

卫生与健康

WEISHENG YU JIANKANG



四川省梓潼县科学技术委员会翻印

1975

毛主席语录

列宁为什么说对资产阶级专政，这个问题要搞清楚。这个问题不搞清楚，就会变修正主义。要使全国知道。

应当积极地预防和医治人民的疾病，推广人民的医药卫生事业。

人类要控制自己，做到有计划地增长。

江南大学图书馆



91190154

卫生工作四大方针

面向工农兵，

预防为主，

团结中西医，

卫生工作和群众运动相结合。

目 录

中央关于卫生工作的指示（一九六〇年三月十八日）	（ 1 ）
预防细菌性痢疾	（ 3 ）
肚子痛	（ 5 ）
夏天劳动时要预防中暑	（ 9 ）
劳动保护要做好	（ 10 ）
化脓伤口不擦龙胆紫液	（ 10 ）
夏天多喝盐开水	（ 11 ）
流行性乙型脑炎	（ 12 ）
赞计划生育	（ 13 ）
针刺悬钟穴治疗“落枕”	（ 14 ）
中药散治疗慢性化脓性中耳炎	（ 15 ）
加味育阴煎治疗牙痛	（ 16 ）
板兰根汤治疗急性扁桃体炎 7 6 例简介	（ 17 ）
花生壳制剂降胆固醇 3 5 例的疗效分析	（ 19 ）
谈谈细菌性痢疾	（ 20 ）
行动起来预防传染性肝炎	（ 23 ）
麻疹疫苗能治传染性肝炎	（ 25 ）
防治肝炎中草药	（ 26 ）
谈谈神经衰弱	（ 27 ）
关于口服避孕药的几个问题	（ 29 ）
吃药要讲究时间	（ 34 ）
医生的话	（ 36 ）
为什么要给病人多喝开水？	（ 37 ）
大张旗鼓搞卫生（歌曲）	（ 39 ）

中央关于卫生工作的指示

(一九六〇年三月十八日)

卫生工作，这两年因为忙于生产大跃进，有些放松了。现在应该立即抓紧布置，抓紧总结经验，抓紧检查、竞赛、评比。中央于今年二月二日批准“卫生部党组关于全国卫生工作山西稷山县现场会议的报告”及附件“关于人民公社卫生工作几个问题的意见”，早已发给你们。据我们调查，未能引起你们的重视，大多数省、市、区党委第一书记没有看这样一个很重要而又写得很好的文件，也没有发到各级党委、党组和人民公社去。中央现在提醒同志们，要重视这个问题，要把过去两年放松了的爱国卫生运动重新发动起来，并且一定要于一九六〇年，一九六一年，一九六二年这三年内做出显著的成绩，首先抓紧今年的卫生运动。其办法，在省、市、地、县、社的有卫生部门及民众团体负责人参加的党委会议及党组会议上，在本年三月内，至迟四月上旬，认真讨论一次，由党委第一书记挂帅，各级党委专管书记和有关部门党组书记也要在党委第一书记领导之下挂起帅来，立即将中央二月二日批示的文件发下去，直到人民公社，各省、市、区党委迅即做出自己的指示，重新恢复爱国卫生运动委员会的组织和工作，发动群众，配合生产运动，大搞卫生工作，无论老人、小孩、青年、壮年、教员、学生、男

子、女子，都要尽可能地手执蝇拍及其他工具，大张旗鼓，大造声势，大除四害，一切卫生医药人员都要振作起来，与党委，群众组成三结合，显示自己的能力，批评右倾思想。再有一事，麻雀不要打了，代之以臭虫，口号是“除掉老鼠、臭虫、苍蝇、蚊子”。至于其他严重疾病，当然要按照计划一律除掉或减少。各地除害灭病委员会的工作，各级党委必须认真抓紧和认真检查。环境卫生，极为重要，一定要使居民养成卫生习惯，以卫生为光荣，以不卫生为耻辱。凡能做到的，都要提倡做体操、打球类，跑跑步、爬山、游水，打太极拳及各种各色的体育运动。把卫生工作看作孤立的一项工作是不对的。卫生工作之所以重要，是因为有利于生产，有利于工作，有利于学习，有利于改造我国人民低弱的体质，使身体康强，环境清洁，与生产大跃进，文化和技术大革命，相互结合起来。现在，还有很多人不懂这个移风易俗，改造世界的意义。因此必须大张旗鼓，大做宣传，使得家喻户晓，人人动作起来。做这件事，并没有什么了不得的困难，事在人为，一定要争取在三年内做出大成绩，今年要轰轰烈烈地行动起来。为此，各级党委，卫生部门党组，工会党组，青年团党组，妇联党组，今年一年，要为卫生工作开会四次，，每季一次，每次三、四小时即够，不要太长。以后年年如此。爱国卫生运动委员会，在上述会议开过后，立即召开，也是一年四次，每季一次，年年如此。请同志们一体遵行，切勿延误。

預 防

細菌性痢疾



白 飛

一種常見的腸道傳染病
細菌性痢疾是痢疾桿菌
引起的一種常見的急性腸道

傳染病。這種病一年四季都可以見到，但以夏秋季為最多，兒童得這種病的比成年人多。

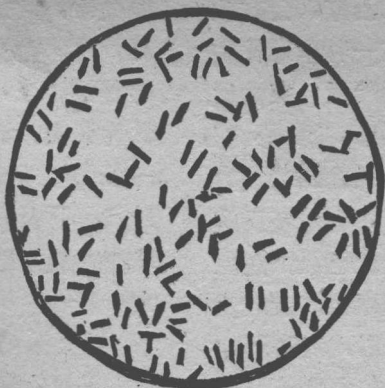
痢疾桿菌主要是侵

害人的大腸。它寄生在人的大腸粘膜上，大量地分裂繁殖，不僅奪取人體的養料，

而且還能產生大量毒素，使大腸粘膜發炎甚至潰爛，形成許多大大小小的潰瘍，流

膿流血。不但如此，痢疾桿菌產生的毒素還能通過大腸的血管滲透到血液里，通過心臟，周流全身，使人全身中

毒。痢疾桿菌有好幾種類型，由於病菌毒力大小不同，侵入人體的病菌數量多



少不同，人身体抵抗力强弱也不一样，所以，发病早晚，病情轻重，也都各不相同。有六、七天才发病的，也有三、五天发病的，甚至还有有一天就发病的。病情轻的，只是有点肚子痛，拉几回稀，大便带点粘液，并不怎么厉害。重的，不仅肚子痛，大便次数多，拉脓血，下坠，而且还会有浑身难受，发烧等全身中毒症状。严重的会把人拉得面黄肌瘦，如不及时治疗，会有生命危险。还有一种中毒性痢疾，病情特别严重，突然发高烧，精神萎靡，恶心呕吐、昏迷、抽风、四肢发凉，有的拉稀，有的还没有来得及拉稀，就已经很危险了。小孩得中毒性痢疾的比成年人多，所以，对孩子们要特别注意，如果瞧着小孩得的病有点象中毒性痢疾，就要赶快请医生去救治，千万不能耽误。

得了痢疾，如果治疗不彻底，还可能由急性痢疾转成慢性痢疾。例如：有的人得了痢疾，发病较轻，只是有点肚子痛，拉几回稀，大便带点粘膜，过几天就象好了一样，其实并没有完全好。如果麻痹大意，不继续治疗，就容易转成慢性痢疾。慢性痢疾的特点是反复发作，时好时犯，每天拉三、四回，大便带少量粘液和血，时常肚子痛，消化功能失常，病人经不起长期消耗，身体瘦弱。慢性痢疾不容易看出来，往往会被误认为肠炎，消化不良或一般的泻肚，耽误了治疗时机，不但损害自己的健康，而且还会传染别人。

有的人身体抵抗力比较强，虽然他肠子里有了痢疾杆菌，却不发病，或者是症状很轻，自己觉不出来。但是，他的粪便里却经常带有

痢疾杆菌，能够传染别人。
这种人叫做“健康带菌

者”，他的粪便也是传播痢疾的根源。（下接第6页）

肚子痛

有人往往把整个腹部叫做肚子因而不论腹部那个部位发生疼痛，都笼统的叫“肚子痛”，这是不正确的。腹

内的脏器较多。除有小肠、大肠外，上腹部右侧有肝、胆，左侧有脾，中间有胃，靠腹后壁还有肾脏、胰脏下腹右有阑尾（盲肠），左有直肠，中有膀胱，（女性还有子宫、卵巢、输卵管），这些内脏上还分布有丰

富的血管、神经，由此可见，因腹部疼痛的位置、性质不同，疾病的种类，治疗的方法也不一样。

急性腹痛的原因很多，在农村常见的有以下几种：

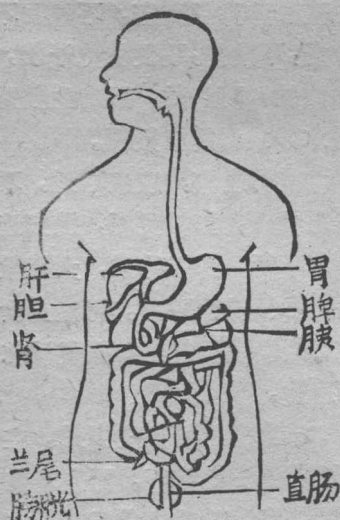
受冷痛：多见于小孩，脐周阵阵隐痛。不呕不吐，不发烧，不便秘（干），腹软，可热敷，服老生姜开水，或吞胡椒数颗。

伤食痛：腹胀不适，不思饮食，打糊臭呃，肚痛连续不断，阵轻阵重，大便数次多、稀、恶臭。可减少食量或饥饿数餐，口服促消化药物。

虫痛：蛔虫病多见。在脐周阵发性绞痛。厉害时抱肚乱滚，呕吐或大便中有虫，面黄肌瘦。应在医生指

导下反复驱虫。

肠痈痛：（西医叫兰尾炎，俗称绞肠痧）。开始无明显部位的腹隐痛，后渐觉集中在脐周痛，最后固定在右下腹烧灼痛，不能用手按，按下腹壁坚硬，放手时更痛。右腿不能伸直，弯腰捧腹。发烧呕吐，大便干。若不及时诊治，可因兰尾炎化脓穿孔成腹膜炎，有生命危险。



（上接第5页）

痢疾是怎样传染的

人们不是常说“病从口入”吗？痢疾就是从口传入的一种。传染的根源是痢疾病人或痢疾带菌者的粪便，这些粪便里带有大量的痢疾杆菌，据卫生部门化验，象小米粒那么大的一小块带菌的粪便，就带有成千上万的痢疾杆菌。痢疾的传播主要通过以下的几条途径：

1、痢疾病人或带菌者的粪便污染了食品、蔬菜、瓜果和饮水。在农村，有些厕所、粪坑离水井太近，粪水会从地下渗到井里去，雨水能把粪堆上的粪和随地拉的粪冲到井里去，这都会污染饮水。用粪肥浇菜、浇瓜果，也会使痢疾杆菌污染蔬菜瓜果。健康人吃了被痢疾杆菌污染的食物或喝了带有痢疾杆菌的水，就可能得痢疾。

2、痢疾病人或带菌者的手、衣服、被褥，以及他们用过的碗、筷、茶杯、用具、玩具等，都带有大量的痢疾杆菌。健康人接触了痢疾病人或带菌的人，或是接触了他们用过的用具和玩具，不洗手就吃东西，也可能被传上痢疾。

3、苍蝇也是传播痢疾的主要媒介。苍蝇是在厕所、粪坑、垃圾里生长繁殖的，他们身上和肚子里都带有大量的病菌，其中多半就有痢疾杆菌，再飞进厨房、食堂、饭馆、食品店、菜市场，落在各种食品、鱼、肉、瓜果蔬菜上，就把病菌散布在各种食物上了。有些人不了解这种情况，对于被苍蝇爬过的东西满不在乎，拿来就吃，这就有可能传染上痢疾。

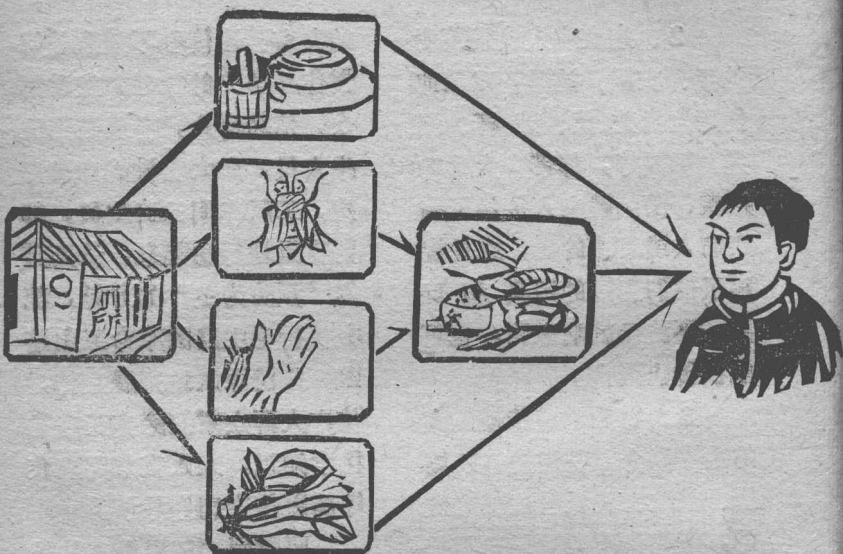
怎样预防痢疾

预防痢疾，必须遵照毛主席关于“自己起来同自己

的文盲、迷信和不卫生的习惯作斗争”的教导，发动群众，依靠群众，各级医药卫生人员，广大农村的赤脚医生，工厂车间的卫生员，都要自觉地行动起来，认真贯彻“预防为主”的方针，积极执行毛主席的革命卫生路线，广泛深入地开展宣传，使广大群众掌握除害灭病的科学知识，人人奋起同痢疾等肠道传染病作斗争。

要做到“三早”，就是早发现、早报告、早治疗。一发现痢疾病人，就要立刻进行隔离治疗，同时，赶快向当地卫生部门报告疫情，以便及时采取防治措施，防止造成流行。

要搞好环境卫生，消灭苍蝇孳生的一切条件。要随时清除垃圾，加强粪便管理，距水井太近的厕所、粪坑要迁移。厕所要勤掏粪，坑要加盖或定期喷洒杀虫药，做到厕所、粪坑无蛆。



向群众宣传不要随地大便，还要人人动手消灭苍蝇。中草药藜芦、花椒叶、桃叶、核桃叶，捣烂，撒入粪坑，可灭蝇蛆。

要注意饮食卫生，防止“病从口入”。吃东西要新鲜干净，苍蝇爬过的东西和隔了夜的剩饭菜，都要回锅，煮开蒸透再吃。生吃蔬菜瓜果要洗烫。在农村还要做到不喝生水，井水要用漂

白粉消毒。

病人和护理者要注意个人卫生，勤剪指甲，养成饭前便后洗手的好习惯。

对痢疾病人要及时彻底治疗，防止转成慢性痢疾，病人用过的碗筷茶杯要煮烫，衣服被褥要常洗常晒，便盆和粪便也要消毒，可以用开水浇烫，也可以用火碱（一两火碱加三斤水）或生石灰水（三斤石灰加十斤

水)消毒,把火碱或生石灰水倒进便盆与粪便搅匀,放置半小时即可。如能用漂白粉或来苏儿消毒更好。

1、马齿苋1—2两;

2、白头翁5钱;

3、三棵针5钱——1

两;

4、半枝莲、夏枯草各1两。

这四个药方取一种,煎汤,每日服一、二次,连服五至七天。

5、吃饭时,常吃大蒜也可以收到预防痢疾的效果。

(本刊略删)

夏天,劳动时要预防中暑

盛夏季节,天气长、气温高,正是大春作物生长的黄金时节。在夏季农活又多又急的情况下,讲究劳动卫生,保护社员身体健康,是抓革命、促生产的需要。

夏季劳动应当提倡上午早出工,早收工,下午晚出工,晚收工,中午烈日当空

不出工。要坚持出工戴草帽,提壶上工或有专人送开,以预防发生“日晒病”、“中暑症”。开水中可加少许食盐或用清热解暑的中草药煎成。

万一社员在田间发生中暑,可先抬到阴凉通风的地方,解开衣带,给盐开水喝或口服人丹。较严重病人可

以进行针炙或手压“十宣”、“人中”等穴位。昏迷病人应立刻请医生或送医院抢救。

劳动保护要做好

劳动生产忙又忙，
安全卫生要大讲。
出工先要查工具，
避免损坏出工伤；
男女老少组织好，
劳力搭配要适当；
劳动出汗脱衣服，
休息穿衣防受凉。
饮食卫生要注意，

农药中毒要提防；
劳动之间有休息，
劳逸结合干劲强。
赤脚医生卫生员，
巡回田间讲预防；
劳动保护要做好，
保证农业跨“纲要”。

（阆中县防疫站）

化脓伤口不擦龙胆紫液

皮肤外伤，是劳动中常见的。尤其是夏天，皮肤外伤后，最容易感染化脓，形

成溃烂。这样的伤面，分泌物多，不宜擦龙胆紫液（兰药水），因为龙胆紫液具有

收敛作用，在表面结一层痂。看来伤口干燥了，但实际上红、肿、痛的症状不但减轻，反而使痂下的脓液流不出来，细菌继续向深层腐蚀，伤面更扩大加深。所

以化脓性伤口不宜擦龙胆紫液。可选用其他消炎杀菌药物。

用大蒜瓣捣碎浸泡液冷敷伤口，对消炎杀菌去脓有良好效果。

夏天多喝盐开水

夏天气温高，天气热，人们从事劳动或体育锻炼，就会出汗。汗里除有大量水分外，还有一定的盐分。一个人身体内需要一定量的盐分，有了这一定的盐

分，才能使身体保存需要的水分。所以，汗出得越多，丢失的盐分也就越多。在出汗多体内盐分丢失多的情况下，只喝白开水，不仅不能解渴，反而会冲淡体内的盐分；喝进的水不容易进入血液，很快就会被排出来。继续下去，就会影响血液的成份和比例，出现头昏、头痛、眼花、全身疲乏无力等，严重时有手脚发麻，抽筋等症状。因此，在热天出汗多时，要多喝盐开水。

流行性乙型脑炎

人们常说的大脑炎，是一种乙型脑炎病毒引起的疾病，在医学上叫流行性乙型脑炎（简称乙脑），是夏秋季的一种急性传染病。这种病多见于十多岁以下的儿童。

乙脑为什么发生在夏秋季

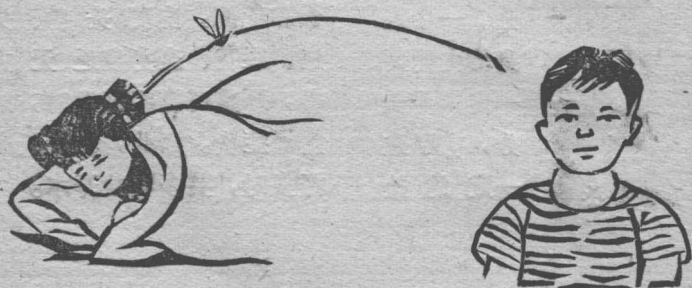
患乙脑的病人和某些动物（猪、牛、马、鸡、鸭）体内会带有乙脑病毒。当蚊



子叮咬带病毒的人或动物后，这个蚊子再去叮咬健康人，乙脑病毒就通过皮肤进入血液到脑组织，引起发病。

蚊子是乙脑的传播者。

夏秋季正是蚊子孳生繁殖，活动频繁的时期，所以这种病容易在夏秋季发生和流行。更可恶的是蚊子体内还能保存病毒过冬，到第二年通过产卵传给下一代蚊子，



继续传播乙脑，危害儿童。

乙脑的症状

人被带乙脑病毒的蚊子叮咬后，1—2星期发病。发病急、突然发烧、头痛、呕吐、嗜睡、上身出汗；严重者有昏迷、抽搐、颈直硬、向后仰，四肢麻痹、大小便失禁，呼吸困难等。若治疗不当，会有生命危险。

乙脑的愈后

早期诊断，及时隔离治疗，不但效果好，无后遗症，也可防止传播。若病情严重，治疗不及时，治愈后可能有痴呆、失语、肢体麻痹、萎缩变形等后遗症，对儿童身心体健影响很大。因此，我们必须认真切实做好

乙脑的预防工作。

怎样预防 脑

一、认真开展经常性爱国卫生运动，搞好环境卫生。做到人畜分居。彻底清除蚊子孳生地，经常喷、熏、诱打蚊子，降低蚊子密度以致消灭蚊子。

二、做好防蚊工作，夏秋季要挂蚊帐，不在外露宿，乘凉要防止蚊子叮咬。

三、十岁以下儿童应注射乙脑疫苗。只要按规定时间、次数、剂量注射，有很好的预防效果。

四、在流行季节或地区，可用大青叶、板兰根、牛筋草等熬大锅汤预防服药。

（ 计 划 ） （ 生 育 ）

工业有计划，
农业有计划，

年年超产幅度大。

• • •