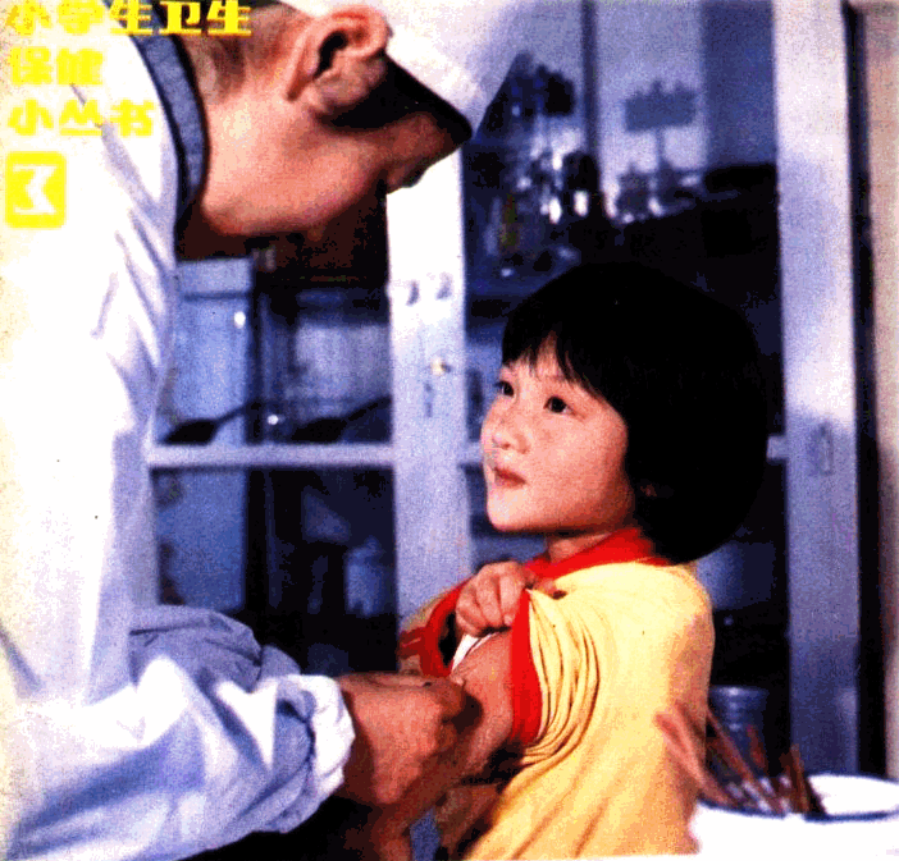


小学生卫生
保健
小丛书



防病治病

**FANG
BING
ZHI
BING**

小学生卫生保健小丛书

防病治病（三）



作	者	董祥家
审	订	赵伯仁
主	编	吕毓中
责任编辑		胡家辉
文字编辑		白立岩
		杜国华
美术编辑		钟世家
摄影编辑		孙东方
		张侃

辑
版



编 者 的 话

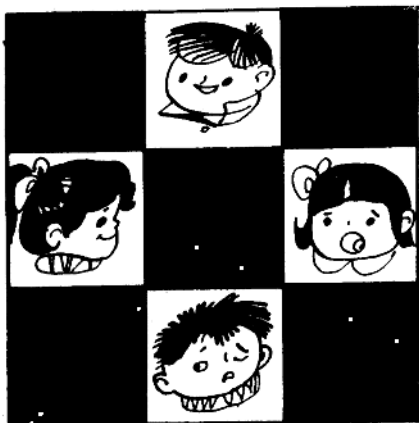
同学们，为了从身心两个方面提高大家的健康水平，使同学们德、智、体、美全面发展，我们编写了《小学生卫生保健小丛书》。这套小丛书是建国以来第一次为你们编写并供你们直接阅读的自身卫生保健常识的小丛书。她的诞生，无疑是广大师生和家长们的福音。

小丛书按学科体系编写，分专题出系列单行本，预计10册。内容包括防病治病、学习卫生、生活卫生、体育卫生、生理卫生、心理卫生、劳动卫生等。表现形式以形象为主，图文并茂，生动有趣。鉴于目前小学生的身体状况和卫生知识水平，这套丛书可以说是及时而又系统实用的课外卫生读物。

本书的编写工作得到中央爱卫会、教育部和卫生部的热情关怀，北京医学院儿少卫生专家叶恭绍教授和北京医学院儿少卫生研究所同志们给予大力支持，谨在此一并致谢。

由于编者水平有限，缺点错误尚属难免，请大家批评指正。

一九八四年十月



- 麻疹
- 猩红热
- 流行性腮腺炎

麻 疹



10多天前，妈妈带小刚到姑姑家串门。几天后，小刚病了。发烧、咳嗽、打喷嚏、流鼻涕、流眼泪，两个眼睛红红的，还特别怕光，嗓子也哑了。妈妈给小刚吃了两天的感冒药，可是还不见好，就赶紧到医院找医生看。医生让小刚张开嘴（见图1），仔细地检查之后，说小刚得了麻疹了。

小刚是怎么得的麻疹呢？妈妈想起来了，一定是姑姑家的小女儿给传染上的。妈妈带小刚去姑姑家，看望得了“感冒”的表姐。可后来听姑姑说，表姐出麻疹了。因为小刚没打过麻疹预防针，没有抵抗力，就传染上了。医生说妈妈犯了三个错误：“第一，正是麻疹流行季节，不该带小刚去看生病的表姐；第二，在小刚满八个月时，没给小刚注射麻疹疫苗；第三，知道小刚接触了麻疹病孩后没在5天之内给小刚

图1



注射一支丙种球蛋白。”

在小刚还没出麻疹时，医生怎么知道小刚得麻疹了呢？原来秘密在嘴里。在出麻疹的前1—2天，病人口腔粘膜上有些小白点，周围发红，可以是几个或十几个，有了它，就知道要出麻疹了。

医生告诉妈妈，出麻疹只要不得肺炎，就不需要住院治疗，在自己家里就可以了。不过，住的屋子要阳光充足、暖和、空气新鲜。每天通风2~3次，但也不要让风直接吹到孩子身上。常往地上洒些清水（见图2），保持空气湿润。要吃有营养、容易消化的食物，如牛奶、鸡蛋、稀粥等。更重要的是要经常喂些开水或果汁。每天要给孩子洗脸。可用温开水或2%硼酸水冲洗眼、口腔，擦鼻孔。眼睛可点些眼药水或眼膏。



图2

如果麻疹出得不好，可以用中药紫草丸，或喝些香菜水，也可用香菜水擦身。但不要用地麻籽和萝卜缨子搓，以免搓破皮肤发生感染。

妈妈按医生的话做了，小刚出完麻疹很快就好了。

那么，麻疹病是怎么传染的呢？原来麻疹是由麻疹病毒引起的，这种病毒很小，我们的眼睛是看不见的，要放大几十万倍才看得见。在得了麻疹的小孩的鼻子、口腔的分泌物中和眼泪里，这种病毒可多了。病人咳嗽、打喷嚏、

图 3



说话时，随着喷出的飞沫，病毒就飞到空气中。当没有出过麻疹、也没打过预防针的小孩（医学上管这些小孩叫易感儿）吸进这些带有病毒的飞沫时，10~12天以后，就出麻疹了（见图3）。

一般在开始发烧3~4天后就开始出疹子。出疹有一定的顺序，开始是耳后、颈部，然后是面部、胸腹部、四肢。皮疹是淡红色的小疙瘩，大小不等，用手一压，颜色就没有了。

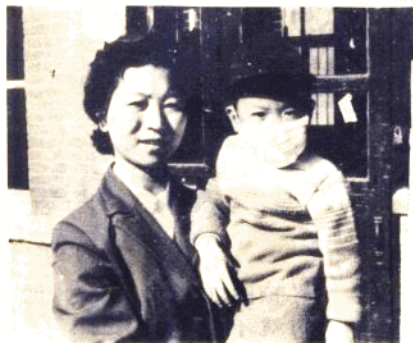
出疹时，体温可以达到40℃左右，咳嗽也比较厉害。3天疹子就都出来了，3~5天后疹子开始消退，并且是按出疹时的顺序消退。一般情况下，10~14天就能好了。如果小孩原来身体不好，就很容易得肺炎，会出现很厉害的咳嗽，呼吸费力，面色发紫，发高烧总也不退。这就要马上去医院治疗。

人得了一次麻疹之后，就再也不会得麻疹了，也就是获得了终生免疫力。

冬、春季节是麻疹的流行季节。应该怎样预防麻疹呢？



1 麻疹病人是麻疹病的唯一传染源。要做到早发现、早隔离、早治疗。隔离到疹子出来后第6天就不会再传染了。如果得了肺炎要隔离到出疹后第10天。



2 在麻疹流行季节，不要到人多的地方去。特别是没有接种过麻疹疫苗的小孩不要去公共场所。出门要戴上口罩。病人呆过的房间每天应开窗通风半小时以上。



3 要按时接种麻疹减毒活疫苗，增强人体的抗病毒能力，这是预防麻疹最重要的事情了。接种年龄以8~12个月的小儿为好。

4 没接种过疫苗的易感儿身体弱的，为了暂时避免得麻疹，可以肌肉注射患过麻疹的成年人的全血、胎盘血丙种球蛋白或人血丙种球蛋白。因为这里面含有能对抗麻疹病毒的抗体。如果和麻疹病人接触了，要在5天之内注射足够量的抗体，这样就可以不得病。这种抗病毒的免疫力可以维持3~8周。



预防工作做好了，同学们就不会得麻疹了。

(彭馥菊)



猩 红 热

1 寒假结束了。教室里，同学们都坐在自己的座位上，安静地听老师讲课。只有小林的座位空着。小林怎么了？他从来也不迟到啊。

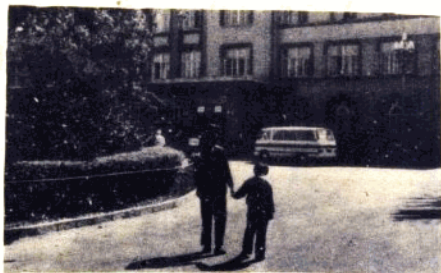
2 原来小林昨天觉得全身不舒服，夜里突然发烧，头痛，嗓子痛，恶心，呕吐了两次，体温达到 39°C 。





3 早晨小林觉得嗓子更痛了，头晕得起不来床，一个劲地用手抓身上。妈妈发现他满脸潮红，耳朵后边、脖子和上身全都通红，还有细小均匀的小红疙瘩，整个皮肤看上去象鸡皮似的。

4 妈妈用手指一按，红色退去了，留下苍白的手印，可是很快又转为红色了。就在同学们到学校去的时候，妈妈领着小林到医院看病去了。



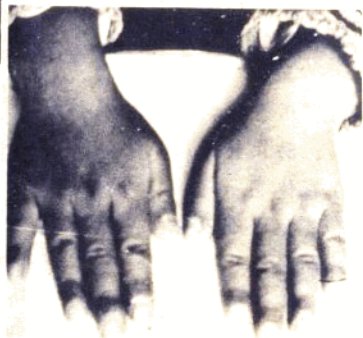
5 医生检查了他的嗓子，发现两侧扁桃腺肿大，咽部红肿，舌头有白苔，舌表面上有红色小点突起。医生说这就是常说的“杨梅舌”，对确定猩红热很有帮助。

6 医生指给妈妈看小林的口鼻周围：“你看，口鼻周围的白色与潮红的脸对比多鲜明啊！这叫‘口周苍白圈’，也是猩红热的一个特点。”



7 在脖子、腋窝、肘弯、腹股沟处，都有一条紫红色的线，用手压也不消退，这样的线称为帕氏线，是皮疹密集而成的。

8 医生说小林的皮疹要两三天以后才能消退，不会留什么痕迹。但是常在皮疹消退后，颈部、前胸及手指端有脱皮现象。病情比较重的人脱皮重，手掌脚掌大片状脱皮。



9 有的病人特别是5岁以下小孩容易引起肿脖子化脓，需要手术切开排脓，有少数病人在病后十天左右可发生浮肿、少尿等等肾炎现象。他说小林及时来看病，及时得到治疗，看来不会发生这些情况。



10 医生给小林开了青霉素，告诉他每天要肌肉注射两次，回去以后卧床休息，多饮水，吃些容易消化的食物，很快就会好的。小林着急地问：“医生，我什么时候才能去上学呀？”



11 医生说，为了彻底治好病，防止传染给别人，应该在家休息一周，这期间不要和其他小朋友接近，不要到外面去玩。

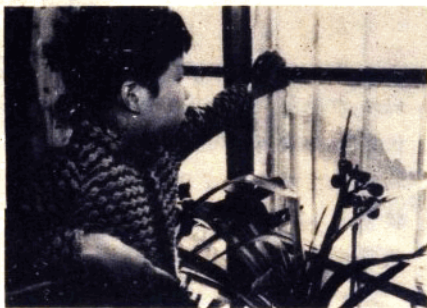


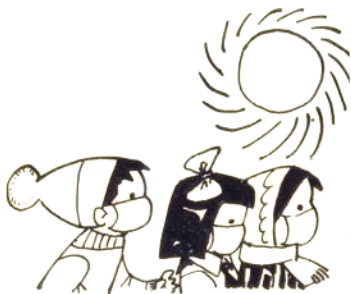


图4

12 小林按照医生说的做了。
一个星期以后，病就好了。
又高高兴兴地上学去了。

小林的病好了。可是同
学们，你们知道小林是怎么
得病的吗？

猩红热是由一种叫做乙
型溶血性链球菌引起的急性
呼吸道传染病（见图4），
冬春两季容易发生，2~10
岁的小孩更容易得病。猩红
热的传染性很强，病菌先在
病人或带菌者的咽部、扁桃
体上（带菌者指的是身体中
有细菌存在，但不发病的
人），当病人或带菌者说话、



咳嗽、打喷嚏的时候，病菌就被喷到空气里，没得过这种病的健康儿童吸进病菌后，就可能得病。这种病菌能产生一种毒素，叫红疹毒素，毒性很强，进入血中就会使人得病。从细菌感染到得病，这段时间称为潜伏期。猩红热的潜伏期为1~12天，多数为2~5天。

同学们，你若要不得猩红热，就要注意预防。在流行期间外出要戴口罩，不要



去公共场所：病人的住室可以用醋熏蒸消毒；接触了猩红热病人的同学，如果出现嗓子红或扁桃腺炎时，要及时应用青霉素或红霉素预防。

(关仲英)



流行性腮腺炎



图 5

到了冬春季节，常常可以见到这样的孩子：有的一边的耳下肿了，有的小孩两边都肿了，皮肤发亮，但是不红，连嘴都张不开。这样的小孩得的是什么病呢？

原来，小孩得的是流行性腮腺炎，又叫“痄腮”。这是冬春季节儿童常见的呼吸道传染病。这种病是由腮腺炎病毒引起的。这种很小很小的病毒存在于病人的鼻子和咽喉部位。受了这种病毒感染之后，有的人经过18天左右的时间就得病了；有的人虽然他们的鼻咽部也有大量病毒生长，但由于他们的身体对抗病毒的能力强，所以就不得病。医学上把这样的人叫隐性感染者。当病人或隐性感染者打喷嚏、咳嗽或说话时，病毒就随喷出的飞沫进到空气中，没得过腮腺炎的小孩吸进体内后，就可能得病。这种病，可以在托儿所、幼儿园、小学校流行（见图5）。

得了流行性腮腺炎后，都有哪些症状呢？

1 开始得病时，
发烧，寒冷，头
痛，嗓子痛，不
爱吃饭，全身都
感到不舒服。



2 1~2天后，腮腺开始
肿大了，以耳垂为中心，向
前面、后面、下面肿大，而
且越来越明显，肿胀的边界
不清楚。这时小朋友疼得都
不敢张嘴吃东西，如果吃酸
东西时疼得更厉害了。肿
的部位皮肤发亮、发热，但
不红，也不化脓。肿胀最厉
害时，发高烧可以达到 39°
~ 40°C 。

3 常常是一边的腮腺肿1~4天
以后，另一边的腮腺也肿，在第
1~3天时肿胀达到最高峰，再过
4~5天后，肿就一点点消退了。
整个病程要10~14天。口腔内的腮
腺管口早期可有红肿。