长的岁月中，人类创造了灿烂的文明，无论是自然科学还是人文科学都成果显著，这就构成了对人类某一类活动进行医学研究的需要和可能，而这些研究成果的实施，又会促进这些活动，并进一步得到发展。

旅游可以是个人的行为，也可以是社会人群的群体活动，现代旅游更使后一种情况增多，它已成为人类文明的一个组成部分。无论怎样给旅游下定义，它总是社会上个人或人群活动的形式；况且哪里有人，哪里就必然存在着医学问题，因此旅游必然会同医学产生联系。当前，旅游活动已在全世界范围内兴起，它呼唤着医学尽快滋生出一个新的学科，这就是旅游医学。

一、旅游医学是一门综合科学

旅游医学是研究旅游过程中的医学问题的学问，它必然带着旅游活动的特点，就像军团的远征必然带有战争的特点一样。旅游是美好的活动，是心理上的满足，是健康的增进，是对美的追求，是对文化的仰慕。旅游学的这一特点，也是旅游医学服务的主要目标。军事医学要求医学适应战争规律，旅游医学则要求医学适应旅游规律。

旅游具有明显的社会性。人们从四面八方来到原属陌生的社会环境中，习惯、生活、饮食、行为准则都发生了不小的改变，由此产生的医学问题必然会有明显的“社会医学”特点。

旅游范围的扩大，科学技术的进步，使得人们可以充分使用快速交通工具。速度引起的生理反应及病理现象，再也不是只有飞机驾驶员才会遇上的事情了。短短的几小时、十几小时可以由地球的一面到达另一面，这就不可避免地使旅游医学涉及到航空学、地理学的有关知识。

大规模的旅游活动，要求有专门的职业人员和专门的设施、设备，旅游医学当然得包含着职业医学、职业教育学及公共卫生的内容。旅游医学也需要注意高原低谷或天文气象对人的作用……。凡此种种，无论是自然科学还是人文科学的其他学科，旅游医学几乎全都存在可与之衔接、重叠和渗透的交界面。

单就医学本学科来说，旅游医学与其基础医学部分、临床医学部分和预防医学部分全有联系。晕船、晕机与耳前庭功能有关，个体的疾病与诊断治疗有直接关系，广义的预防医学更是旅游医学和保健强身的重要方面。旅游医学与全部医学领域密切相关，是医学各个学科知识的综合，属边缘性科学，也是多学科渗透融合的综合性科学。

二、旅游医学是应用科学

旅游是人的活动，这个活动要最大限度地安全、愉快和健康。为了达到这个根本目的，旅游医学必须强调实用性。它应该利用现有的一切知识和技术，保护好旅游者和旅游工作者，并不断研究尚未解决的问题，创造出新的适用的方法，并付诸于应用。

旅游的工作条件、生活条件、活动方式与日常情况有明显的不同，因此，旅游医学在预防、治疗、急救和保健等方面都要针对旅游活动的特殊性，力求实用和可行。

强调应用性并不是贬低理论上的研究和探索，它

只是说明在这门新兴的学科中，任何研究、总结和理论，都必须能够应用于旅游，适用于旅游，学以致用。

三、旅游医学应以新的医学模式作指导

近几个世纪以来，人类把医学分成了许多部类，在不同的层面上，从不同的角度进行研究，并促进了医学的大发展。但存在的不足之处是对这门“人体科学”完全套用了生物学甚至机械学的方法，忽略了人的心理活动和社会对人体的作用，也忽略了人的整体性以及人与环境的统一性。用医学术语讲，这是单纯的“生物—医学”模式。这种模式，片面地把人看成是细胞的集合，甚至是分子结构的连结，把四肢、内脏视为机器零件；谈到致病原因，不是遗传便是细菌等等，至于心理因素、社会因素的作用，则往往不去考虑。近来，人们已认识到了这种偏向，已经开始改变，并以“社会—心理—生物医学”模式为指导，来研究医学并发展医学。旅游医学面对着这一趋势，对模式的改变正好有得天独厚的便利条件，它的发展将对这一新模式做出贡献。

第二节 旅游医学的职业性质

人类社会形成了许多职业，并且不断地有新的职业形成。从事某种职业的人同这个职业的服务对象组合成一个整体，并且具有明显的行业特点，当然也就会有相应特点的医学问题出现。这样就形成了职业医学。军事医学、航空医学、航天医学、运动医学等等都是已经建立了的职业医学，它们在研究的对象、目的、内容和方法上都有不同的特点与侧重，而这些特点与侧重都是与“职业”密切联系的。

旅游在今天已是一个颇为不小的产业，有的国家甚至称它为“无烟工业”，但对比之下，旅游医学并没有跟上来。旅游不同于打仗，不允许有很多的死伤，旅游不像竞走或拳击比赛那样只涉及年轻人，旅游者不是驾驶员，但它又是未经训练过

的“天上飞行者”；类似这样的众多的特点，构成了这门职业医学的特殊性质，应该专门进行探讨，尽快地使旅游医学形成一门新的学科，并尽快地发展，使它与蓬勃发展的旅游业相适应。

一、旅游医学的研究对象

旅游医学是新兴学科，还很不完善，它的研究对象应该包括什么，仍有待讨论。旅游医学又是职业医学的一部分，对旅游工作者的职业分工，各部门的工作特点，以及与整个医学科学的关系，都应分别加以研究。可以概括地说：旅游医学的研究对象，不外是两大类，一个是“人”，另一个则是人体以外的广泛的各种外部环境。

人应该是旅游医学主要的研究对象，保障健康是旅游医学的最大目的。这里所指的人包括旅游者和旅游职业人员。前者是一些庞大的活动着的社会人群，是这两类人员的主体，论其数量之大远远超过军队的总数目；与此相适应，迅速成长起来的专门从事旅游职业的各级各类人员，也是很不小的数目。他们都需要健康保障，忽略哪一类都是片面的。应该指出，这里所讲到的“人”，不是传统医学观念所认为的只具有生物特征的躯体，还应包括心理特征在内。健康是一个极其复杂的概念，1978年9月世界卫生组织召集的会议上发表的“阿拉木图宣言”，对健康的内涵做了权威性的表述：“健康不仅是疾病与体弱的匿迹，而是身心健康、社会幸福的完美状态”。因此，上面所说的“健康保障”也就是旅游医学的终极目标，应该全面地、正确地、完整地去理解。旅游医学如果只是研究人的疾病，那是非常不够的，必须站在广义的观念基础上，同时研究体质、康复、预防、心理和旅游职业环境对人的作用等诸多方面。

凡是人身以外的一切都属于环境的范畴。小环境是指那些可以人为控制（包括习惯）的环境，大环境是指自然与社会环境，人力一般无力改变它们，但人们却有办法改善它们或者有